

日	曜	献立名	使用する食品名				アレルギー表示義務7品目	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)	
			エネルギーになるもの	からだをつくるもの	からだの調子を整えるもの	調味料他			
2	月	ツイストパン	パン				小麦 乳	582	
		牛乳		牛乳			乳		
		鶏肉のレモン風味焼き	砂糖 油	とり肉	にんにく しょうが レモン	酢 醤油	小麦		24.2
		海藻サラダ	ドレッシング	ひじき くらげ わかめ 赤とさかのり 白とさかのり	きゅうり キャベツ にんじん		小麦		
		じゃがいものコンソメスープ煮	じゃがいも 油	ベーコン	にんじん えのきたけ たまねぎ チンゲンサイ	塩 こしょう コンソメ			
3	火	ごはん	米					613	
		牛乳		牛乳			乳		
		あじの南蛮漬け	かたくり粉 油 砂糖	あじ	たまねぎ ねぎ ピーマン	塩 醤油 清酒 みりん 酢 七味唐辛子	小麦		24.0
		キャベツのあえもの	砂糖		キャベツ にんじん もやし きゅうり	醤油 辛子	小麦		
		切り干し大根の煮物	砂糖 油	凍り豆腐 油揚げ	切り干しだいこん にんじん きくらげ さやいんげん	醤油 清酒	小麦		
4	水	ごはん	米					649	
		牛乳		牛乳			乳		
		ぶた肉のしょうが焼き	砂糖 ごま 油	ぶた肉	たまねぎ ピーマン にんじん たけのこ しょうが	醤油 清酒	小麦		26.1
		ひじきの煮物	油 砂糖	ひじき 油揚げ	にんじん こんにゃく 干しいたけ さやいんげん	醤油 清酒 だし(削り節)	小麦		
		とうもろこし			とうもろこし				
5	木	【七夕献立】						622	
		わかめごはん	米 麦 ごま	わかめ					
		牛乳		牛乳			乳		28.0
		鶏肉の唐揚げ	かたくり粉 油	とり肉	しょうが にんにく	清酒 醤油	小麦		
		おかかあえ		かつお節	こまつな もやし キャベツ にんじん	清酒 醤油	小麦		
		七夕そうめん汁	そうめん	油揚げ 豆腐	にんじん 干しいたけ とうがん ねぎ	醤油 みりん だし(削り節)	小麦		
6	金	ごはん	米					617	
		牛乳		牛乳			乳		
		鮭のずんだ焼き	マヨネーズ	さけ みそ チーズ	えだまめ	清酒 塩 こしょう 白ワイン	卵 乳		28.3
		青菜とかんぴょうのあえもの	砂糖 ごま		こまつな にんじん かんぴょう	清酒 醤油	小麦		
豚汁	じゃがいも 油	ぶた肉 豆腐 みそ	だいこん にんじん こんにゃく こまつな	だし(煮干し・削り節)					
9	月	小松菜入りピラフ	米 麦 油 バター	とり肉 卵	たまねぎ にんじん こまつな	塩 コンソメ	乳 卵	595	
		牛乳		牛乳			乳		
		白身魚のこんがり焼き	マヨネーズ パン粉 コーンフレーク	メルルーサ チーズ		塩 こしょう	卵 小麦 乳		25.3
		豆まめサラダ	ドレッシング	ひよこまめ だいず	キャベツ きゅうり とうもろこし えだまめ		小麦		
10	火	ごはん	米					611	
		牛乳		牛乳			乳		
		かぼちゃの包み揚げ	ごま油 はるまきの皮 小麦粉 油	ベーコン	かぼちゃ たまねぎ	コンソメ 塩 こしょう	小麦		21.1
		ナムル	ごま 砂糖 ごま油		こまつな えのきたけ にんじん	醤油 酢 塩	小麦		
えびとちんげん菜のスープ	じゃがいも	えび とり肉 卵	チンゲンサイ たまねぎ にんじん	塩 こしょう コンソメ 鶏がら	えび 卵				
11	水	夏野菜カレー 麦ごはん	米 麦					665	
		ルウ	油 砂糖 カレールウ	ぶた肉 牛乳 チーズ	かぼちゃ なす にんにく たまねぎ にんじん トマト ピーマン	赤ワイン トマトケチャップ 中濃ソース 塩 こしょう	小麦 乳		
		牛乳		牛乳			乳		20.3
小松菜とコーンのサラダ	砂糖 油		キャベツ こまつな とうもろこし	清酒 醤油	小麦				
12	木	ぶどうパン	パン				小麦 乳	656	
		牛乳		牛乳			乳		
		ポテトのミートソース焼き	じゃがいも 小麦粉 砂糖 油	ぶた肉 チーズ	にんじん たまねぎ	塩 こしょう コンソメ トマトケチャップ ウスターソース 赤ワイン	小麦 乳		24.2
		ポパイサラダ	ドレッシング		ほうれんそう もやし		小麦		
		野菜スープ		ベーコン うずら卵	キャベツ こまつな にんじん たまねぎ	醤油 塩 こしょう コンソメ	小麦 卵		
13	金	ジャージャー麺 中華麺	中華めん				小麦	671	
		具	ごま油 かたくり粉 ごま	ぶた肉	たけのこ ねぎ にんにく きくらげ にんじん もやし きゅうり えのきたけ	醤油 甜麺醤 豆板醤 清酒 こしょう 鶏がら	小麦		
		牛乳		牛乳			乳		27.6
こまちちゃん蒸しパン	蒸しパンミックス	牛乳 チーズ	こまつな		小麦 乳				
17	火	ごはん	米					644	
		牛乳		牛乳			乳		
		チキンカツ	小麦粉 パン粉 油	とり肉 卵		塩 こしょう 中濃ソース	小麦 卵		25.7
		きゅうりともやしのごま酢あえ	砂糖 ごま油 ごま		もやし きゅうり	酢 醤油 塩	小麦		
みそ汁	じゃがいも	豆腐 みそ	にんじん たまねぎ こまつな	だし(削り節・煮干し)					
18	水	【食育の日の献立】						677	
		ごはん	米						
		牛乳		牛乳			乳		29.2
		ぶた肉のみそ焼き	砂糖	ぶた肉 みそ	しょうが	醤油 清酒 みりん	小麦		
		おひたし			こまつな もやし にんじん	醤油 清酒 だし(削り節)	小麦		
		治部煮	小麦粉 油 ふ 砂糖 かたくり粉	とり肉	干しいたけ たけのこ にんじん さやいんげん	醤油 清酒 みりん だし(削り節)	小麦		
		デザート	ゼリー						

* 食品衛生法に基づいて「アレルギー表示義務7品目」について表示しています。(アレルギー表示義務7品目は、えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生です。)

* コンタミネーション(原材料としては使用されていなくても、製造工程で混入する恐れがある場合や、しらす干し等の魚介類とその加工品及びわかめ等の海藻類に混入している場合等)については、記載しておりません。

* 一部、材料入荷の都合により献立を変更したり、記入されていない材料を使用したりすることもあります。詳しい材料・調味料・加工品の配合等が知りたい方は、お申し出ください。

* お誕生日会食に参加する児童には、ケーキ(小麦・卵・乳)、飲み物を予定します。

基準	エネルギー(kcal)	6~7歳	8~9歳	10~11歳	今月平均
		たんぱく質(g)	530	640	750
		20.0	24.0	28.0	25.3