

ひ に ち	よ う び	に ど の う ち	こんだて めい	こんだて しょうがくざいりょう 献立の使用食材料	栄養価		アレルギー 除去 食品	アレルギー 除去 食品
					エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)		
1 (金)			<b>★7大アレルゲン除去献立 ※裏の7大アレルゲン除去献立の説明欄をよくご確認ください。</b>		605	27.1		
			はつがげんまいりごはん	精白米 強化米 発芽玄米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)				
			けんちんじる	鶏肉 木綿豆腐(大豆) さといも (※コンタミネーション:大豆) だいこん にんじん ごぼう ながねぎ ○醤油 ○料理酒 食塩 ☆				
			ささみのあまからあげ	鶏肉 でん粉 なたね油 ○みりん風味調味料 ○醤油 砂糖				
			なのはないりおんやさい	なばな キャベツ にんじん				
ひなまつり こんだて			すめし	精白米 強化米 米粉 砂糖 食塩 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)	658	30.2	◆	◆
	はながたかまほこいりすましじる	豚肉 豆腐干絲(大豆) だいこん にんじん 花型かまぼこ【魚肉・加工デンプン・馬鈴薯澱粉・砂糖・発酵調味料・食塩・トマト色素】(※コンタミネーション:小麦・大豆) えのきたけ みずな ○薄口醤油 ○料理酒 食塩 ☆だし昆布 ☆かつお節						
	にくだんごのてりやきソース 1・2ねん:2こ 3ねん~:3こ	肉団子【玉ねぎ・豚肉・鶏肉・パン粉(小麦)・馬鈴薯澱粉・粒状小麦蛋白・醤油(小麦・大豆)・生姜・砂糖・食塩・コショウ・イーストフード・ビタミンC・増粘剤】(※コンタミネーション:小麦・大豆・豚肉・鶏肉・かに・えび・ごま) なたね油 ○醤油 砂糖 ○みりん風味調味料 ○料理酒 でん粉						
4 (月)			ちらしずしのぐ	むきえび【えび・食塩】(※コンタミネーション:えび・かに・いか) にんじん れんこん ○たけのこ ○干しいたけ かんぴょう 油揚げ(大豆) 炒り卵【鶏卵・上新粉・砂糖・でん粉・植物油(大豆)・食塩・醸造酢】 グリンピース 砂糖 ○料理酒 ○みりん風味調味料 ○醤油 ○和風だし	602	32.1	◆	◆
	↑のり	焼きのり (※コンタミネーション:えび・かに)						
5 (火)			<b>☆思い出給食アンケート 第9位「春雨スープ」</b>		602	32.1	◆	◆
			ごはん	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)				
			はるさめスープ	春雨 豚肉 にんじん もやし こまつな きくらげ こしょう ○醤油 食塩 ○中華スープの素 ごま油 なたね油				
			いかのねぎしおやき	いか切身 ながねぎ 食塩 ごま油 こしょう				
			チーズタッカルビ	鶏肉 ○醤油 ○料理酒 砂糖 にんにく しょうが なたね油 キャベツ たまねぎ ながねぎ トック餅【米・でん粉・食塩・酒精】 白菜キムチ【白菜・大根・唐辛子・にんにく・にんじん・長ネギ・生姜・食塩・砂糖・昆布・酵母エキス】 角切りチーズ【ナチュラルチーズ(乳)・乳化剤・セルロース】 ○コチュジャン 食塩 こしょう でん粉 ごま油				
6 (水)		ス プ リ ン	<b>☆思い出給食アンケート 第5位「コロコロきゅうり」</b>		636	24.1		
			ごはん	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)				
			ABCスープ	アルファベットマカロニ(小麦) 鶏肉 にんじん たまねぎ こまつな しめじ なたね油 ○薄口醤油 ○コンソメ 食塩 こしょう				
			レバーとポテのマリナスソース	豚レバー下味でん粉付き【豚レバー・でん粉・香辛料・しょうゆ・砂糖・米発酵調味料】 じゃがいも なたね油 ○ケチャップ ○中濃ソース 砂糖				
			コロコロきゅうり	きゅうり				
			↑ドレッシング	○青じそドレッシング				
			ふりかけ	○おおかみふりかけ				
7 (木)			<b>メニュー部門 入賞作品:「吉川産の野菜を使った絶品ラーメン」南中2年 池田未来翔さん</b>		642	29.9		
			ちゅうかめん	中華麺【輸入小麦粉・果糖小麦粉・食塩・かんすい】(※コンタミネーション:そば・卵)				
			よしかわさんのやさいをつかった げっぴんラーメン	豚肉 にんにく しょうが なたね油 たまねぎ ながねぎ キャベツ こまつな ○豚がらスープ ○中華スープの素 ○醤油 食塩 ごま油 こしょう				
			たこやき	たこ焼き【かつおだし(小麦)・小麦粉・たこ・キャベツ・揚げ玉(小麦)・植物油(大豆)・ねぎ・膨張剤・生姜酢漬・砂糖・食塩・調味料】 なたね油				
			もやしのソテー	焼き豚【豚肉・醤油(小麦・大豆)・砂糖・水あめ・食塩・醸造酢・生姜】(※コンタミネーション:豚肉・小麦・大豆・牛肉・鶏肉・乳) もやし ピーマン にんじん ○中華スープの素 ○薄口醤油 食塩 こしょう なたね油				
8 (金)		ス プ リ ン	<b>☆思い出給食アンケート 第2位「カレー」・第7位「フルーツ杏仁」</b>		701	25.2	◆	◆
			ごはん	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)				
			ビーフカレー	牛肉 じゃがいも にんじん たまねぎ にんにく しょうが グリンピース ○ケチャップ ○中濃ソース ○オレールウ ○でん粉カレールウ ○赤ワイン こしょう なたね油 ○カレー粉				
			ゆでたまご	鶏卵				
			フルーツあん仁	○みかん缶 ○黄桃缶 ○パイナップル 杏仁豆腐(ブレン)【果糖ぶどう糖液糖・砂糖・食用植物油・寒天・乳たん白(乳)・ホエイパウダー(乳)・香料・乳化剤(大豆)・乳化剤(大豆)・ビタミンC・クエン酸・pH調整剤】(※コンタミネーション:乳・大豆) 杏仁豆腐(いちご)【果糖ぶどう糖液糖・砂糖・食用植物油・寒天・乳たん白(乳)・ホエイパウダー(乳)・香料・乳化剤(大豆)・乳化剤(大豆)・ビタミンC・クエン酸・pH調整剤・野菜色素(大豆)・パプリカ色素(大豆)】(※コンタミネーション:乳・大豆) ダイゼリー(白桃)【果糖ぶどう糖液糖・砂糖・白桃ピューレ・乳酸Ca・乳化剤・酸味料・香料(もも)・ビタミンC・着色料】(※コンタミネーション:小麦・卵・乳)				
11 (月)			<b>★7大アレルゲン除去献立 ※裏の7大アレルゲン除去献立の説明欄をよくご確認ください。</b>		635	25.3		
			ごはん	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)				
			とんじる	豚肉 木綿豆腐(大豆) じゃがいも だいこん にんじん ながねぎ ごぼう こんにゃく ○赤みそ ○白みそ ごま油 ☆いわし煮干し 厚削り				
			にぎすのこめこいそべフライ 1・2ねん:1びき 3ねん~:2びき	にぎすの米粉焼込みフライ【にぎす・うるち米粉・食用玉米油・三温糖・生イースト・食塩・トレハロース・pH調整剤・増粘剤・米粉・あおさ粉】(※コンタミネーション:小麦・えび・かに・さけ・ゼラチン) なたね油				
			↑ソース	○中濃ソース				
			はりはりづけ	切干大根 細切り昆布 きゅうり にんじん				
			↑たれ	○醤油 砂糖 ○穀物酢 ○みりん風味調味料 ○和風だし				
12 (火)		ス プ リ ン	<b>★7大アレルゲン除去献立 ※裏の7大アレルゲン除去献立の説明欄をよくご確認ください。</b>		629	27.1		
			ごはん	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)				
			マスタヴァ(こめいりトマトスープ)	鶏肉 アルファ米【うるち米】 じゃがいも にんじん たまねぎ セロリー トマト しめじ なたね油 ○コンソメ 食塩 こしょう ○チキンスープストック ダイストマト缶【トマト・トマトピューレ・クエン酸】 トマトピューレ 砂糖 ○白ワイン クミン				
			ハンバーグのシャリアピンソース	ハンバーグ【豚肉・鶏肉・たまねぎ・粒状植物性たん白(大豆)・豚脂・難消化性デキストリン・果糖ぶどう糖液糖・でん粉・粉末状植物性たん白(大豆)・ドロマイト・ぶどう糖加工品・ポークエキス(豚肉)・発酵調味料・食塩・加工油脂・酵母エキス・チキンブイヨン(鶏肉)・加工デンプン・クエン酸Na・その他キャリアーオーバー等(大豆)】 たまねぎ にんにく オリーブオイル ○赤ワイン ○醤油 ○みりん風味調味料 砂糖 ○穀物酢				
			ブロッコリーのガーリックソテー	ブロッコリー ○ツナフレーク キャベツ にんにく 食塩 ○薄口醤油 こしょう オリーブオイル				
13 (水)			<b>★7大アレルゲン除去献立 ※裏の7大アレルゲン除去献立の説明欄をよくご確認ください。</b>		599	25.4		
			<b>☆思い出給食アンケート 第8位「わかめご飯」</b>					
			わかめごはん	精白米 強化米 わかめ 砂糖 食塩 酵母エキス (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・えび・かに)				
			よしかわじる	木綿豆腐(大豆) ○なると だいこん こまつな にんじん ながねぎ ○醤油 ○料理酒 食塩 でん粉 ☆だし昆布 ☆かつお節				
			ぶたにくのみそだれ	豚肉 (※コンタミネーション:牛肉・豚肉・鶏肉) ○料理酒 なたね油 しょうが ○醤油 砂糖 ○みりん風味調味料 ○赤みそ でん粉				
			ごまよごし	キャベツ いんげん にんじん				
			↑ごまだれ	黒すりごま ○醤油 砂糖				

にいがたけんのきょうどりょうり

ウズベキスタンのかていりょうり

