## 令和7年度 6月学校給食予定献立表(中学校)



★材料や分量、アレルギーの表示に ついては、こちらをご覧ください。 ※ハム、ベーコン、はんぺん、揚げかまぼこ、棒天、かまぼこ、ちくわには、卵や乳は含まれていません。 ※献立の材料は、天候などにより変更することがありますので、ご了承下さい。 ※春巻きやハンバーグなど、加工食品の原料を確認したい方は直接給食センターにお尋ねください。

東部学校給食センター 0957-22-6777

						ざ い り	 ) ょ う	東部学校給食セン	<i>19</i> ー 0957-	エネルギー kcal
ひにち	ようひ	、   こんだてめい	   含まれるアレルゲン	血や肉のもん		_	, <u>, , , , , , , , , , , , , , , , , , </u>	熱やカのもん	<u></u> トになる	21701 11001
ち	ขึ	)		血や肉のもとになる 肉・魚・卵・豆・豆製品 牛乳・小魚・海藻				熱や力のもとになる		— たんぱく質 g
	+				午乳・小黒・海深	色のこい野菜	色のうすい野菜・くだもの・きのこ		脂質	
2	月				中総	体振休				
		麦ごはん	—:					米 麦		
		牛乳	乳		牛乳					
3	人	, みそ汁 ハンバーグの	大豆、魚だし	厚揚げ みそ	わかめ		たまねぎ えのきたけ			. 743 29.6
		おろしソースかけ	小麦、大豆、鶏肉、 豚肉	国産ミート ハンバーグ			だいこん	さとう		29.0
		梅の香あえ	小麦、大豆				きゅうり もやし	さとう		
		_   麦ごはん					キャベツ 梅	】 米 麦		+
		<u></u>	乳		 牛乳					-
		じゃがいものベーコン煮	小麦、大豆、鶏肉、	ベーコン 豚肉		にんじん	たまねぎ グリンピース	じゃがいも		
4	水		豚肉			10.000	7.00,100 7.700 7.	さとう		815 28.9
		ししゃも磯の香フライ	小麦、大豆、魚		ししゃも磯の香 フライ				油	23.3
		かみかみきんぴら	小麦、いか、ごま、	さきいか		にんじん いんげん	カムニム ブぼう	さとう	でま 油	
	_		大豆	GG/W.		1270070 01701770	11/00/0 Cla J		C& /III	
		コッペパン 牛乳	小麦、乳、大豆  乳		 十乳			コッペパン		
		± ¬ , ı ,		が ウン・	スキムミルク	1-/10/10/10	たまわぎ しゅい	じゃがいも	/\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\	795
5	木	ホワイトシチュー	鶏肉、豚肉	鶏肉 ベーコン	牛乳・チーズ	にんじん パセリ	たまねぎ しめじ	小麦粉	バター 油	. 30.0
		ごぼうサラダ	小麦、ごま、大豆				えだまめ ごぼう とうもろこし	さとう	ごま油	
		りんごジャム	りんご					りんごジャム		
		わかめごはん			わかめ			米 麦		
		牛乳		   → /	牛乳					007
6	金	五目うどん	小麦、大豆、鶏肉、 魚、魚だし	はんぺん 鶏肉  油揚げ		にんじん こねぎ	ごぼう たまねぎ	うどん		807 27.6
		野菜かきあげ	大豆			野菜かき揚げ			油	
		豚肉と野菜の炒め物	小麦、大豆、豚肉	豚肉		ピーマン	キャベツ しめじ		油	
9	月	麦ごはん			中 総	体 振 休 		米麦		Ι
		牛乳	ਹ।					· · · · · ·		
10			乳		牛乳					
10	$\perp$	こうま汁		     厚揚げ 鶏肉 みそ	牛乳	にんじん	えのきたけ こんにゃく			
	)	さつま汁	大豆、鶏肉、魚だし	厚揚げ 鶏肉 みそ	牛乳	にんじん	えのきたけ こんにゃく ごぼう 深ねぎ			743 . 30.9
	) 丛	いわしおかか煮	大豆、鶏肉、魚だし	厚揚げ 鶏肉 みそいわしおかか煮	牛乳		ごぼう 深ねぎ	じゃがいも		
	从	いわしおかか煮 もやしときゅうりの 酢の物	大豆、鶏肉、魚だし		牛乳	たんじん	えのきたけ こんにゃく ごぼう 深ねぎ もやし きゅうり	じゃがいも	ごま	
	从	いわしおかか煮 もやしときゅうりの 酢の物 麦ごはん	大豆、鶏肉、魚だし 小麦、大豆、魚 小麦、ごま、大豆				ごぼう 深ねぎ	じゃがいも	ごま	
	) 从	いわしおかか煮 もやしときゅうりの 酢の物	大豆、鶏肉、魚だし 小麦、大豆、魚 小麦、ごま、大豆 乳		牛乳		ごぼう 深ねぎ もやし きゅうり	じゃがいも	ごま	
11		いわしおかか煮 もやしときゅうりの 酢の物 麦ごはん 牛乳	大豆、鶏肉、魚だし 小麦、大豆、魚 小麦、ごま、大豆 乳 小麦、ごま、大豆、				ごぼう 深ねぎ もやし きゅうり しいたけ しょうが たまねぎ はくさい	じゃがいも	ごま	. 30.9 
11		いわしおかか煮 もやしときゅうりの 酢の物 麦ごはん 牛乳	大豆、鶏肉、魚だし 小麦、大豆、魚 小麦、ごま、大豆 乳	いわしおかか煮		赤ピーマン	でぼう 深ねぎ もやし きゅうり しいたけ しょうが たまねぎ はくさい 深ねぎ	じゃがいも さとう 米 麦		. 30.9
11		いわしおかか煮 もやしときゅうりの 酢の物 麦ごはん 牛乳	大豆、鶏肉、魚だし 小麦、大豆、魚 小麦、ごま、大豆 乳 小麦、ごま、大豆、	いわしおかか煮		赤ピーマン	ごぼう 深ねぎ もやし きゅうり しいたけ しょうが たまねぎ はくさい	じゃがいも さとう 米 麦		. 30.9 
11		いわしおかか煮 もやしときゅうりの 酢の物 麦ごはん 牛乳 香雨スープ 酢豚 冷凍みかん	大豆、鶏肉、魚だし 小麦、大豆、魚 小麦、ごま、大豆 乳 小麦、ごま、大豆、 鶏肉 小麦、大豆、豚肉 果物	いわしおかか煮		赤ピーマンにんじん	でぼう 深ねぎ もやし きゅうり しいたけ しょうが たまねぎ はくさい 深ねぎ しょうが たまねぎ	じゃがいも さとう 米 麦 春雨 でん粉 さとう	ごま油	. 30.9 
11		いわしおかか煮 もやしときゅうりの 酢の物 麦ごはん 牛乳 香雨スープ 酢豚 冷凍みかん コッペパン	大豆、鶏肉、魚だし 小麦、大豆、魚 小麦、ごま、大豆 乳 小麦、ごま、大豆、 乳 小麦、ごま、大豆、 乳 小麦、 でま、大豆、 鶏肉 小麦、 大豆、 豚肉 果物 小麦、乳、大豆	いわしおかか煮	牛乳	赤ピーマンにんじん	でぼう 深ねぎ もやし きゅうり しいたけ しょうが たまねぎ はくさい 深ねぎ しょうが たまねぎ たけのこ	じゃがいも さとう 米 麦 春雨	ごま油	. 30.9 
11		いわしおかか煮 もやしときゅうりの 酢の物 麦ごはん 牛乳 香雨スープ 酢豚 冷凍みかん	大豆、鶏肉、魚だし 小麦、大豆、魚 小麦、ごま、大豆 乳 小麦、ごま、大豆、 乳 小麦、 でま、大豆、 鶏肉 小麦、大豆、豚肉 果物 小麦、乳、大豆 乳	いわしおかか煮		赤ピーマンにんじん	でぼう 深ねぎ もやし きゅうり しいたけ しょうが たまねぎ はくさい 深ねぎ しょうが たまねぎ たけのこ	じゃがいも さとう 米 麦 春雨 でん粉 さとう	ごま油	. 30.9 
	水	いわしおかか煮 もやしときゅうりの 酢の物 麦ごはん 牛乳 香雨スープ 酢豚 冷凍みかん コッペパン 牛乳 スーミータン	大豆、鶏肉、魚だし 小麦、大豆、魚 小麦、ごま、大豆 乳 小麦、ごま、大豆、 乳 小麦、ごま、大豆、 乳 小麦、 でま、大豆、 鶏肉 小麦、 大豆、 豚肉 果物 小麦、乳、大豆	いわしおかか煮	牛乳	赤ピーマンにんじん	でぼう 深ねぎ もやし きゅうり しいたけ しょうが たまねぎ はくさい 深ねぎ しょうが たまねぎ たけのこ	じゃがいも さとう 米 麦 春雨 でん粉 さとう	ごま油	796
11	水	いわしおかか煮 もやしときゅうりの 酢の物 麦ごはん 牛乳 香雨スープ 酢豚 冷凍みかん コッペパン 牛乳 スーミータン	大豆、鶏肉、魚だし 小麦、大豆、魚 小麦、ごま、大豆、 乳 小麦、 ごま、大豆、 乳 小麦、 がった。 大豆、 豚肉 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	いわしおかか煮 鶏肉 豚肉	牛乳	赤ピーマン にんじん にんじん ピーマン	でぼう 深ねぎ もやし きゅうり しいたけ しょうが たまねぎ しょうが たまねぎ たけのこ みかん	じゃがいも さとう 米 麦 春雨 でん粉 さとう コッペパン でん粉	<ul><li>ごま油</li><li>ごま油</li></ul>	. 30.9 
	水	いわしおかか煮 もやしときゅうりの 酢の物 麦ごはん 牛乳 香雨スープ 酢豚 冷凍みかん コッペパン 牛乳 スータン 愛のコロッケ	大豆、鶏肉、魚だし     小麦、大豆、魚     小麦、ごま、     乳	いわしおかか煮 鶏肉 豚肉 鶏肉 ハム 卵	牛乳	赤ピーマン にんじん にんじん ピーマン パセリ	でぼう 深ねぎ もやし きゅうり しいたけ しょうが たまねぎ しょうが たまねぎ たけのこ みかん とうもろこし たまねぎ	じゃがいも さとう 米 麦 春雨 でん粉 さとう	ごま油 油 ごま油 油	796
	水	いわしおかか煮 もやしときゅうりの 酢の物 麦ごはん 牛乳 香雨スープ 酢豚 冷凍みかん コッペパン 牛乳 スータン 一変のコロッケ 野菜ソテー	大豆、鶏肉、魚だし 小麦、大豆、魚 小麦、ごま、大豆、 乳 小麦、 ごま、大豆、 乳 小麦、 がった。 大豆、 豚肉 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	いわしおかか煮 鶏肉 豚肉	牛乳	赤ピーマン にんじん にんじん ピーマン	でぼう 深ねぎ もやし きゅうり しいたけ しょうが たまねぎ しょうが たまねぎ たけのこ みかん	じゃがいも さとう 米 麦 春雨 でん粉 さとう つッペパン でん粉 愛のコロッケ	<ul><li>ごま油</li><li>ごま油</li></ul>	796
	水	いわしおかか煮 もやしときゅうりの 酢の物 麦ごはん 牛乳 香雨スープ 酢豚 冷凍みかん コッペパン 牛乳 スータン 愛のコロッケ	大豆、鶏肉、魚だし     小麦、大豆、魚     小麦、ごま、     乳	いわしおかか煮 鶏肉 豚肉 鶏肉 ハム 卵	牛乳	赤ピーマン にんじん にんじん ピーマン パセリ	でぼう 深ねぎ もやし きゅうり しいたけ しょうが たまねぎ しょうが たまねぎ たけのこ みかん とうもろこし たまねぎ	じゃがいも さとう 米 麦 春雨 でん粉 さとう コッペパン でん粉	ごま油 油 ごま油 油	796
	水	いわしおかか煮 もやしときゅうりの 酢の物 麦ごはん 牛乳 香雨スープ 酢豚 冷凍みかん コッペパン 牛乳 スータン 一 要のコロッケ 野菜ソテー いちごジャム	大豆、鶏肉、魚だし     小麦、大豆、魚     小麦、ごま、     乳	いわしおかか煮 鶏肉 豚肉 鶏肉 ハム 卵	牛乳	赤ピーマン にんじん にんじん ピーマン パセリ	でぼう 深ねぎ もやし きゅうり しいたけ しょうが たまねぎ しょうが たまねぎ たけのこ みかん とうもろこし たまねぎ	じゃがいも さとう 米 麦 春雨 でん粉 さとう コッペパン でん粉 愛のコロッケ いちごジャム	ごま油 油 ごま油 油	796
12	小木	いわしおかか煮 もやしときゅうりの 酢の物 麦ごはん 牛乳 香雨 冷凍みかん コッペパン 牛乳 スープ 愛のコロッケ 野菜ソテー いちごはん 牛乳 麦ごはん 牛乳	大豆、鶏肉、魚だし 小麦、大豆、魚 小麦、ごま、 乳 小麦、 乳 小麦、 一型、 小麦、 一型、 一型、 小麦、 一型、 一型、 一型、 一型、 一型、 一型、 一型、 一型	いわしおかか煮 鶏肉 豚肉 鶏肉 ハム 卵	牛乳	赤ピーマン にんじん にんじん ピーマン パセリ	でぼう 深ねぎ もやし きゅうり しいたけ しょうが たまねぎ しょうが たまねぎ たけのこ みかん とうもろこし たまねぎ	じゃがいも さとう 米 麦 春雨 でん粉 さとう コッペパン でん粉 愛のコロッケ いちごジャム	ごま油 油 ごま油 油	. 30.9 . 796 . 30.0 . 818 . 33.1
12	小木	いわしおかか煮 もやしときゅうりの 酢の物 麦ごはん 牛乳 香雨スープ 酢豚 冷凍みかん コッペパン 牛乳 スーシータン 愛のコロッケ 野菜ソテー いちごさん 牛乳 ボークカレー ルウ	大豆、鶏肉、魚だし 小麦、大豆、魚 小麦、ごま、大豆、 乳 小麦、 でま、大豆、 乳 小麦、 でま、大豆、 乳 小麦、 大豆、 豚肉 ・ 大豆、	いわしおかか煮         鶏肉         豚肉         鶏肉 ハム 卵         豚肉	牛乳	赤ピーマン にんじん ピーマン パセリ ピーマン	<ul><li>ごぼう 深ねぎ</li><li>もやし きゅうり</li><li>しいたけ しょうが たまねぎ しょうが たまねぎ たけのこ みかん</li><li>とうもろこし たまねぎ キャベツ</li><li>たまねぎ りんご</li></ul>	じゃがいも さとう 米 麦 春雨 でん粉 さとう いかパン でん粉 愛のコロッケ いちごジャム ・ 大 麦 ・ じゃがいも	<ul><li>ごま油</li><li>ごま油</li><li>油油</li><li>油油</li></ul>	796 30.0
12	小木	いわしおかか煮 もやしときゅうりの 酢の物 麦ごはん 牛乳 香雨 冷凍みかん コッペパン 牛乳 スープ 愛のコロッケ 野菜ソテー いちごはん 牛乳 麦ごはん 牛乳	大豆、鶏肉、魚だし 小麦、大豆、魚 小麦、ごま、 乳 小麦、 乳 小麦、 一型、 小麦、 一型、 一型、 小麦、 一型、 一型、 一型、 一型、 一型、 一型、 一型、 一型	いわしおかか煮         鶏肉         豚肉         鶏肉 ハム 卵         豚肉	牛乳	赤ピーマン にんじん にんじん ピーマン パセリ ピーマン	<ul><li>ごぼう 深ねぎ</li><li>もやし きゅうり</li><li>しいたけ しょうが たまねぎ しょうが たまねぎ たけのこ みかん</li><li>とうもろこし たまねぎ</li><li>キャベツ</li></ul>	じゃがいも さとう 米 麦 春雨 でん粉 さとう コッペパン でん粉 愛のコロッケ いちごジャム 米 麦	<ul><li>ごま油</li><li>ごま油</li><li>油油</li><li>油油</li></ul>	. 30.9 . 796 . 30.0 . 818 . 33.1
12	小木	いわしおかか煮 もやしときゅうりの 酢の物 麦ごはん 牛乳 春雨 スープ 酢豚 冷凍みかん コッペパン 牛乳 スータン マッケ 野菜ソテー いちごはん 牛乳 ポークカレー ルウ アーモンドサラダ チーズ	大豆、鶏肉、魚だし 小麦、大豆、魚 小麦、 ごま、 一乳 水鶏 水 小麦、 でま、 です。 大豆、	いわしおかか煮         鶏肉         豚肉         鶏肉 ハム 卵         豚肉	牛乳	赤ピーマン にんじん ピーマン パセリ ピーマン	<ul> <li>ごぼう 深ねぎ</li> <li>もやし きゅうり</li> <li>しいたけ しょうが にまねぎ しょうが たまねぎ たけのこ みかん</li> <li>とうもろこし たまねぎ キャベツ</li> <li>たまねぎ りんご キャベツ きゅうり</li> </ul>	じゃがいも さとう 米 麦 春雨 でん粉 さとう いかパン でん粉 愛のコロッケ いちごジャム 米 麦 じゃがいも さとう	<ul><li>ごま油</li><li>油</li><li>油</li><li>油</li><li>カーモンド</li></ul>	. 30.9 . 796 . 30.0 . 818 . 33.1
12	小木	いわしおかか煮 もやしときゅうりの 酢の物 麦ごはん 牛乳 春雨 スープ 酢豚 冷凍みかん コッペパン 牛乳 スータッケ 野菜 ごはん 牛乳 ポークカレー ルウ 麦ごはん 牛乳 ポークカレー ルウ アーズ ごはん	大豆、鶏肉、魚だし 小麦、 ガラ、 ガラ、 ガラ、 ガラ、 ガラ、 ガラ、 大	いわしおかか煮         鶏肉         豚肉         鶏肉 ハム 卵         豚肉	牛乳         牛乳         チーズ	赤ピーマン にんじん ピーマン パセリ ピーマン	<ul> <li>ごぼう 深ねぎ</li> <li>もやし きゅうり</li> <li>しいたけ しょうが にまねぎ しょうが たまねぎ たけのこ みかん</li> <li>とうもろこし たまねぎ キャベツ</li> <li>たまねぎ りんご キャベツ きゅうり</li> </ul>	じゃがいも さとう 米 麦 春雨 でん粉 さとう いかパン でん粉 愛のコロッケ いちごジャム ・ 大 麦 ・ じゃがいも	<ul><li>ごま油</li><li>油</li><li>油</li><li>油</li><li>カーモンド</li></ul>	. 30.9 . 796 . 30.0 . 818 . 33.1
12	小木	いわしおかか煮 もやしときゅうりの 酢の物 麦ごはん 牛乳 春雨 スープ 酢豚 冷凍みかん コッペパン 牛乳 スー 愛のコロッケ 野菜ソテー いちごはん 牛乳 ポークカレー ルウ アーズごはん 牛乳 ポークカレー ルウ チーズ ごはん 牛乳	大豆、鶏肉、魚だし 小麦、 大豆、 魚 小麦、 ごま、 大豆、 一乳 小鶏 水麦、 でま、 大豆、 下肉 乳 水麦、 です。 大豆、 下肉 果 小乳 、 かっち、 です。 大豆、 下丸 の 大豆、 です。 大豆、 下丸 の 大豆、 です。 大豆、 下丸 の 大豆、 です。 大丁 大ン です。	いわしおかか煮         鶏肉         鶏肉         バム 卵         豚肉	牛乳	赤ピーマン にんじん ピーマン パセリ ピーマン にんじん にんじん	でぼう 深ねぎ もやし きゅうり しいたけ しょうが たまねぎ しょうが たまねぎ とうもろこし たまねぎ キャベツ たまねぎ りんご キャベツ きゅうり	じゃがいも さとう 米 春雨 でん粉 愛のコンケ いちごジャム 米 麦 じゃがいも さとう 米	<ul><li>ごま油</li><li>ごま油</li><li>油</li><li>油</li><li>カーモンド</li><li>油</li></ul>	. 30.9 . 796 . 30.0 . 818 . 33.1
12		いわしおかか煮 もやしときゅうりの 酢の物 麦ごはん 牛乳 春雨スープ 酢豚 冷凍みかん コッペパン 牛乳 スータン 愛のコロッケ 野菜ソテー いちごはん 牛乳 ボークカレー ルウ アーモンドサラダ チーズ にはん 牛乳 そぼろ煮	大豆、鶏肉、魚だし 小麦、 でま、 でま、 でま、 でま、 でま、 でま、 でま、 大豆、 大豆、 大豆、 大豆、 大豆、 大豆、 大豆、 大豆、 大豆、 大豆	いわしおかか煮         鶏肉         豚肉         鶏肉 ハム 卵         豚肉	牛乳         牛乳         チーズ	赤ピーマン にんじん ピーマン パセリ ピーマン	<ul> <li>ごぼう 深ねぎ</li> <li>もやし きゅうり</li> <li>しいたけ しょうが にまねぎ しょうが たまねぎ たけのこ みかん</li> <li>とうもろこし たまねぎ キャベツ</li> <li>たまねぎ りんご キャベツ きゅうり</li> </ul>	じゃがいも さとう 米 麦 春雨 でん粉 さとう いかパン でん粉 愛のコロッケ いちごジャム 米 麦 じゃがいも さとう	<ul><li>ごま油</li><li>油</li><li>油</li><li>油</li><li>カーモンド</li></ul>	. 796 30.0 . 818 33.1 . 768 26.6
13		いわしおかか煮 もやしときゅうりの 酢の物 麦ごはん 牛乳 春雨スープ 酢豚 冷凍みかん コッペパン 牛乳 スータン 愛のコロッケ 野菜ソテー いちごはん 牛乳 ボークカレー ルウ アーモンドサラダ チーズ にはん 牛乳 そぼろ煮	大豆、鶏肉、魚だし 小麦、 ごま、	いわしおかか煮         鶏肉         鶏肉         バム 卵         豚肉	牛乳         牛乳         チーズ	赤ピーマン にんじん ピーマン パセリ ピーマン にんじん にんじん	でぼう 深ねぎ もやし きゅうり しいたけ しょうが たまねぎ しょうが たまねぎ とうもろこし たまねぎ キャベツ たまねぎ りんご キャベツ きゅうり	じゃがいも さとう 米 麦 春雨 でん粉 でのコック いろう いろう いろう いちを でんがいも さとう 米	<ul><li>ごま油</li><li>ごま油</li><li>油</li><li>油</li><li>カーモンド</li><li>油</li></ul>	. 796 30.0 . 818 33.1 . 768 26.6
13		いわしおかか煮 もやしときゅうりの 酢の物 麦ごはん 牛乳 春雨スープ 酢豚 冷凍みかん コッペパン 牛乳 ス 愛のコッケ 野菜ソテーム 麦ごはん 牛乳 ポークカレー ルウ アーズ さん 牛乳 できる 大き できる 大き できる 大き できる かく	大豆、鶏肉、魚だし 小麦、 でま、 でま、 でま、 でま、 でま、 でま、 でま、 大豆、 大豆、 大豆、 大豆、 大豆、 大豆、 大豆、 大豆、 大豆、 大豆	知力しおかか煮         鶏肉         バム 卵         豚肉         豚肉         鶏肉 揚げかまぼこ厚揚げ	牛乳         牛乳         チーズ	赤ピーマン にんじん ピーマン パセリ ピーマン にんじん にんじん	でぼう 深ねぎ もやし きゅうり しいたけ しょうが たまねぎ しょうが たまねぎ とうもろこし たまねぎ キャベツ たまねぎ りんご キャベツ きゅうり	じゃがいも さとう 米 麦 春雨 でん粉 でのコック いろう いろう いろう いちを でんがいも さとう 米	<ul><li>ごま油</li><li>ごま油</li><li>油</li><li>油</li><li>カーモンド</li><li>油</li></ul>	. 796 30.0 . 818 33.1 . 768 26.6

## 令和7年度 6月学校給食予定献立表(中学校)



★材料や分量、アレルギーの表示に ついては、こちらをご覧ください。

※ハム、ベーコン、はんぺん、揚げかまぼこ、棒天、かまぼこ、ちくわには、卵や乳は含まれていません。 ※献立の材料は、天候などにより変更することがありますので、ご了承下さい。 ※春巻きやハンバーグなど、加工食品の原料を確認したい方は直接給食センターにお尋ねください。

ひにち	ようび	こんだてめい	含まれるアレルゲン			<u>さいりょう</u>		1		エネルギー kcal 
				血や肉のもとになる		体の調子をととのえる		熱や力のもとになる		
り	U)			肉・魚・卵・豆・豆製品	牛乳・小魚・海藻	色のこい野菜	色のうすい野菜・くだもの・きのこ	こく類・いも類・さとう	脂質	/こ/いはへ貝 5
	_	麦ごはん						米 麦		
17		牛乳	乳		牛乳					
	火		小麦、牛肉、大豆	牛肉		にんじん きぬさや	たまねぎ こんにゃく	じゃがいも	油	761 30.7
			小麦、卵、大豆	   卵焼き		,		さとう		30.7
		- リース・リース・リース・リース・リース・リース・リース・リース・リース・リース・	小麦、卵、八豆   小麦、大豆、鶏肉	類別 大豆	ひじき	 にんじん		さとう	 油	
		麦ごはん	コンダイ ンノファイ 2個トス	NOTE OF THE PROPERTY OF THE PR				米麦	/W	
		生乳			  牛乳					
						ー ー ー し し し し し し し し し し し し し し し し し	だいこん こんにゃく	1" \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \		850
18	水	豚汁	大豆、豚肉、魚だし	豚肉 厚揚げ みそ		にんじん こねぎ	ごぼう	じゃがいも		35.0
		魚のごまだれかけ	小麦、ごま、大豆、魚	ブリ			しょうが	でん粉 さとう	油 ごま	
		からしあえ	小麦、大豆			ほうれんそう にんじん	きゅうり	さとう		
19		 米粉パン	小麦、乳、大豆			1270070		米粉パン		+
		牛乳	乳		 牛乳			71(4)37 12		
			小麦、大豆、鶏肉、	A)			ナナかギーノーノ	1	).h	
		ひよこ豆のカレースープ	豚肉	ベーコン ひよこ豆		にんじん パセリ	たまねぎ にんにく	じゃがいも	油	784
	.,.	鶏肉のハーブ焼き	小麦、大豆、鶏肉	鶏肉					オリーブ油	36.5
		ごまドレッシングサラダ	小麦、ごま、大豆				きゅうり キャベツ とうもろこし	さとう	油 ごま	
			」 乳、ゼラチン		  ヨーグルト					
		クーブジューシー	小麦、大豆、豚肉	豚肉	こんぶ		えだまめ しいたけ	米 麦 さとう	油	
		<u> </u>	乳	1,551, 5	  牛乳		72720003 00 17213	<u>ж</u> 2 ссэ	7.00	
		タ川は郷土料理は	小麦、大豆、鶏肉、	 鶏肉 油揚げ		にんじん	とうがん 深ねぎ			752
20	金	・/不・電光」です。	魚だし				えのきたけ			32.4
		ほきフライ	小麦、大豆、魚	ほきフライ					油	
		キャベツのじゃこ炒め	小麦、ごま、大豆、魚		しらす干し	ほうれんそう にんじん	キャベツ	さとう	ごま油	
		ごはん				10,00,0		米		
		牛乳			 牛乳					
23	П		えび、小麦、大豆、	ノンフライつくね		にょいょ きかさか	キャベツ たまねぎ	でん粉		827
23		肉団子の中華煮 	鶏肉、豚肉	えび		にんじん きぬさや	しいたけ			27.5
		春巻き 	小麦、大豆、豚肉					春巻き	油	
		きゅうりのぴりっと漬け	小麦、ごま、大豆				きゅうり		ごま油	
		麦ごはん						米 麦		
		牛乳	乳		牛乳	T - 10 / 7 -				783 29.4
24	11/	団子汁	小麦、大豆、鶏肉、  魚だし	鶏肉 油揚げ		ほうれんそう にんじん	たまねぎ しいたけ	いももち		
<b>~</b> 4			小麦、大豆、鶏肉、	彩り野菜とキャベツの		10,00,0				
		ミンチカツ	豚肉	ミンチカツ					油	
		ツナと野菜の炒め物	小麦、ごま、大豆、魚	まぐろ油漬フレーク		にんじん	キャベツ	さとう	ごま油	
		麦ごはん						米 麦		
		牛乳	乳		牛乳					740 35.6
		けんちん汁	小麦、大豆、鶏肉、	鶏肉・厚揚げ		にんじん	ごぼう こんにゃく	じゃがいも		
25	水		魚だし 				深ねぎ しょうが			
		魚のマスタード焼き	小麦、さば、大豆、魚	さば		パセリ			卵不使用マヨネーズ	
		昆布あえ	小麦、大豆		こんぶ		キャベツ もやし			
								18 2 > 118 > 1		
		パインパン	小麦、乳、大豆、果物		  			パインパン		
26		牛乳	乳  小麦、牛肉、大豆、		牛乳					856
		チリコンカン	鶏肉、豚肉、りんご	合挽肉 大豆		にんじん	たまねぎ にんにく		油	36.4
		オムレツ	卵、大豆	オムレツ						
		切り干し大根のサラダ	小麦、ごま、大豆				干しだいこん きゅうり	さとう	ごま	
		麦ごはん						米 麦		780 34.8
		牛乳	乳		牛乳					
27	소	具だくさんみそ汁	大豆 <b>、</b> 魚だし	厚揚げ みそ		にんじん	こんにゃく たまねぎ	じゃがいも		
<u> </u>							深ねぎ 			
		揚げ魚のレモンソースかけ	小麦、大豆、魚	ほき			レモン	でん粉 さとう	油	
		浦上そぼろ	小麦、大豆、豚肉	豚肉		にんじん いんげん	もやし ごぼう	さとう	油	
		ごはん						米		
		牛乳	乳		牛乳					<u> </u>
							たまねぎ たけのこ			790
30	月	トック	小麦、ごま、大豆、  鶏肉、豚肉	豚肉		にんじん	えのきたけ 深ねぎ	トック	ごま油	30.5
							しょうが	— / II/A		
			小麦、大豆、鶏肉	鶏肉		 	しょうが にんにく	でん粉 はちみつ		
1		ナムル	小麦、ごま、大豆			ほうれんそう	もやし		ごま ごま油	