

10月分 詳細献立表

日 曜	(小学校中学生) エネルギー(kcal)	料理名	卵	乳	えび	かに	小麦	使用材料名
	塩分(g)							
1 金	615	鶏肉と さつまいもの 甘酢炒め						○ さつまいも 米油 鶏肉 根深ねぎ しょうが さやいんげん 中華だし (食塩 デキストリン ポークエキスパウダー【大豆 豚肉】 砂糖 チキンエキスパウダー【鶏肉】 ジンジャーパウダー 調味動物油脂【鶏肉】 オニオンパウダー チキンパウダー【鶏肉】 こしょう ガーリックパウダー 発酵酵母エキスパウダー 調味料(アミノ酸等) pH調整剤) 三温糖 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 酒 米酢 トマトケチャップ(トマト ぶどう糖 果糖液糖 ぶどう糖 砂糖 醸造酢 食塩 たまねぎ 香辛料) 馬鈴薯澱粉
		しらすあえ						○ こまつな キャベツ にんじん ちりめんじゃこ(いわし類の稚魚 食塩) こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 ※ちりめんじゃこは、えび、かにが混ざる漁法で採取
		△印の対応はできません				△	△	
	2.0	焼き豚スープ						○ 焼き豚(豚もも肉【豚肉】 砂糖 粉あめ しょうゆ【小麦 大豆】 食塩 しょうゆ加工品【小麦 大豆】 香辛料抽出物) 春雨(甘藷でん粉 馬鈴薯でん粉) だいこん にんじん 干しいたけ なら 中華だし(食塩 デキストリン ポークエキスパウダー【大豆 豚肉】 砂糖 チキンエキスパウダー【鶏肉】 ジンジャーパウダー 調味動物油脂【鶏肉】 オニオンパウダー チキンパウダー【鶏肉】 こしょう ガーリックパウダー 発酵酵母エキスパウダー 調味料(アミノ酸等) pH調整剤) 食塩 うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 ※焼き豚は、乳成分、卵、牛肉、鶏肉、ゼラチン、りんご、ごまを使用した設備で製造
		△印の対応はできません	△	△				
4 月	637	さばのみそ煮						☆さばのみそ煮(さば【さば】 みそ【大豆】 砂糖 発酵調味料 でん粉) △ ※さばのみそ煮は、小麦、乳成分を含む他製品と同工場で製造
		△印の対応はできません					△	
		あらめの炒り煮						○ 鶏肉 あらめ 刻み油揚げ(大豆【大豆】 なたね油 豆腐用凝固剤(塩化マグネシウム)) にんじん むき枝豆(枝豆【大豆】 食塩) 米油 三温糖 本みりん こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 酒
	1.9	ほうれん草のすまし汁					○ 冷凍豆腐(豆乳【大豆】 澱粉(コーンスターチ) 加工澱粉 凝固剤(塩化マグネシウム)) ほうれん草 にんじん ぶなしめじ だいこん 根深ねぎ 昆布だしパック だしパック中厚削り(そうだがつお) うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩	
5 火	630	揚げシューマイ						○ ☆ポークしゅうまい(豚肉【豚肉】 たまねぎ パン粉【小麦】 でん粉 しょうがペースト 砂糖 食塩 酵母エキス ポークエキス【豚肉】 香辛料 小麦粉【小麦】 還元水あめ) 米油 ※ポークしゅうまいは、えび、かに、卵、乳成分を含む他製品と同工場製造
		△印の対応はできません	△	△	△	△		
		のりあえ						○ こまつな にんじん キャベツ 焼きのり(乾のり) こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 ※乾のりは、えび・かにが生息している海域で採取 ※焼きのりは、小麦・えび・大豆・鯖を含む他製品と同一ラインで製造
		△印の対応はできません				△	△	
	1.5	玉ねぎと 厚揚げのみそ汁						厚揚げ(豆腐【大豆】 粉状大豆たん白【大豆】 なたね油 加工デンプン トレハロース 食物繊維 食塩 ぶどう糖) たまねぎ にんじん 根深ねぎ えのきたけ 煮干し(カタクチイワシ ビタミンE) みそ【大豆】 ※カタクチイワシは、えび、いか、かにが混ざる漁法で採取 ※厚揚げは、ごまを使用した他製品と同一ラインで製造
		△印の対応はできません				△	△	

10月分 詳細献立表

日 曜	(小学校中学生年) エネルギー(kcal)	料理名	卵	乳	えび	かに	小麦	使用材料名
	塩分(g)							
6 水	596	非常食カレー △印の対応はできません	△	△	△	△	△	☆救給カレー(スイートコーン ジャがいも にんじん たまねぎ ぶなしめじ うるち米 トマトジュース 植物油 粉あめ たまねぎエキス カレーパウダー 食塩 酵母エキス 香辛料) ※救給カレーは、えび、かに、小麦、卵、乳、いか、牛肉、ごま、さけ、大豆、鶏肉、豚肉、まつたけ、りんご、ゼラチンを含む他商品と同一ラインで製造
		チキンフランク △印の対応はできません	△	△			△	☆チキンフランク(鶏肉【鶏肉】 馬鈴薯澱粉 食塩 砂糖 香辛料) ※チキンフランクは、牛肉、豚肉、卵、乳、大豆、小麦を含む他製品と同工場で製造
	フルーツあえ						ナタデココ(ナタデココ 砂糖 難消化性デキストリン(水溶性食物繊維) ぶどう濃縮果汁 酸味料 香料) みかんシロップ漬け(みかん 砂糖・ぶどう糖果糖液糖 クエン酸) りんごシロップ漬け(りんご【りんご】 砂糖 混合異性化液糖 酸化防止剤(ビタミンC) 酸味料)	
	2.5 缶たんミネストローネ						まぐろ水煮(きはだまぐろ 食塩 野菜エキス(キャベツ にんじん たまねぎ) ジャがいも たまねぎ ミックスビーンズ(黄大豆【大豆】 青大豆【大豆】 手亡 金時豆) とうもろこし トマト水煮(トマト トマトジュース 食塩 クエン酸) トマトケチャップ(トマト ぶどう糖果糖液糖 ぶどう糖 砂糖 醸造酢 食塩 たまねぎ 香辛料) コンソメ(食塩 デキストリン 麦芽糖 チキンコンソメパウダー【鶏肉】 ぶどう糖 酵母エキスパウダー たん白加水分解物【鶏肉 豚肉】 チキンエキスパウダー【鶏肉】 鶏脂【鶏肉】 砂糖 魚醤パウダー 香辛料 トマトパウダー オニオンエキスパウダー 乳酸発酵トマトエキスパウダー にんじんエキスパウダー 香辛料抽出物 酸味料) 三温糖 食塩 こしょう 米油	
		さつまいもスティック					さつまいも 砂糖 植物油脂	
7 木	624	焼きかれい						☆エテカレイー夜干し(えてかれい 食塩) 米油
		れんこんのきんぴら					○	豚肉 れんこん水煮スライス(れんこん 酸化防止剤(ビタミンC)) ごぼう こんにやく(こんにやく製粉 海藻粉末 水酸化カルシウム) にんじん さやいんげん いりごま こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 酒 ごま油【ごま】 ※こんにやくは、大豆、オレンジ、もも、りんごを含む他商品と同工場で製造
	1.7 もずくのみそ汁 △印の対応はできません	ごはん 牛乳				△	△	厚揚げ(豆腐【大豆】 粉状大豆たん白【大豆】 なたね油 加工デンプン トレハロース 食物繊維 食塩 ぶどう糖) こまつな にんじん キャベツ もずく(もずく pH調整剤) 煮干し(カタクチイワシ ビタミンE) 味噌【大豆】 ※カタクチイワシは、えび、いか、かにが混ざる漁法で採取 ※もずくは、えび、かにが混ざる漁法で採取 ※厚揚げは、ごまを使用した製品と同一ラインで製造
		納豆					○	☆カップ納豆(大豆【大豆】 納豆菌 納豆のたれ(植物性たんぱく加水分解物 しょうゆ【小麦 大豆】 砂糖 果糖ぶどう糖液糖 昆布エキス かつお節エキス 醸造酢 米発酵調味料 食塩 酵母エキス)
8 金	685	まぐろソイフライ						くろまぐろ 食塩 上新粉(うるち米) こうや豆腐粉末(大豆【大豆】 炭酸カリウム 豆腐凝固剤) 米油
		コールスロー						キャベツ とうもろこし きゅうり フレンチドレッシング(食用植物油 醸造酢 砂糖 水あめ 食塩 果汁(レモン パインアップル) 酵母エキスパウダー オニオンエキス 香辛料 増粘剤(キサンタンガム 加工でん粉) 乳化剤 香辛料抽出物 香料) 食塩 こしょう
	1.8	白ねぎのカレースープ	ごはん 牛乳				○	豚肉 ミックスビーンズ(黄大豆【大豆】 青大豆【大豆】 手亡 金時豆) にんじん 根深ねぎ ほうれんそう ぶなしめじ コンソメ(食塩 デキストリン 麦芽糖 チキンコンソメパウダー【鶏肉】 ぶどう糖 酵母エキスパウダー たん白加水分解物【鶏肉 豚肉】 チキンエキスパウダー【鶏肉】 鶏脂【鶏肉】 砂糖 魚醤パウダー 香辛料 トマトパウダー オニオンエキスパウダー 乳酸発酵トマトエキスパウダー にんじんエキスパウダー 香辛料抽出物 酸味料) うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 カレー粉(ターメリック コリアンダー フェヌグリーク ブラックペパー パプリカ ジンジャー クミン フェネル 陳皮 カルダモン デイル ナツメグ シナモン 唐がらし クローブ スターアニス ホワイトペパー ローリエ アジョワン オールスパイス セロリシード 甘草 タイム タラゴン オレガノ セージ ローズマリー) カレーフレーク(でん粉 パーム油・なたね油混合油脂 砂糖 食塩 カレー粉 オニオンパウダー 酵母エキスパウダー さつまいもパウダー 香辛料 トマトパウダー リン酸架橋デンプン カラメル I ショ糖脂肪酸エステル クエン酸 香料)

10月分 詳細献立表

日 曜	(小学校中学年) エネルギー(kcal)	料理名	卵	乳	えび	かに	小麦	使用材料名	
									塩分(g)
11 月	662	ごはん 牛乳	さんまの生姜煮					○ ☆さんま生姜煮(さんま 砂糖 しょうゆ【小麦 大豆】 本みりん 馬鈴薯でん粉 生姜 食塩) ※さんまの生姜煮は、さけ、さば、ごまを含む他商品と同工場で製造	
			千草あえ					○ ポークハム(豚肉【豚肉】 馬鈴薯澱粉 食塩 水飴 香辛料) ほうれんそう キャベツ にんじん こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 食塩 ごま油【ごま] ※ポークハムは、牛肉、鶏肉、卵、乳、大豆、小麦を含む他商品と同工場で製造	
			なすのみそ汁	△	△			△	鶏肉 なす 刻み油揚げ(大豆【大豆】 なたね油 豆腐用凝固剤(塩化マグネシウム)) たまねぎ ごぼう 根深ねぎ 煮干し(カタクチイワシ ビタミンE) 味噌【大豆] ※カタクチイワシは、えび、いか、かにかが混ざる漁法で採取
			ブルーベリーゼリー						☆ブルーベリーのゼリー(果糖ぶどう糖液糖 ブルーベリー果汁 酸味料ゲル化剤(増粘多糖類) 加工でん粉 野菜色素 カラメル色素 ビタミンC クエン酸鉄ナトリウム 香料)
12 火	617	ごはん 牛乳	ハムステーキ					△ ☆荒挽ポロニアステーキ(鶏肉【鶏肉】 豚肉【豚肉】 豚脂【豚肉】 でん粉 発酵調味料 砂糖 食塩 香辛料(パプリカ ペパー ナツメグ メース ガーリック オニオン)) ※荒挽ポロニアステーキは、小麦、卵、乳を使用した他商品と同一ラインで製造 ※荒挽ポロニアステーキは、牛肉、大豆、もも、りんご、ごまを含む他商品と同工場で製造	
			たこのマリネ					△ たこ(真だこ 食塩) キャベツ だいこん にんじん カットわかめ(わかめ 食塩) イタリアンドレッシング(食用植物油 砂糖 醸造酢 食塩 発酵調味料 玉ねぎ 香味食用油 酵母エキスパウダー 香辛料 トマト酸味料 増粘剤(加工でん粉 キサンタンガム)) ※たこは、小麦、乳、えび、さば、大豆、鶏肉、豚肉、ごまを含む他商品と同工場で製造	
			豆乳コーンスープ					△ 豚肉 じゃがいも たまねぎ ほうれんそう クリームコーン(スイートコーン 砂糖 食塩 増粘剤(加工でん粉)) とうもろこし 豆乳(大豆【大豆】) コンソメ(食塩 デキストリン 麦芽糖 チキンコンソメパウダー【鶏肉】 ぶどう糖 酵母エキスパウダー たん白加水分解物【鶏肉 豚肉】 チキンエキスパウダー【鶏肉】 鶏脂【鶏肉】 砂糖 魚醤パウダー 香辛料 トマトパウダー オニオンエキスパウダー 乳酸発酵トマトエキスパウダー にんじんエキスパウダー 香辛料抽出物 酸味料) 食塩 こしょう 米油	
13 水	624	ごはん 牛乳	あじフライ ※ 除去食できません					○ ☆あじフライ(アジ 生パン粉【小麦 大豆】 バッター粉【小麦】 食塩 白コショウ) 米油	
			大豆とひじきの煮物					○ 鶏肉 ひじき 蒸し大豆【大豆】 こんにやく(こんにやく製粉 海藻粉末 水酸化カルシウム) にんじん ピーマン 干しいたけ こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 酒 食塩 米油 ※こんにやくは、大豆、オレンジ、もも、りんごを含む他商品と同工場で製造	
			なめこのみそ汁					△	冷凍豆腐(豆乳【大豆】 澱粉(コーンスターチ) 加工澱粉 凝固剤(塩化マグネシウム)) なめこ だいこん こまつな 煮干し(カタクチイワシ ビタミンE) 味噌【大豆] ※カタクチイワシは、えび、いか、かにかが混ざる漁法で採取
14 木	627	ごはん 牛乳	五目卵焼き ※ 除去食できません	○				○ ☆(磯華)玉子巻(鶏卵【卵】 かつおだし【小麦】 砂糖 にんじん 還元水あめ みりん とうもろこしでん粉 馬鈴薯でん粉 食塩 生姜漬 青のり しょうゆ【小麦 大豆】 酵母エキス 酸味料 植物油【大豆])	
			ごま酢あえ					○	○ きゅうり キャベツ にんじん いりごま すりごま うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 米酢 食塩
			肉じゃが					○	○ 豚肉 じゃがいも たまねぎ にんじん こんにやく(こんにやく製粉 海藻粉末 水酸化カルシウム) 厚揚げ(豆腐【大豆】 粉状大豆たん白【大豆】 なたね油 加工デンプン トレハロース 食物繊維 食塩 ぶどう糖) さやいんげん 三温糖 酒 こいくちしょうゆ【小麦 大豆] ※こんにやくは、大豆、オレンジ、もも、りんごを含む他商品と同工場で製造 ※厚揚げは、ごまを使用した製品と同一ラインで製造

10月分 詳細献立表

日 曜	(小学校中学生年) エネルギー(kcal)	料理名	卵	乳	えび	かに	小麦	使用材料名
	塩分(g)							
15 金	619	ハンバーグ きのこソースがけ						☆ハンバーグ(鶏肉【鶏肉】 豚肉【豚肉】 たまねぎ 牛肉【牛肉】 粉末状植物性たん白【大豆】 豚脂【豚肉】 粒状植物性たん白【大豆】 トマトケチャップ リンゴピューレー【りんご】 砂糖 小麦不使用しょうゆ【大豆】 食塩 香辛料【大豆】 加工デンプン トレハロース 安定剤(グァーガム)) きのこ水煮ミックス(しいたけ えのき茸 しめじ茸 エリンギ クエン酸) トマトケチャップ(トマト ぶどう糖果糖液糖 ぶどう糖 砂糖 醸造酢 食塩 たまねぎ 香辛料) ウスターソース(トマト たまねぎ にんじん ねぎ マッシュルーム にんにく シャロット 砂糖 ぶどう糖果糖液糖 醸造酢 食塩 香辛料 たん白加水分解物) 三温糖 酒
		海藻サラダ						○ 海藻サラダ(茎わかめ わかめ 白とさか 昆布 赤とさか) キャベツ チンゲンサイ こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 米酢 食塩 こしょう 米油 ※茎わかめ、わかめ、白とさか、昆布、赤とさかは、えび・かにの生息域で採取
	ごはん 牛乳	2.4	ごろごろ根菜スープ					○ カクテルウインナー(鶏肉【鶏肉】 粉末水あめ 砂糖 でん粉 発酵調味料 食塩 香辛料(ペパー オニオン パプリカ トマトパウダー ガーリック メース コリアンダー セージ)) 根深ねぎ だいこん さといも にんじん むき枝豆(枝豆【大豆】 食塩) うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 コンソメ(食塩 デキストリン 麦芽糖 チキンコンソメパウダー【鶏肉】 ぶどう糖 酵母エキスパウダー たん白加水分解物【鶏肉 豚肉】 チキンエキスパウダー【鶏肉】 鶏脂【鶏肉】 砂糖 魚醤パウダー 香辛料 トマトパウダー オニオンエキスパウダー 乳酸発酵トマトエキスパウダー にんじんエキスパウダー 香辛料抽出物 酸味料) 食塩 こしょう △ ※カクテルウインナーは、小麦、卵、乳、牛肉、大豆、豚肉、もも、りんご、ごまを使用した他商品と同一ラインで製造
18 月	662	玄米入りごはん						ごはん もち玄米
		はまちの南蛮漬け						○ はまち角切り(ハマチ 澱粉(馬鈴薯)) 米油 米酢 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖
	牛乳	1.3	切干大根の炒め煮					○ 切干大根 豚肉 こんにゃく(こんにゃく製粉 海藻粉末 水酸化カルシウム) にんじん さやいんげん こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 酒 食塩 米油 ※こんにゃくは、大豆、オレンジ、もも、りんごを含む他商品と同工場で製造
			わかめのみそ汁					
19 火	625	境港サーモンの みそマヨ焼き						銀鮭【さけ】 根深ねぎ ノンエッグマヨネーズ(食用植物油 醸造酢 砂糖 粉末水あめ 食塩 増粘剤(加工デンプン 増粘多糖類) グルタミン酸ナトリウム 香辛料抽出物) 味噌【大豆】 三温糖 酒
		キャベツ昆布あえ						○ キャベツ きゅうり にんじん いりごま 塩昆布(昆布 しょうゆ【小麦 大豆】 たんぱく加水分解物【大豆】 砂糖 昆布エキス 食塩 調味料(アミノ酸等)) うすくちしょうゆ【小麦 大豆】
	ごはん 牛乳	1.5	のっぺい汁					○ 鶏肉 焼き豆腐(大豆【大豆】 凝固剤(塩化マグネシウム) 消泡剤【大豆】) さといも にんじん だいこん ほうれんそう 煮干し(カタクチイワシ ビタミンE) うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 酒 食塩 馬鈴薯澱粉 △ ※カタクチイワシは、えび、いか、かにが混ざる漁法で採取
味付けのり							☆味付けのり(乾のり 醤油風調味料 砂糖 黒砂糖 食塩 昆布 みりん 鰹節 乾椎茸 帆立煮汁 乾唐辛子) △ ※味付けのりは、ごまを使用した他商品と同工場で製造 ※乾のりは、えび・かにの生育する海域で採取	

10月分 詳細献立表

日 曜	(小学校中学生) エネルギー(kcal)	料理名	卵	乳	えび	かに	小麦	使用材料名
20 水	611	ごはん 牛乳	チキンカツ					☆米粉チキンカツ(鶏肉【鶏肉】 うるち米 食塩 とうもろこし澱粉 大豆澱粉【大豆】 こしょう 砂糖 香辛料 加工デンプン 調味料(アミノ酸等) トレハロース 増粘多糖類) 米油
			らっきょうサラダ					○ らっきょう甘酢漬(らっきょう らっきょう酢(砂糖 穀物酢 食塩 還元水 あめ 昆布エキス 酵母エキス) 赤トウガラシ) まぐろ水煮(きはだまぐろ 食塩 野菜エキス(キャベツ にんじん たまねぎ)) キャベツ にんじん うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 米酢 食塩 こしょう ごま油【ごま】
			コンソメスープ					○ 豚肉 ミックスビーンズ(黄大豆【大豆】 青大豆【大豆】 手亡 金時豆) たまねぎ にんじん じゃがいも ぶなしめじ コンソメ(食塩 デキストリン 麦芽糖 チキンコンソメパウダー【鶏肉】 ぶどう糖 酵母エキスパウダー たん白加水分解物【鶏肉 豚肉】 チキンエキスパウダー【鶏肉】 鶏脂【鶏肉】 砂糖 魚醤パウダー 香辛料 トマトパウダー オニオンエキスパウダー 乳酸発酵トマトエキスパウダー にんじんエキスパウダー 香辛料抽出物 酸味料) 食塩 うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 こしょう
21 木	602	ごはん 牛乳	ビビンバ					○ 牛肉 たまねぎ にんじん ピーマン にんにく こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 酒 ごま油【ごま】 三温糖 コチジャン(米みそ【大豆】 水あめ 麦芽エキス 米こうじ調味料 乾燥唐辛子 砂糖 食塩 酵母エキスパウダー)
			もやしのナムル					○ きゅうり りょくとうもやし にんじん 韓国ナムルドレッシング(醸造酢 果糖ぶどう糖液糖 砂糖 食用植物油脂【ごま】 たん白加水分解物【大豆 鶏肉 豚肉】 しょうゆ【小麦 大豆】 食塩 香味食用油 にんにく ごま【ごま】 こんぶエキスパウダー こしょう 調味料(アミノ酸等) 酒精 増粘剤(キサンタンガム)) いりごま
			豆腐の中華スープ					○ 冷凍豆腐(豆乳【大豆】 澱粉(コーンスターチ) 加工澱粉 凝固剤(塩化マグネシウム)) ポークハム(豚肉【豚肉】 馬鈴薯澱粉 食塩 水飴(さつま芋 キャッサバ芋) 香辛料) カットわかめ(わかめ 食塩) 干しいたけ 根深ねぎ チンゲンサイ 中華だし(食塩 デキストリン ポークエキスパウダー【大豆 豚肉】 砂糖 チキンエキスパウダー【鶏肉】 ジンジャーパウダー 調味動物油脂【鶏肉】 オニオンパウダー チキンパウダー【鶏肉】 こしょう ガーリックパウダー 発酵酵母エキスパウダー 調味料(アミノ酸等) pH調整剤) うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩 ※ポークハムは、牛肉、鶏肉、卵、乳、大豆、小麦を含む他商品と同工場製造
22 金	620	牛乳	栗ごはん					ごはん 栗 食塩
			いわしの梅煮					○ ☆いわしの梅煮(いわし 砂糖 みりん しょう油【小麦 大豆】 梅肉 米でん粉 香辛料(ガーリック ジンジャー ホワイトペパー)) ※いわしの一部に魚卵が残存している場合があります。
			除去食：錦糸卵の除去 錦あえ					○ ○ キャベツ こまつな にんじん 錦糸卵(鶏卵【卵】 食用植物油脂 砂糖 醸造酢 発酵調味料 食塩 加工デンプン) 米酢 三温糖 うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩
25 月	642	ごはん 牛乳	浜のいも汁					○ 豚肉 さつまいも にんじん 根深ねぎ 刻み油揚げ(大豆【大豆】 なたね油 豆腐用凝固剤(塩化マグネシウム)) 煮干し(カタクチイワシ ビタミンE) 味噌【大豆】 ※カタクチイワシは、えび、いか、かにかが混ざる漁法で採取
			ポークウインナー					☆あらびきポークウインナー(豚肉【豚肉】 豚脂肪【豚肉】 リン酸塩 調味料(アミノ酸) 酸化防止剤(ビタミンC) 発色剤(亜硝酸塩) 食塩 砂糖 水あめ ペパー オニオン ガーリック ナツメグ pH調整剤)
			ビーンズサラダ					まぐろ水煮(きはだまぐろ 食塩 野菜エキス(キャベツ にんじん たまねぎ)) 蒸し大豆【大豆】 だいこん こまつな コーンクリーミードレッシング(食用植物油脂 醸造酢 砂糖 食塩 スイートコーンパウダー 発酵調味料 玉ねぎ 酵母エキスパウダー スイートコーン にんじんエキス プルーン レモン果汁 増粘剤(加工でん粉 キサンタンガム) 乳化剤 酸味料 香料) こしょう
	1.9		秋の実りスープ				鶏肉 たまねぎ さつまいも にんじん ぶなしめじ ごぼう コンソメ(食塩 デキストリン 麦芽糖 チキンコンソメパウダー【鶏肉】 ぶどう糖 酵母エキスパウダー たん白加水分解物【鶏肉 豚肉】 チキンエキスパウダー【鶏肉】 鶏脂【鶏肉】 砂糖 魚醤パウダー 香辛料 トマトパウダー オニオンエキスパウダー 乳酸発酵トマトエキスパウダー にんじんエキスパウダー 香辛料抽出物 酸味料) いんげん豆ペースト(いんげんまめ) 豆乳(大豆【大豆】) 食塩 こしょう	

10月分 詳細献立表

日 曜	(小学校中学生年) エネルギー(kcal)	料理名	卵	乳	えび	かに	小麦	使用材料名
26 火	636	ごはん 牛乳	さばの塩焼き					☆塩鯖切り身(さば【さば】 食塩)
			吹き寄せ煮					○鶏肉 干しいたけ だいこん にんじん こんにゃく(こんにゃく製粉 海藻粉末 水酸化カルシウム) れんこん水煮(れんこん 酢酸 ビタミンC) 三温糖 うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 酒 本みりん 食塩 ※こんにゃくは、大豆、オレンジ、もも、りんごを含む他商品と同工場で製造
		2.1	除去食：卵の除去 かき玉汁					○冷凍豆腐(豆乳【大豆】 澱粉(コーンスターチ) 加工澱粉 凝固剤(塩化マグネシウム)) ほうれんそう キャベツ にんじん 鶏卵 馬鈴薯澱粉 昆布だしパック だしパック中厚削り(そうだがつお) うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩
27 水	669	ごはん 牛乳	じゃころっけ ※ 除去食できません					○☆これがみなとのじゃころっけ(ばれいしょ 玉ねぎ ちりめんじゃこ しょうゆ【小麦 大豆】 発酵調味料 砂糖 植物油脂【大豆】 魚介エキス 昆布エキス【小麦】 パン粉【小麦 大豆】 ちりめんじゃこ 小麦粉【小麦】 米粉) 米油
			りっちゃんサラダ					△ポークハム(豚肉【豚肉】 馬鈴薯澱粉 食塩 水飴 香辛料) キャベツ きゅうり にんじん とうもろこし 刻み昆布 かつお削り節 米油 米酢 三温糖 食塩 こしょう ※ポークハムは、牛肉、鶏肉、卵、乳、大豆、小麦を含む他商品と同工場で製造 ※刻み昆布は、エビ、カニが混ざる漁法で採取
	2.0	パズーの ミートボール					△ノンフライつくね(鶏肉【鶏肉】 玉ねぎ でん粉 砂糖 食塩 発酵調味料 香辛料(オニオン ペパー ガーリック) 酵母エキス) 蒸し大豆【大豆】 たまねぎ だいこん にんじん トマト水煮(トマト トマトジュース 食塩 クエン酸) トマトケチャップ(トマト ぶどう糖果糖液糖 ぶどう糖 砂糖 醸造酢 食塩 たまねぎ 香辛料) コンソメ(食塩 デキストリン 麦芽糖 チキンコンソメパウダー【鶏肉】 ぶどう糖 酵母エキスパウダー たん白加水分解物【鶏肉 豚肉】 チキンエキスパウダー【鶏肉】 鶏脂【鶏肉】 砂糖 魚醤パウダー 香辛料 トマトパウダー オニオンエキスパウダー 乳酸発酵トマトエキスパウダー にんじんエキスパウダー 香辛料抽出物 酸味料) 三温糖 食塩 こしょう 米油 △※ノンフライつくねは、小麦、卵、乳、牛肉、大豆、豚肉、もも、りんご、ごまを含む商品と同工場で製造	
		ぶどうゼリー					△☆国産巨峰ゼリー(ぶどう果汁(還元) 果糖 砂糖 ぶどう糖 果糖ぶどう糖液糖 ゲル化剤(増粘多糖類) 乳酸カルシウム 酸味料 香料 ビタミンC クエン酸鉄ナトリウム) △※国産巨峰ゼリーは、小麦、卵、乳成分を含む他商品と同工場で製造	
28 木	607	ごはん 牛乳	豚肉のみそ炒め					○豚肉 酒 キャベツ たけのこ水煮(たけのこ グルコノデルタラクトン) さやいんげん にんにく ごま油【ごま】 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 味噌【大豆】 三温糖 本みりん 馬鈴薯澱粉 ※たけのこは、牛肉、鶏肉、りんご、ごまを含む他商品と同工場で製造
			ごまあえ					○こまつな にんじん りょくとうもやし 切干大根 いりごま すりごま こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖
	2.1	いももちスープ					○鶏肉 いももち(じゃがいも 加工でん粉 馬鈴薯でん粉 食塩 グルコマンナン) 干しいたけ にんじん カットわかめ(わかめ 食塩) 根深ねぎ 中華だし(食塩 デキストリン ポークエキスパウダー【大豆 豚肉】 砂糖 チキンエキスパウダー【鶏肉】 ジンジャーパウダー 調味動物油脂【鶏肉】 オニオンパウダー チキンパウダー【鶏肉】 こしょう ガーリックパウダー 発酵酵母エキスパウダー 調味料(アミノ酸等) pH調整剤) うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩	

10月分 詳細献立表

日 曜	(小学校中学年) エネルギー(kcal)	料理名	卵	乳	えび	かに	小麦	使用材料名
	塩分(g)							
29 金	662	わかめごはん						ごはん わかめごはんの素(わかめ 還元水あめ 食塩 昆布エキス 酵母エキスパウダー)
		エコかき揚げ						蒸し大豆【大豆】 葉ねぎ にんじん さつまいも ごぼう 食塩 上新粉(うるち米) 馬鈴薯澱粉 米油
	1.7	だし昆布と きのこの佃煮風						○ 牛肉 昆布 きのこと水煮ミックス(しいたけ えのき茸 しめじ茸 エリンギ クエン酸) こんにやく(こんにやく製粉 海藻粉末 水酸化カルシウム) 三温糖 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 酒 本みりん いりごま ※こんにやくは、大豆、オレンジ、もも、りんごを含む他商品と同工場で製造
		皮付き根菜の豚汁						豚肉 だいこん かぼちゃ にんじん 刻み油揚げ(大豆【大豆】なたね油 豆腐用凝固剤(塩化マグネシウム)) 煮干し(カタクチイワシ ビタミンE) 昆布だしパック 味噌【大豆】 △印の対応はできません △ △ ※カタクチイワシは、えび、いか、かにが混ざる漁法で採取