

3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)
1 火	665	ごはん 牛乳	さばの照り焼き					○ まさば【さば】 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 酒 本みりん	
			のりあえ △印の対応はできません					△ △ △	○ ほうれんそう 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、海老、大豆、鯖を含む他商品と同一ラインで製造
			炒り豆腐						○ 牛肉 木綿豆腐(大豆【大豆】 塩化マグネシウム 消泡剤【大豆】) たまねぎ にんじん ごぼう むき枝豆(枝豆【大豆】 食塩) 干しいたけ 酒 三温糖 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩
2 水	669	ごはん 牛乳	チキンカツ ねぎ油のせ					○ ☆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 根深ねぎ 酒 三温糖 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 ごま油【ごま】	
			ブロッコンド						○ キャベツ ブロッコリー にんじん 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)) いりごま うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 ごま油【ごま】 食塩
			いわし団子のみそ汁 △印の対応はできません					△ △	いわし団子(いわし たら 砂糖 タピオカ澱粉 食用菜種油 醸造調味料 食塩 しょうが 酵母) にんじん だいこん 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)) 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、かにが混ざる漁法で採取
			伊予柑ゼリー						☆国産伊予柑ゼリー(伊予柑果汁 砂糖・ぶどう糖果糖液糖 砂糖 水溶性食物繊維 乳酸カルシウム ゲル化剤(増粘多糖類) ビタミンC クエン酸鉄ナトリウム 香料)
3 木	594	牛乳	散らし寿司					○ ごはん ちらしずしの素(砂糖 にんじん 醸造酢【小麦】 たけのこれんこん 食塩 しょうゆ【小麦 大豆】 かんぴょう 干しいたけ 鰹節エキス 昆布エキス 醸造調味料 みりん)	
			五目玉子焼き ※ 除去食できません	○					○ ☆彩り野菜のたまごやき(液卵【卵】 植物油脂【大豆】 砂糖 にんじん 豚肉【豚肉】 たまねぎ 米・でん粉発酵調味料 しょうゆ【小麦 大豆】 ほうれんそう 食塩 かつお節だし ゼラチン【ゼラチン】 こんぶ 魚介エキスパウダー【小麦】)
			千草あえ △印の対応はできません					△ △	○ 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一工場製造
			除去食：手まり麩の除去 手まり麩のすまし汁						○ 鶏肉 手まり麩(小麦グルテン【小麦】 もち米粉 小麦粉【小麦】 食塩 紅麴色素 くちなし青色素 くちなし黄色素) 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)) だいこん にんじん 根深ねぎ えのきたけ だしパック中厚削り(そうだがつお) 昆布だしパック うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩
			刻みのり △印の対応はできません					△ △	☆刻みのり(乾のり) ※乾のりは、えび、かにが生息している海域で採取

3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)
4 金	601	ぬりかべ焼き					○	鶏肉 豚肉 たまねぎ 味噌【大豆】 馬鈴薯澱粉 いりごま うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 本みりん	
		ぬらりひよんな 和え物					○	たこ(真だこ 食塩) わかめ だいこん こまつな うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 赤しそごはんの素(赤しそ 食塩 梅酢 砂糖 酵母エキス 酸味料)	
		△印の対応はできません	△	△	△	△	※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		
2.0	ごはん 牛乳	除去食：ワンタンの皮の除去					○	牛肉 ワンタンの皮(小麦粉【小麦】 麦たん白【小麦】 野菜粉末(オニオン) 食塩) キムチ(白菜 大根 唐辛子 にんにく 人参 長ネギ 生姜 食塩 砂糖 昆布 酵母エキス) たまねぎ りょくとうもやし なら ごま油【ごま】 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) こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩	
	一反木綿 キムチスープ						○	※キムチは、ごまを含む他製品と同工場 で製造	
7 月	580	小豆ごはん						ごはん 赤飯の素(あずき 食塩 塩化カルシウム)	
		さわらの 塩こうじ焼き						☆さごし塩麹漬け(さごし 餅米 麹 塩 昆布だし カツオだし)	
		菜の花のごまあえ						○	菜の花 ほうれんそう キャベツ にんじん すりごま こいくちしょうゆ【小麦 大豆】
		紅白すまし汁						○	いか団子(いか【いか】 えそ すけそうだら 米粉 たまねぎ 食塩 砂糖 魚醤) 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) だいこん にんじん 根深ねぎ だしパック中厚削り(そうだがつお) 昆布だしパック うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩
		お祝いデザート	△印の対応はできません	△	△	△	△	☆充実果肉国産いちごゼリー(果糖ぶどう糖液糖 いちご 麦芽糖 砂糖 ゲル化剤 酸味料 乳酸カルシウム 香料 着色料 クエン酸 鉄ナトリウム)	
2.4	(中学3年生のみ) お祝いケーキ						☆お米deお祝いケーキ(豆乳【大豆】 砂糖 加工油脂 米粉 水あめ 植物油 脂 いちごピューレー(いちご 砂糖) 調整豆乳粉末【大豆】 砂糖・ぶどう糖果糖液糖 いちご果汁(濃縮還元) 清涼飲料水 粉砂糖 発酵調味料 加工デンプン トレハロース 増粘剤(カドラン アルギン酸エステル) 乳化剤【大豆】 炭酸カルシウム 膨張剤 ゲル化剤(加工デンプン 増粘多糖類) ビタミンC 安定剤(増粘多糖類) 凝固剤 紅麴色素 ピロリン酸第二鉄 香料 メタリン酸ナトリウム クチナシ赤色素 酸味料)		
8 火	698	玄米入りごはん						ごはん もち玄米	
		はまちの唐揚げ 甘酢あん					○	はまち角切り(ハマチ 澱粉(馬鈴薯)) 米油 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】 米酢	
		切干大根の ソース炒め					○	豚肉 切干大根 さやいんげん にんじん キャベツ 中濃ソース(野菜(トマト にんじん たまねぎ ねぎ マッシュルーム シャロット にんにく) 砂糖 ぶどう糖果糖液糖 醸造酢 食塩 コーンスターチ 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) こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 米油	
	1.3	小松菜のみそ汁	△印の対応はできません	△	△	△	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)) こまつな えのきたけ 根深ねぎ さつまいも 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		



3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)									
14 月	582	ごはん 牛乳						☆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。		
								五目豆	○	豚肉 蒸し大豆【大豆】 こんにやく(こんにやく精粉 海藻粉末 水酸化カルシウム) にんじん さやいんげん 三分角昆布 干しいたけ こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 酒 食塩 ※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と製造
								ほうれん草のすまし汁	○	鶏肉 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 にんじん だいこん 根深ねぎ だしパック中厚削り(そうだがつお) 昆布だしパック うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩
15 火	660	ごはん 牛乳		○				☆プレーンオムレツ(鶏卵【卵】 還元水あめ 植物油【大豆】 馬鈴薯でん粉 砂糖 加工でん粉 食酢【りんご】 粉末状植物性たん白【大豆】 食塩 酵母エキス)		
								コールスロー		キャベツ にんじん きゅうり 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) 食塩
								春の香りカレー	○	牛肉 じゃがいも にんじん たまねぎ 蒸し大豆【大豆】 セロリ 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 リン酸架橋デンブ カラメル I ショ糖 脂肪酸エステル クエン酸 香料) こいくちしょうゆ【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) 酒 カレー粉(ターメリック コリアンダー フェヌグreek 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 アジワフン 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)
16 水	584	ごはん 牛乳						☆肉団子(照焼)(鶏肉【鶏肉】 たまねぎ 豚脂【豚肉】 豚肉【豚肉】 大豆【大豆】 粒状植物性たん白【大豆】 ドロマイト 粉末状植物性たん白【大豆】 砂糖 酵母エキス にんにくペースト ぶどう糖 食塩 香辛料 しょうがペースト なたね油 加工デンブ セルロース ピロリン酸第二鉄 砂糖・ぶどう糖果糖液糖 清酒 ソテーオニオン 小麦 不使用しょうゆ【大豆】 食酢 植物油 にんにくペースト 液状混合調味料 ウスターソース 増粘剤(加工デンブ キサンタンガム) カラメル色素)		
								納豆あえ	○	納豆(大豆【大豆】 納豆菌) キャベツ ほうれんそう にんじん 味噌【大豆】 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖
								白ねぎの中華スープ	○	鶏肉 厚揚げ(豆腐【大豆】 粉状大豆たん白【大豆】 なたね油 加工デンブ トレハロース 食物繊維 食塩 ぶどう糖) はくさい 根深ねぎ にんじん ぶなしめじ 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) こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩 ※厚揚げは、ごまを使用した製品と同一ラインで製造
17 木	621	ごはん 牛乳						☆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		
								大山ブロッコリーの炒め物	○	チキンハム(鶏肉【鶏肉】 澱粉 食塩 砂糖 香辛料) ごぼう ブロッコリー キャベツ にんじん こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 酒 ごま油【ごま】 ※チキンハムは、牛肉、豚肉、卵、乳、大豆、小麦を含む他商品と同工場と製造
								境のいもとわかめのみそ汁	△	豚肉 さつまいも 根深ねぎ わかめ だいこん 煮干し(カタクチワシ ビタミンE) 味噌【大豆】 ※カタクチワシは、えび、いか、かにかが混ざる漁法で採取

3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)							
22 火	597	ごはん 牛乳	豚肉の生姜炒め					○ 豚肉 たけのこ水煮(たけのこ グルコノデルタラクトン) キャベツ さやいんげん しょうが こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 酒 本みりん 三温糖 食塩 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
			除去食：ヨーグルトの除去 フルーツヨーグルト		○			ヨーグルト(生乳【乳】 乳酸菌【乳】) みかんシロップ漬け(みかん 砂糖・ぶどう糖果糖液糖 酸味料 香料) 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) ※ヨーグルトは、ゼラチンを含む他商品と同一ラインで製造
		1.2	切干大根のみそ汁 △印の対応はできません				△ △	切干大根 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 カットわかめ(わかめ 食塩) 煮干し(カタクチイワシ ビタミンE) 味噌【大豆】 ※厚揚げは、ごまを使用した製品と同一ラインで製造 ※カタクチイワシは、えび、いか、かにが混ざる漁法で採取
23 水	671	ごはん 牛乳	鮭団子のトマト煮					○ ☆銀鮭団子(さけ【さけ】 たら リン酸架橋澱粉 菜種サラダ油 食塩 清酒 砂糖 酵母エキス) 米油 たまねぎ 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) トマト水煮(トマト トマトジュース 食塩 クエン酸) こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 食塩 酒
			おからサラダ					○ おから【大豆】 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 ほうれんそう 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) こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 米酢 三温糖
			2.2	豆乳スープ				