

9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 水	584	ごはん 牛乳						☆さんまゆず味噌煮(さんま みそ【大豆】 砂糖 本みりん ゆずペースト 米粉 食塩) ※さんまゆず味噌煮は、さけ、さば、ごまを含む他商品と同工場製造
								○ 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 みそ【大豆】 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖
								○ 1.6 もずくのすまし汁 厚揚げ(豆腐【大豆】 粉末大豆たん白【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) だいこん にんじん 根深ねぎ 洗いもずく(もずく pH調整剤) 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 △印の対応はできません ※厚揚げは、ごまを使用した他製品と同一ラインで製造 ※もずくは、えび、かにが混ざる漁法で採取
2 木	572	ごはん 牛乳						○ 鶏肉 たまねぎ ピーマン にんじん にんにく しょうが トウバンジャン(とうがらし 食塩 そらまめ 米こうじ 酒精 酸化防止剤(ビタミンC)) こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 食塩 酒 ごま油【ごま】
								○ チンゲン菜のスープ 冷凍豆腐(大豆【大豆】 デキストリン 馬鈴薯澱粉 豆腐用凝固剤 ピロリン酸第二鉄 消泡剤【大豆】) りょくとうもやし にんじん 干ししいたけ 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) 食塩 うすくちしょうゆ【小麦 大豆】
								二十世紀梨
								○ 1.7 韓国のり △印の対応はできません ☆韓式味付のり(乾のり ごま油【ごま】 食塩) ※乾のりは、えび、かにの生息域で採取
3 金	674	ごはん 牛乳						☆塩鯖(さば【さば】 食塩)
								○ 金平ごぼう 牛肉 ごぼう 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 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】
								○ 1.6 かぼちゃのみそ汁 △印の対応はできません 豚肉 かぼちゃ 冷凍油揚げカット(大豆【大豆】 植物油脂 凝固剤 消泡剤【大豆】) たまねぎ ぶなしめじ 煮干し(かたくちいわし ビタミンE) みそ【大豆】 ※かたくちいわしは、えび、いか、かにが混ざる漁法で漁獲
6 月	651	ごはん 牛乳						☆米粉チキンカツ(鶏肉【鶏肉】 うるち米 食塩 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
								○ 浜っ子サラダ あごちくわ(飛魚 馬鈴薯澱粉 食塩 アミノ酸等) キャベツ にんじん 根深ねぎ ノンエッグマヨネーズ(食用植物油脂(菜種) 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) 米酢 うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 食塩 こしょう
								○ 3.2 枝豆と大豆のスープ 豚肉 じゃがいも たまねぎ ぶなしめじ 蒸し大豆【大豆】 むき枝豆(えだ豆【大豆】 食塩) 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】 食塩 こしょう

9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)		
7 火	608	ごはん 牛乳						○ ☆ハマチみりん干し(ハマチ こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 ぶどう糖 果糖液糖 食塩 コーンスターチ 醸造酢 アミノ酸 ステビア)			
								○ キャベツ こまつな にんじん うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 ゆかり (赤しそ 食塩 梅酢 砂糖 酵母エキス 酸味料)			
	2.0	かき玉汁	○	○	○	○	○	○ 冷凍豆腐(大豆【大豆】 デキストリン 馬鈴薯澱粉 豆腐用凝固剤 ピロリン酸第二鉄 消泡剤【大豆】) だいこん えのきたけ にんじん 根深ねぎ カットわかめ(わかめ 食塩) 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			
8 水	582	牛乳						ごはん もち玄米			
								○ ☆いわし梅煮(いわし 砂糖 醤油【小麦 大豆】 梅肉 みりん)			
								△印の対応はできません	△	△	※いわし梅煮は、えび、かにを使用した他商品と同一ラインで製造
								○ ひじきの炒り煮	○	○	○
1.4	小松菜のみそ汁	△	△	△	△	△	厚揚げ(豆腐【大豆】 粉末大豆たん白【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 じゃがいも たまねぎ にんじん 煮干し(かたくちいわし ビタミンE) みそ【大豆】 ※厚揚げは、ごまを使用した他製品と同一ラインで製造 ※かたくちいわしは、えび、いか、かにが混ざる漁法で漁獲				
9 木	685	ごはん 牛乳						○ 豚肉 ピーマン たけのこ水煮(たけのこ グルコノデルタラクトン) たまねぎ にんにく しょうが こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 酒 馬鈴薯澱粉 三温糖 ごま油【ごま】 食塩 ※たけのこは、牛肉、鶏肉、りんご、ごまを含む商品と同工場製造			
								○ ちりめんじゃこ(いわし類の稚魚 食塩) キャベツ きゅうり とうもろこし 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)			
								△印の対応はできません	△	△	※ちりめんじゃこは、えび、かにが混ざる漁法で採取
								○ 中華スープ	○	○	○
2.3	りんごのタルト							○ ☆お米de国産りんごのタルト(りんご【りんご】 水溶性食物繊維 砂糖・ぶどう糖 果糖液糖 砂糖 増粘多糖類 酸味料 香料 酸化防止剤(ビタミンC) 乳酸カルシウム 紅麴色素 豆乳【大豆】 米粉 植物油 水あめ 調整豆乳粉末【大豆】 加工デンプン 膨張剤 凝固剤 乳化剤 ショートニング コーンフラワー でん粉 食用油脂 キサンタンガム ピロリン酸第二鉄)			

9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)							
10 金	661	ごはん 牛乳						まぐろの唐揚げ テリヤキソース ○
								みなとの生わかめサラダ ○
								浜のいも汁 △印の対応はできません → △ △
	1.4	二十世紀梨ゼリー	☆新二十世紀なしゼリー(なしピューレ(二十世紀なし) 砂糖 ぶどう糖 洋酒 増粘多糖類 酸味料 乳酸カルシウム 酸化防止剤(ビタミンC))					
13 月	585	ごはん 牛乳						さばの味噌煮 △印の対応はできません → △ △
								たくあんあえ △印の対応はできません → △
	2.0	ほうれん草のすまし汁	鶏肉 冷凍豆腐(大豆【大豆】 デキストリン 馬鈴薯澱粉 豆腐用凝固剤 ピロリン酸第二鉄 消泡剤【大豆】) ほうれん草 にんじん 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 ○					
14 火	602	ごはん 牛乳						鶏レバー焼き ○
								ツナサラダ
	2.1	ビーフカレー	☆若鶏レバー煮付(鶏レバー【鶏肉】 しょうゆ【小麦 大豆】 砂糖混合ぶどう糖果糖液糖 還元水あめ 砂糖 発酵調味料 しょうが トレハロース 加工デンプン カラメル色素) ○					

9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)							
15 水	653	ごはん 牛乳						赤がれいの南蛮漬け ○ 赤ガレイ 馬鈴薯澱粉 米油 米酢 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖
								昆布あえ ○ キャベツ こまつな 塩昆布(昆布 しょうゆ【小麦 大豆】) たんぱく加水分解物 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】 ごま油【ごま】 食塩
								豚汁 ○ 豚肉 さつまいも だいこん たまねぎ にんじん 根深ねぎ 煮干し(かたくちいわし ビタミンE) みそ【大豆】 ※かたくちいわしは、えび、いか、かにが混ざる漁法で漁獲
	1.6	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【小麦】) 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)						
16 木	666	ごはん 牛乳						玉子焼き ○ ※ 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 生姜酢漬 青のり しょうゆ【小麦 大豆】 酵母エキス 酸味料 植物油【ごま 大豆】)
								中華サラダ ○ 鶏肉【鶏肉】 馬鈴薯澱粉 食塩 砂糖 香辛料) だいこん ほうれんそう にんじん むき枝豆(えだ豆【大豆】) 食塩) いりごま こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩 ごま油【ごま】 ※チキンハムは、牛肉、豚肉、卵、乳、大豆、小麦を含む商品と同工場と製造
								マーボーナス ○ 豚肉 なす たまねぎ にんじん ピーマン たけのこ水煮(たけのこ グルコノデルタラクトン) 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】 三温糖 みそ【大豆】 トウバンジャン(とうがらし 食塩 そらまめ 米こうじ 酒精 酸化防止剤(ビタミンC)) ごま油【ごま】 馬鈴薯澱粉 ※たけのこは、牛肉、鶏肉、りんご、ごまを含む商品と同工場と製造
	2.1	味付け小魚 ○ ☆ゴマなしミニフィッシュ(カタクチイワシ 砂糖 澱粉分解物 食塩) ※カタクチイワシは、えび、かにを捕食						
17 金	564	牛乳						いただき ○ ☆いただき(米 油揚げ【大豆】) 人参 牛蒡 椎茸 砂糖 醤油【小麦 大豆】 塩 風味原料(煮干いわし粉末 かつお節粉末 煮干いわしエキス かつおエキス 昆布エキス 酵母エキス 発酵調味料 調味料)
								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) たまねぎ さやいんげん こんにやく(こんにやく精粉 海藻粉末 水酸化カルシウム) 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、ごまを含む商品と同工場と製造
								いかの酢の物 ○ するめいか きゅうり キャベツ カットわかめ(わかめ 食塩) 米酢 うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 食塩
	3.1	いわし団子のみそ汁 ○ いわし入り団子(イワシ すけそうたら 砂糖 植物油(菜種) 本みりん 食塩 生姜 酵母エキス 加工澱粉) にんじん 里芋 冷凍油揚げカット(大豆【大豆】) 植物油 凝固剤 消泡剤【大豆】) 根深ねぎ 煮干し(かたくちいわし ビタミンE) みそ【大豆】 ※いわし入り団子は、乳、卵、小麦、えび、鶏肉、豚肉、大豆、ゼラチン、いか、ごまを含む他商品と同工場と製造 ※かたくちいわしは、えび、いか、かにが混ざる漁法で漁獲						

9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
21 火	635	ごはん 牛乳	焼きはた					☆ハタハター夜干し(はたはた 食塩 酸化防止剤) 米油
			ごまあえ					○ こまつな キャベツ にんじん すりごま こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖
			里芋の含め煮					○ 鶏肉 里芋 だいこん にんじん 根深ねぎ 厚揚げ(豆腐【大豆】 粉 末大豆たん白【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) ごぼう さやいんげん 干しいたけ 昆布だ しパック こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 酒 三温糖 食塩  ※厚揚げは、ごまを使用した他製品と同一ラインで製造
	1.9	お月見デザート					☆うさぎちゃんゼリー(果糖ぶどう糖液糖 砂糖 ぶどう果汁 ぶどう 糖 果糖 豆乳加工食品【大豆】 小豆 りんご果汁【りんご】 ゲル化 剤 乳酸カルシウム 加工デンプン 香料 酸味料 着色料 乳化剤 クエン酸鉄ナトリウム pH調整剤 セルロース 塩化マグネシウム)  △ ※うさぎちゃんゼリーは、小麦、卵、乳成分を含む他商品と同工場で 製造	
22 水	627	ごはん 牛乳	照り焼き豆腐ハンバーグ ※ 除去食できません					○ ☆豆腐ハンバーグ(豆腐【大豆】 鶏肉【鶏肉】 豚肉【豚肉】 パン粉 【小麦】 たまねぎ 砂糖 でん粉 酵母エキス しょうゆ【小麦 大豆】 食塩 香辛料) こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 酒 本みりん 三温糖 馬鈴薯澱粉
			除去食：炒り卵の除去  ミモザサラダ					○ 炒り卵(鶏卵【卵】 上新粉 砂糖 澱粉 植物油【大豆】 食塩 醸造 酢) キャベツ きゅうり 米酢 三温糖 食塩 こしょう 米油
	2.1	ミネストローネ					△ ポークウインナー(豚肉【豚肉】 馬鈴薯澱粉 食塩 砂糖 香辛料) じゃがいも 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) 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  △ ※ポークウインナーは、牛肉、鶏肉、卵、乳、大豆、小麦を含む商品と 同工場で製造	
24 金	625	ごはん 牛乳	焼きあじ					☆あじ開き干し(まあじ 食塩 酸化防止剤)
			千草あえ					○ チキンハム(鶏肉【鶏肉】 馬鈴薯澱粉 食塩 砂糖 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】  △ ※チキンハムは、牛肉、豚肉、卵、乳、大豆、小麦を含む商品と同工 場で製造
	1.4	呉汁					△ 豚肉 だいこん さつまいも ぶなしめじ 根深ねぎ 大豆ペースト【大 豆】 煮干し(かたくちいわし ビタミンE) みそ【大豆】  ※大豆ペーストは、やまいもを含む他商品と同工場で製造 ※かたくちいわしは、えび、いか、かにが混ざる漁法で漁獲	

9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)
27 月	605	ごはん 牛乳						いわし開き(まいわし 食塩) 馬鈴薯澱粉 米油 三温糖 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 本みりん	
								のりあえ △印の対応はできません	にんじん こまつな キャベツ 焼きのり(乾のり) こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 ※焼きのりは、小麦、海老、大豆、鯖を含む製品と同じラインで製造 ※乾のりは、えび、かにが生息している海域で採取
								なすのみそ汁 △印の対応はできません	冷凍油揚げカット(大豆【大豆】 植物油脂 凝固剤 消泡剤【大豆】) 豚肉 にんじん なす 根深ねぎ 煮干し(かたくちいわし ビタミンE) みそ【大豆】 ※かたくちいわしは、えび、いか、かにが混ざる漁法で漁獲
28 火	636	ごはん 牛乳						鶏肉 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 酒 本みりん 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) 食塩	
								ビーンズサラダ	ミックスビーンズ(黄大豆【大豆】 青大豆【大豆】 手亡 金時豆) キャベツ ほうれんそう ひじき コーンクリームドレッシング(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 こしょう
								パンプキンスープ △印の対応はできません	ポークウインナー(豚肉【豚肉】 馬鈴薯澱粉 食塩 砂糖 香辛料) かぼちゃ いんげん豆ペースト(白いんげん豆 食塩) たまねぎ さやいんげん 豆乳【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 ※ポークウインナーは、牛肉、鶏肉、卵、乳、大豆、小麦を含む商品と同工場で製造
29 水	612	ごはん 牛乳						銀鮭の若狭焼き	
								五目豆	ぎんざけ【さけ】 うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 酒 本みりん
								さつまいものみそ汁 △印の対応はできません	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
30 木	639	ごはん 牛乳						オムレツ ※ 除去食できません	
								フレンチサラダ	鶏肉 さつまいも えのきたけ こまつな 根深ねぎ 煮干し(かたくちいわし ビタミンE) みそ【大豆】 ※かたくちいわしは、えび、いか、かにが混ざる漁法で漁獲
								チリビーンズ	☆ふつからプレーンオムレツ(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)
30 木	1.9	ごはん 牛乳						キャベツ きゅうり にんじん 米酢 三温糖 うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩 こしょう 米油	
								チリビーンズ	牛肉 蒸し大豆【大豆】 たまねぎ にんじん れんこん水煮(蓮根 酢酸 ビタミンC) なす ピーマン 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 ぶどう糖液糖 醸造酢 食塩 香辛料 たん白加水分解物) チリパウダー 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 三温糖 米油