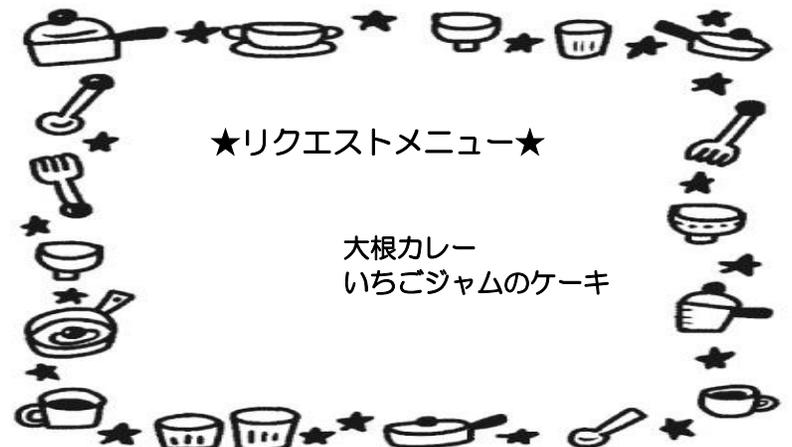


日付	おひる	おやつ	材料名(おひる・おやつ)				エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 塩分量(g)
			熱や力になる	血や肉になる	体の調子を整える	その他	
2 23 (月)	ピピンバ丼(韓国) さつまいもの甘辛煮 わかめスープ(ミヨックク)(韓国)	牛乳 米粉の いちごジャムケーキ	精白米・植物油・きび砂糖 ごま油・さつまいも・米粉 白ごま・片栗粉・上白糖	牛乳・豚肉	玉ねぎ・しょうが・もやし にんにく・ほうれん草 にんにく・いちごジャム ねぎ・わかめ	しょうゆ・食塩・酢 だし用昆布・鶏ガラスープ ベーキングパウダー	595
							19.1
							1.6
3 17 (火)	ごはん 豆腐の肉みそ煮 かぶの変わり漬け すまし汁 バナナ	牛乳 チャプチェ(韓国)	精白米・植物油・白ごま きび砂糖・片栗粉・白玉麩 春雨・ごま油	牛乳・鶏ひき肉・みそ 豆腐・豚肉	しょうが・にんにく・ねぎ ピーマン・かぶ・かぶ葉 みつば・バナナ・にんにく 玉ねぎ・にら	だし用昆布・しょうゆ・酢 だし用かつお節・みりん 食塩・パプリカ粉・酒	535
							22.3
							2.2
4 18 (水)	ごはん あじのチーズパン粉焼き 野菜と切り昆布の和え物 もずくスープ	牛乳 スキムクッキー	精白米・植物油・薄力粉 バター・上白糖・薄力粉 グラニュー糖	牛乳・まあじ・かつお節 粉チーズ・ちりめんじゃこ 鶏肉・スキムミルク	しょうが・もやし・玉ねぎ 刻み昆布・しめじ・小松菜 にんにく・さやいんげん 冷凍コーン・もずく	しょうゆ・酒・みりん・酢 鶏ガラスープ・食塩	516
							21.9
							1.6
5 19 (木)	大根カレー シルバーサラダ メロン	牛乳 あじさいゼリー クラッカー	精白米・植物油・はちみつ バター・薄力粉・上白糖 ノンエッグマヨネーズ 春雨・クラッカー	牛乳・豚肉	にんにく・玉ねぎ・りんご しょうが・大根・にんにく セロリ・キャベツ・メロン きゅうり・りんごジュース ぶどうジュース・粉寒天	食塩・鶏ガラスープ とんかつソース・しょうゆ ケチャップ・ペーリーフ カレー粉	579
							16.4
							1.6
6 20 (金)	五目ラーメン おかひじきのさっぱり和え バナナ	牛乳 ポテト天ぷら	蒸し中華麺・ごま油 植物油・きび砂糖・薄力粉 じゃがいも	牛乳・豚肉	にんにく・もやし・わかめ キャベツ・干ししいたけ おかひじき・きゅうり 冷凍コーン・バナナ・にら しょうが・にんにく	だし用昆布・しょうゆ・酢 だし用かつお節・みりん 食塩	521
							20.8
							2.1
7 21 (土)	ごはん 豚肉のみそ炒め ポテトサラダ スープ	牛乳 ビスケット せんべい	精白米・植物油・きび砂糖 じゃがいも・ビスケット ノンエッグマヨネーズ せんべい	牛乳・豚肉・みそ	ねぎ・さやいんげん きゅうり・チンゲン菜 にんにく・もやし 冷凍コーン	酒・食塩・だし用昆布 だし用かつお節・しょうゆ	522
							22.0
							1.6
10 24 (火)	ロールパン ローストチキン アスパラとズッキーニのソテー スープ 牛乳	お茶 ツナの 炊き込みおにぎり そら豆	ロールパン・植物油 精白米・きび砂糖	牛乳・鶏肉・ツナ缶	玉ねぎ・しょうが・しめじ にんにく・アスパラガス ズッキーニ・にんにく キャベツ・刻みのり そら豆	みりん・しょうゆ・食塩 だし用かつお節・酒 だし用昆布	521
							27.9
							2.4
12 26 (木)	ごはん かつおの竜田揚げ 納豆サラダ みそ汁 バナナ	牛乳 チ子ミ(韓国)	精白米・片栗粉・植物油 ノンエッグマヨネーズ 米粉・ごま油	牛乳・かつお・みそ・豆腐 ひきわり納豆・ウインナー	しょうが・ほうれん草 にんにく・きゅうり・にら もやし・かぼちゃ・玉ねぎ バナナ	酒・みりん・しょうゆ だし用煮干し・食塩	551
							25.1
							2.1
13 27 (金)	ごはん トンテキ(三重県) キャベツのおひたし あおさ汁(三重県)	牛乳 きな粉ドック	精白米・植物油・きび砂糖 ロールパン・バター 上白糖	牛乳・豚肉・かつお節 みそ・豆腐・きな粉	玉ねぎ・にんにく・あおさ しょうが・キャベツ・ねぎ にんにく・えのき	しょうゆ・みりん ウスターソース だし用煮干し	522
							26.8
							2.4
14 28 (土)	やきとり丼 三色おひたし みそ汁	牛乳 キャロットロール	精白米・きび砂糖・植物油 片栗粉・キャロットロール さつまいも	牛乳・鶏肉・みそ	ねぎ・ほうれん草・もやし にんにく・白菜	酒・みりん・しょうゆ だし用煮干し	518
							22.7
							1.9
16 30 (月)	ぶどうロール 洋風肉じゃが ブロッコリーのツナ和え スープ 牛乳	お茶 とりそぼろおにぎり	ぶどうロール・きび砂糖 植物油・じゃがいも 精白米	牛乳・豚肉・ツナ缶 鶏ひき肉	にんにく・玉ねぎ・もやし 冷凍グリーンピース・にら ブロッコリー・しょうが	しょうゆ・ケチャップ・酒 カレー粉・だし用かつお節 だし用昆布・食塩	547
							24.8
							2.5
9 (月) 花の日 こどもの日 礼拝	花そぼろごはん じゃこわかめサラダ みそ汁 メロン	牛乳 ホットク(韓国)	精白米・植物油・きび砂糖 さつまいも・薄力粉・米粉 白玉粉・上白糖	牛乳・豚ひき肉・みそ ちりめんじゃこ・こしあん	玉ねぎ・しょうが・もやし 冷凍コーン・さやえんどう 小松菜・にんにく・わかめ キャベツ・えのき・メロン	しょうゆ・酢・食塩 ベーキングパウダー だし用煮干し	553
							21.0
							1.8
11 (水) お楽しみ 給食	かたつむりごはん(小魚ピラフ) かぼちゃフレンチサラダ みそワタンスープ 小玉すいか	牛乳 バナナケーキ	精白米・植物油・薄力粉 ワタンの皮・バター 上白糖	牛乳・ちりめんじゃこ 豚肉・みそ (幼児)ウインナー	にんにく・玉ねぎ・もやし 冷凍グリーンピース・こねぎ 冷凍コーン・さやいんげん かぼちゃ・キャベツ 小玉すいか・レモン汁 バナナ (幼児)レーズン	カレー粉・食塩・酢 だし用昆布・鶏ガラスープ ベーキングパウダー だし用かつお節	597
							19.0
							2.3
25 (水) こども まつり	塩焼きそば フライドポテト (幼児)タコさんウインナー スープ バナナ	牛乳 たこ焼き風揚げボール	蒸し中華麺・植物油 ごま油・じゃがいも ノンエッグマヨネーズ 薄力粉	牛乳・豚肉・ツナ缶 かつお節 (幼児)ウインナー	にんにく・しょうが・ねぎ にんにく・玉ねぎ・大根 キャベツ・もやし・バナナ 干ししいたけ・こねぎ 青のり	食塩・しょうゆ ベーキングパウダー だし用かつお節 とんかつソース だし用昆布	604
							22.8
							2.9

*当日、都合により献立を変更することがありますのでご了承ください。

食品衛生法で規定されているアレルギー表示対象品目	
表示の義務があるもの 特定原材料7品目	えび・かに・小麦・そば・卵・乳・落花生
表示が推奨されているもの 特定原材料に準ずるもの 21品目	あわび・いか・いくら・オレンジ・牛肉 カシューナッツ・キウイフルーツ・ごま くるみ・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉 バナナ・まつたけ・もも・やまいも りんご・ゼラチン・アーモンド



* 献立内容をよくご確認のうえ、はじめての食材は使用予定日より前に必ずご家庭でお試ください。
何かありましたらご相談ください。