

日・曜	献立名 (冷)は冷たいコンテナの献立です	献立の使用食材料	栄養量 エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	
13月	ライスボールパン	小麦粉、米粉、砂糖、マーガリン(大豆)、小麦たんぱく、イースト、食塩、ビタミンC、白ざら糖	316	
	ぎゅうにゅう	牛乳	12.3	
14火	くろパン	小麦粉、加工黒糖、ビート糖、マーガリン(大豆)、イースト、タピオカ澱粉、食塩、小麦たんぱく、ビタミンC	272	
	ぎゅうにゅう	牛乳	10.1	
15水	ロールパン	小麦粉、マーガリン(大豆)、砂糖、油脂加工食品(大豆)、イースト、食塩、小麦たんぱく、ビタミンC	290	
	ぎゅうにゅう	牛乳	10.1	
16木	ツイストパン	小麦粉、砂糖、ショートニング(大豆)、イースト、食塩、小麦たんぱく、ビタミンC	267	
	ぎゅうにゅう	牛乳	10.0	
17金	おかかおにぎり	おかかおにぎり【塩飯、かつお節煮、のり、pH調整剤、(小麦・大豆)】	264	
	ぎゅうにゅう	牛乳	10.5	
20月	こどもパン	小麦粉、砂糖、ショートニング(大豆)、イースト、食塩、小麦たんぱく、ビタミンC	459	
	ぎゅうにゅう	牛乳		
	とりにくのてりやき	鶏肉の照焼【鶏肉、醤油、発酵調味料、砂糖、加工澱粉:タピオカ】	22.2	
	にくいりやさしいため	豚肉、人参、キャベツ、緑豆もやし、さやいんげん、醤油、白こしょう、食塩、なたね油		
21火	コッペパン、チョコレートクリーム	コッペパン(小麦粉、マーガリン(大豆)、砂糖、イースト、食塩、小麦たんぱく、ビタミンC)、チョコレートクリーム【水飴、砂糖、カカオマス、加糖脱脂練乳、ココアパウダー、増粘剤:加工澱粉、ヘム鉄、香料、乳化剤:グリセリン脂肪酸エステル・ショ糖脂肪酸エステル】	507	
	ぎゅうにゅう	牛乳	18.2	
	ポークカツレツ	ポークカツレツ【豚肉、パン粉(小麦・大豆)、とうもろこし澱粉(大豆)、食塩、黒コショウ、加工澱粉、トレハロース、増粘多糖類、大豆蛋白】、なたね白絞油、○中濃ソース		
	(冷)カラフルサラダ	ホールコーン缶詰【スイートコーン、食塩】、キャベツ、きゅうり、人参、サウザンアイランド風ドレッシング【食用植物油脂、醸造酢、水あめ、砂糖、トマトケチャップ、ピクルス、食塩、にんじんエキス、プルーン、酵母エキスパウダー、乳化剤、増粘剤:キサンタンガム、香辛料抽出物】		
22水	はちみつパン	小麦粉、はちみつ、ショートニング(大豆)、イースト、砂糖、食塩、小麦たんぱく、ビタミンC	371	
	ぎゅうにゅう	牛乳		
	(冷)わふうサラダ	人参、緑豆もやし、キャベツ、和風たまねぎドレッシング【醤油、食用植物油脂(大豆)、醸造酢、砂糖、乾燥たまねぎ、食塩、香味食用油、調味料:アミノ酸等、増粘剤:キサンタンガム、甘味料:ステビア、香辛料抽出物】	13.3	
	ヨーグルト	ヨーグルト【砂糖・異性化液糖、加糖練乳、脱脂粉乳、イソマルトオリゴ糖シロップ、全粉乳、砂糖、クリーム、増粘多糖類、乳たんぱく質濃縮物、寒天、香料】		
23木	しおおむすび	塩おむすび【うるち米、食塩、植物油、醸造酢】	400	
	ぎゅうにゅう	牛乳	19.0	
	しろみぎかなのあまずあんかけ	白身魚の天ぷら【スケソウダラ、食塩、小麦粉、でん粉、食塩、揚げ油:なたね油・パーム油、膨張剤、乳化剤】、上白糖、米酢、醤油、ばれいしょでん粉		
	チンジャオロースー	豚肉、醤油、酒、竹の子、ピーマン、赤ピーマン、○青椒肉絲の素、ばれいしょでん粉、なたね油		
24金	キャロットピラフ	精米、強化米、にんじん、にんじんペースト、コーン、食用植物油脂、鶏肉、赤ピーマン、食塩、チキンエキス、砂糖、酵母エキス、白身魚エキス、白こしょう	411	
	ぎゅうにゅう	牛乳	12.3	
	かにクリームコロッケ	かにクリームコロッケ【植物油脂(乳・大豆)、脱脂濃縮乳、小麦粉、たまねぎ、かに風味かまぼこ(えび・かに・小麦・卵・大豆・豚肉)、かに、魚介エキス(ゼラチン)、砂糖、食塩、乳等を主原料とする食品(乳・大豆)、コラーゲン(豚肉)、酵母エキス、繊維状植物性たん白(小麦)、香辛料、パン粉、でん粉、コーングリッツ、ぶどう糖、粉末状植物性たん白(大豆)、加工デンプン、調味料:アミノ酸等、増粘剤、炭酸Ca、着色料、乳化剤、香料、ピロリン酸鉄、酸味料、焼成Ca】		
	(冷)キャベツのサラダ	キャベツ、人参、きゅうり、青じそドレッシング【果糖ぶどう糖液糖、醤油、醸造酢(りんご)、発酵調味料、食塩、ほたてエキス(小麦、大豆)、調味料:アミノ酸等、調味梅肉、かつおエキス(さば)、チキンエキス、濃縮レモン果汁、チキンブイヨン(ゼラチン)、香料製剤、香辛料、香辛料抽出物製剤、青じそ】		
27月	ごはん	精米、強化米	511	
	ぎゅうにゅう	牛乳		
	ちゅうかわかめスープ	鶏肉、わかめ、玉葱、とうもろこし、長葱、小松菜、○中華用スープストック、白こしょう、醤油、食塩、白炒りごま	19.6	
	てつなべぎょうざ	鉄鍋餃子【キャベツ、小麦粉、玉葱、豚肉、豚脂、鶏肉、パン粉、オイスターソース、粒状小麦蛋白、馬鈴薯澱粉、食塩、砂糖、醤油、生姜、コシヨー、イーストフード、ビタミンC、ベニコウジ色素、調味料:アミノ酸等、カラメル色素、酸味料:クエン酸、(大豆)】		
	チャプチェ	豚肉、酒、醤油、みりん、人参、玉葱、ピーマン、いもでん粉春雨【馬鈴薯でん粉、かんしょでん粉、繊維素グルコール酸ナトリウム、ミョウバン】、あさり、上白糖、食塩、なたね油		
28火	セサミバーンズ	小麦粉、マーガリン(大豆)、砂糖、白ごま、イースト、食塩、小麦たんぱく、ビタミンC	560	
	ぎゅうにゅう	牛乳		
	しらたまいりやさいスープ	鶏肉、白玉餅【もち粉】、人参、キャベツ、小松菜、○スープストック、○ガラスープチキン、醤油、食塩	24.4	
	チキンカツ	チキンカツ【鶏肉、パン粉、小麦粉、食塩、植物油脂、揚げ油:パーム油、でん粉、加工デンプン、膨張剤、ポリリン酸Na、香辛料抽出物】、なたね白絞油		
	リヨネーズポテト	じゃが芋、人参、玉葱、とうもろこし、○コンソメ、白こしょう、食塩、パセリ、なたね油		
30木	ブチようなしゼリー	ブチ洋梨ゼリー【異性化液糖、洋梨果肉、洋梨濃縮果汁、還元水あめ、砂糖、ゲル化剤:増粘多糖類・リン酸一水素カルシウム・リン酸二水素カリウム・ブドウ糖・こんにゃく粉、酸味料:クエン酸・クエン酸Na、pH調整剤、クエン酸第一鉄ナトリウム、香料(ペアフレーバー)、酸化防止剤:ビタミンC・酵素処理ルチン、消泡剤:加工助剤、ベニバナ黄色素】	553	
	むぎごはん	精米、強化米、米粒麦		
	ぎゅうにゅう	牛乳	19.3	
	ハヤシライス	豚肉、人参、じゃが芋、玉葱、グリーンピース、にんにく、生姜、○さいころチーズ、三温糖、○ウスターソース、○トマトケチャップ、○ハヤシルー、○カレールー ○レバーそぼろ、脱脂粉乳、なたね油		
	ミニアメリカンドッグ	ミニアメリカンドッグ【小麦粉、コーンフラワー、砂糖、でん粉:トウモロコシ、食塩、粉末状大豆たん白、膨張剤、増粘多糖類、乳化剤、香料、着色料:VB2、豚肉、鶏肉、香辛料、ブドウ糖、加工でん粉:タピオカ、保存料:ソルビン酸K、リン酸塩Na・K、くん液、酸化防止剤:VC、pH調整剤、発色剤:亜硝酸Na、乳化剤、ミツロウ、大豆油、植物油脂:なたね】		
	(冷)イタリアンサラダ	キャベツ、きゅうり、赤ピーマン、枝豆、野菜いっぱいイタリアンドレッシング【食用植物油脂、玉ねぎ、赤ピーマン、しいたけ、果糖ぶどう糖液糖、砂糖、醸造酢(りんご)、食塩、ソテオニオン、醤油、酵母エキス、香辛料、たん白加水分解物(小麦、大豆、鶏肉、豚肉)、オリーブ、チキンエキスパウダー、酒精、調味料:アミノ酸等、増粘剤:キサンタンガム、甘味料:ステビア、香料、香辛料抽出物、ビタミンB1】		
★注意事項 ・○印は給食物資年間原料表に詳細内容を記載してある食品です。 ・献立は、材料等の都合により変更する場合があります。			月平均栄養量	399
			基準栄養量	15.5
				530
				21.9