

令和07年度

7月食物アレルギー用献立表

三股町立学校給食センター

No1

7月1日（火）				7月2日（水）				7月3日（木）				7月4日（金）			
麦ごはん 夏野菜カレー フルーツポンチ				白ごはん かきたま汁 野菜のごま和え いわしのトマト煮				黒糖パン チリコンカン フレンチサラダ				白ごはん 甘酢煮 もやしのナムル			
麦ごはん（10%混入）	70	100	①スペシャルカレーフ レーク	精白米	70	90	①黒糖パン	50	70	精白米	70	90			
豚ももスライス	28	36	小麦粉、豚脂、食塩、砂 糖、カレー粉、パーム油、	鶏肉 もも 皮つき	12	15	冷凍大豆（煮大豆）	30	37.5	純正ごま油	0.5	0.6			
かぼちゃ（カット）2cm角	22	29	酵母エキス、香辛野菜（オニ オン、ガーリック）、ホークエキス、	じゃがいも	23	29	豚ひき肉	25	31	豚もも肉（角切り）	25	31			
たまねぎ	35	45.5	カラメル色素（アレルギー表 示：小麦、豚肉）	たまねぎ	20	25	じゃがいも	40	50	①肉だんご（ポーク&チキン）10g	20	25			
にんじん	25	32.5	※えび、かに、卵、乳成 分	にんじん	17	21	たまねぎ	30	36	酒	1	1.2			
なす	16	20		えのきたけ	8	10	にんじん	15	18	うすくちしょうゆ	0.65	0.8			
ゴーヤ	4	5		豆腐	20	25	国産おろしにんにく	0.5	0.6	生姜	0.5	0.7			
①スペシャルカレーフレーク	5	6.5		ねぎ（冷凍）	3	3.8	パセリ	1	1.2	でんぷん	5	6			
②とろける給食用カレーフレーク	4.5	7	②とろける給食用カレー フレーク	煮干だし（片口いわし）不織布袋入り	5	6	サラダ油	0.5	0.6	大豆白絞油缶	5	6			
③エブリイカレーフレーク	4	6	小麦粉、植物油脂（パー ム、なたね）、砂糖、でん	うすくちしょうゆ	4.8	5.8	トマトピューレ	35	42	たまねぎ	36	45			
④トマトケチャップ	3	3.9	粉（とうもろこし）、食塩、	塩	0.1	0.12	トマトケチャップ【1日④参照】	4	4.8	にんじん	25	30			
⑤ウスターソース	0.8	1	カレー粉、デキストリン、	でんぷん	0.9	1	ウスターソース【1日⑤参照】	2.2	2.6	ズッキーニ（生）	12	15			
⑥チキンスープ	6	8	さつまいもパウダー、酵 母エキスパウダー、白菜	液卵	20	24	塩	0.4	0.48	ヤングコーン缶	16	20			
すりおろしりんご（1kgレトルト）	7.5	9.5	エキスパウダー、香辛料、	太もやし	29	35	こしょう	0.04	0.05	ピーマン	9	11			
国産おろしにんにく	0.4	0.52	ローストキャベツパウ ダー、ローストオニオン	ほうれん草（カット）	10	12	②北海道シュレッドチーズ	3	4	じゃがいも	35	42			
サラダ油	0.5	0.8	パウダー、カラメル色素 （アレルギー表示：小麦）	すりごま	1	1.2	赤ワイン	2	2.4	椎茸スライス（干）	1	1.2			
甘みあっさりパインチビット	16	21		三温糖	0.6	0.72	チキンスープ【1日⑥参照】	14	16	三温糖	2.2	2.6			
甘みあっさりみかん	17	21		うすくちしょうゆ	1.25	1.5	③チリパウダー	0.06	0.07	トマトケチャップ【1日④参照】	6	8			
甘みあっさり黄桃ダイス	17	21		①いわしのトマト煮	40	50	キャベツ	25	30	酢	2	2.4			
⑦アレンジダイスゼリー国産巨峰（鉄・VC）	28	36		①いわしのトマト煮			きゅうり	28	34	濃口醤油	4.15	5			
③エブリイカレーフレーク			小麦粉、加工油脂（パーム）、砂糖、食塩、カレー粉、ぶどう糖、コーンスターチ、オニ オンパウダー、たん白加水分解物（大豆）、酵母エキス、カラメル色素（アレルギー表 示：小麦、大豆）	いわし、トマトケチャップ、砂糖、本みりん、たまね ぎ、トマトピューレ、レモン果汁、米粉（うるち米）、			ホールコーン缶	10	12	花そうみ（乾わかめ）	0.5	0.6			
④トマトケチャップ				食塩、ブラックペッパー、水 （アレルギー表示：ー）			サラダ油	1.5	1.8	太もやし	33	40			
トマト、糖類（砂糖・ぶどう糖果糖液糖、ぶどう糖）、醸造酢、玉ねぎ、食塩、香 辛料（アレルギー表示：ー）							酢	2.4	2.9	きゅうり	18	22			
⑤ウスターソース							塩	0.26	0.31	②とりささみチャンク	12	14			
糖類（ぶどう糖果糖液糖、砂糖）、醸造酢、野菜（トマト、玉ねぎ、人参、マツ シュルーム、にんにく）、食塩、たん白加水分解物、香辛料、水（アレルギー 表示：ー）							こしょう	0.03	0.03	酢	1.9	2.28			
⑥チキンスープ							①黒糖パン			三温糖	0.63	0.75			
鶏骨、酵母エキス、水（アレルギー表示：鶏肉）							小麦粉、ショートニング、脱脂粉乳、砂糖、食塩、イースト、 黒糖（アレルギー表示：小麦、乳）			濃口醤油	2.96	3.55			
⑦アレンジダイスゼリー国産巨峰（鉄・VC）							②北海道シュレッドチーズ			純正ごま油	1.1	1.38			
果糖ぶどう糖液糖、砂糖、ぶどう果汁、果糖、ゲル化剤（増粘多糖類）、香料、 酸味料、ビタミンC、クエン酸鉄Na、着色料（クチナシ、紅麴）、水（アレルギー 表示：ー）※小麦、卵、乳成分							ナチュラルチーズ（生乳・食塩）、セルロース（アレルギー表 示：乳）			国産おろしにんにく					
							③チリパウダー			①肉だんご（ポーク&チキン）					
							赤唐辛子、コーンパウダー、食塩、クミン、オレガノ、 ガーリック（アレルギー表示：ー）			豚肉、鶏肉、たまねぎ、つなぎ〔でん粉（馬鈴薯）、 えんどう豆たん白〕、砂糖、発酵調味料、香辛料（オ ニオン、ガーリック、ペパー、ナツメグ）、食塩、酵母 エキス（アレルギー表示：鶏肉、豚肉）※乳成 分、卵、小麦					
										②とりささみチャンク					
										鶏肉（ささみ）、醸造酢、食塩、寒天、砂糖、オニ オンパウダー、香辛料（こしょう）、pH調整剤、水 （アレルギー表示：鶏肉）					

※コンタミ・キャリア等由来

★揚げ物用油（大豆白絞油缶）は複数回（3～4回程度）使用します。

★煮干しだし（片口いわし）はえび、かに、いか、さばが混ざる漁法で採取しています。

7月7日 (月)			7月8日 (火)			7月9日 (水)			7月10日 (木)			7月11日 (金)					
白ごはん セタ汁 セルフ五目寿司 セタゼリー			白ごはん 豆乳みそ汁 魚のカレーマリネ			白ごはん 大豆の磯煮 ごまじゃこサラダ			(減量) チーズパン やきそば 大根サラダ			白ごはん お野菜つみれ汁 豚肉のチャンチャン焼き					
精白米	70	90	精白米	70	90	精白米	70	90	①(大冷)ミニ絹厚揚げ【給食会】大豆、植物油(なたね、大豆)、安定剤(加工デンプン)、豆腐用凝固剤、酵素、水(アレルギー表示:大豆)	①チーズパン	40	60	①チーズパン小麦粉、ショートニング、脱脂粉乳、砂糖、食塩、イースト、粉チーズ(アレルギー表示:小麦、乳)	精白米	70	90	
豆腐	24	30	だいこん	25	31	鶏肉 もも 皮つき	10	13		②カットスパゲティ	28	34		①お野菜つみれ	22	28	
にんじん	10	13	にんじん	18	23	鶏肉 はねみ 皮なし	15	19		サラダ油	1	1.25		きざみ揚げ(カット油揚げ)【7日③参照】	3	3.8	
えのきたけ	10	12	えのきたけ	12	14	じゃがいも	23	30		豚ももスライス	22	26		里いも(冷)3S	20	25	
花そうみ(乾わかめ)	0.3	0.4	じゃがいも	25	31	①(大冷)ミニ絹厚揚げ	23	29		たまねぎ	25	30		だいこん	25	31	
①魚そうめん	18	22.5	豆腐	20	25	スライスこんにゃく	20	25		にんじん	10	13		えのきたけ	10	12	
たまねぎ	30	38	きざみ揚げ(カット油揚げ)【7日③参照】	5	6	にんじん	20	25		キャベツ	20	24		にんじん	18	23	
オクラ	3	4	ねぎ(冷凍)	2.5	3	冷凍大豆(煮大豆)	20	26		太もやし	22	27		たまねぎ	20	25	
②厚削節(不織布袋入り)	3	3.8	①無調整豆乳	20	24	②平天(さつまあげ)	12	15		かまぼこ(ピンク)【7日④参照】	8	10		ねぎ(冷凍)	3	3.6	
うすくちしょうゆ	5.1	6.1	煮干だし(片口いわし)不織布袋入り	3	3.6	干ひじき	1.7	2.1		塩	0.1	0.12	②カットスパゲティ	煮干だし(片口いわし)不織布袋入り	3	3.6	
酒	1	1.2	すりみそ	10	11	青まめ	5	6		こしょう	0.01	0.02	デュラム小麦のセモリナ(アレルギー表示:小麦)	うすくちしょうゆ	4.8	5.8	
						サラダ油	1	1.2		ウスターソース【1日⑤参照】	2.2	2.6		酒	0.8	1	
鶏肉 もも 皮つき	10	13	たら(角切り)	50	60	三温糖	2.5	3.2		③中華用スープストック	0.3	0.36		豚ももスライス	43	53	
鶏肉 はねみ 皮なし	10	13	でんぷん	6.5	7	みりん	1	1.3		④やきそばソース(粉末)	5	6		サラダ油	1	1.2	
サラダ油	0.6	0.7	大豆白絞油缶	5.5	6.6	濃口醤油	3	3.9		だいこん	48	58		たまねぎ	20	24	
椎茸スライス(干)	1	1.2	たまねぎ	16	20	うすくちしょうゆ	2	2.5		きゅうり	21	25		キャベツ	25	30	
③きざみ揚げ(カット油揚げ)	2	2.4	きゅうり	19	23	キャベツ	29	35		⑤ノンオイルまぐろチャンク	8	10		太もやし	18	22	
にんじん	10	12.5	ピーマン	2	2.4	きゅうり	27	32		酢	2.6	3.1		ピーマン	3	3.6	
ごぼう(ささがき)	15	18	カラーピーマンミックスIQF	2	2.4	③ロースハムスライス(短冊)	8	10		レモン汁(ポッカレモン)	0.2	0.24		カラーピーマンミックスIQF	3	3.6	
④かまぼこ(ピンク)	8	10	塩	0.07	0.08	④ちりめん	3	3.6		うすくちしょうゆ	1.2	1.44		三温糖	1.3	1.5	
青まめ	10	13	こしょう	0.01	0.01	酢	2.5	3		こしょう	0.03	0.04		濃口醤油	1.2	1.44	
いりごま	0.6	0.72	うすくちしょうゆ	2.2	2.64	すりごま	1.4	1.7		サラダ油	1.5	1.8		すりみそ	4.3	5.2	
すりごま	0.5	0.6	三温糖	1.1	1.32	三温糖	2	2.4		三温糖	0.3	0.36		みりん	1.7	2	
うすくちしょうゆ	3	3.6	酢	2.2	2.6	うすくちしょうゆ	3	3.6		③中華用スープストック				いりごま	1	1.2	
酒	1	1.2	オリーブ油(200g)	0.55	0.66	純正ごま油	0.1	0.12		食塩、チキンパウダー(小麦、大豆、鶏肉、豚肉)、鶏脂(大豆)、粉末醤油(小麦、大豆)、デキストリン、酵母エキス、たん白加水分解物(ゼラチン)、野菜エキス(大豆)、ごま油、調味料(アミノ酸等)、香辛料抽出物、カラメル色素(アレルギー表示:小麦、ごま、大豆、鶏肉、豚肉、ゼラチン) ※卵				①お野菜つみれ			
酢	6	7.2	カレー粉	0.11	0.13	②平天(さつまあげ)				④焼きそばソース(粉末)				魚肉(すけとうだら)、でん粉(馬鈴薯)、砂糖、人参ペースト、かぼちゃペースト、ほうれん草ペースト、食塩、ソルビトール、調味料(アミノ酸)、リン酸塩(Na)、水(アレルギー表示:ー) ※小麦、卵、えび、いか、さけ、さば、大豆、やまいも、ごま			
三温糖	3.5	4	①無調整豆乳			③ロースハムスライス(短冊)【桐生食品】				砂糖、食塩、粉末ソース(りんご)、デキストリン、たん白加水分解物(大豆)、豚脂、酵母エキスパウダー、かつおぶしパウダー、かつおエキスパウダー、香辛料、乳酸発酵酵母エキスパウダー、いわしぶしパウダー、むろぶしパウダー、乳酸発酵トマトエキスパウダー、調味料(アミノ酸等)、増粘剤(加工でん粉)、カラメル色素、酸味料、香辛料抽出物(アレルギー表示:大豆、豚肉、りんご)							
塩	0.2	0.24	大豆(アレルギー表示:大豆)			豚ロース肉、還元水あめ、大豆たん白、食塩、卵たん白、乳たん白、たん白加水分解物、調味エキス、カゼインNa、増粘多糖類、リン酸塩(Na)、調味料(アミノ酸等)、酸化防止剤(ビタミンC)、くん液、発色剤(亜硝酸Na)、カルミン酸色素(アレルギー表示:卵、乳成分、大豆、豚肉) ※小麦、牛肉、ごま、鶏肉、りんご、ゼラチン				⑤ノンオイルまぐろチャンク							
⑤セタデザート	31	31				④ちりめん				まぐろ、野菜スープ、食塩、調味エキス、調味料(アミノ酸等)(大豆)、増粘剤(アミノ酸等)(アレルギー表示:大豆)							
①魚そうめん 魚肉(イトヨリ)、でん粉(とうもろこし)、砂糖、食塩、水あめ、みりん、植物油脂(ベニバナ)、水(アレルギー表示:ー) ※イトヨリはえび・かにを食べています。(※小麦、卵、乳、大豆、豚肉、いか、ごま、さば)			②厚削り節 ウルメ、さば(アレルギー表示:さば) ※小麦、大豆、いか														
③きざみ揚げ(カット油揚げ) 丸大豆、植物油脂(なたね)、凝固剤(アレルギー表示:大豆)			④かまぼこ(ピンク) 魚肉(タラ)、澱粉(馬鈴薯)、砂糖、みりん、食塩、着色料(コチニール)(アレルギー表示:ー) ※えび、かに														
⑤セタデザート(日東ベスト) 砂糖・ブドウ糖果糖液糖、砂糖、水、【レモンゼリー】ぶどう糖、レモン果汁(濃縮還元)、酸味料、ゲル化剤(増粘多糖類)、クエン酸鉄Na・香料、【グレープゼリー】ぶどう糖、ぶどう果汁(濃縮還元)、酸味料、ゲル化剤(増粘多糖類)、ビタミンC、香料・クエン酸鉄Na・クチナシ赤色素、【モチーフ】うんしゅうみかん果汁(濃縮還元)、水あめ、粉末油脂、寒天、乳化剤・ゲル化剤(キサンタンガム)・香料・カロチノイド色素(アレルギー表示:ー)																	

7月14日（月）				7月15日（火）				7月16日（水）				7月17日（木）				7月18日（金）			
（減量）わかめごはん 五目うどん ブロッコリーとコーンの和え物 平つくね				白ごはん 中華うま煮 おかか和え				白ごはん 肉団子スープ ガパオライス				ホットドッグパン マカロニスープ ゆでキャベツ ロングウインナー 一食ケチャップソース				ゆかりごはん みそキムチ汁 きゅうりの中華風味漬け あじチーズフライ 豆乳プリン			
精白米	60	80		精白米	70	90		精白米	70	90		①NEW安心素	①ホットドッグ用パン	50	70	精白米	①ゆかり 塩蔵赤しそ （赤しそ、 食塩、梅 酢）、砂糖、 食塩、酵母 エキス、酸 味料（ <u>ア レルギー 表示</u> ）	70	90
①わかめご飯の素（ヘルシーファーム）	1.5	2						①NEW安心素材ミートボール8（鉄・Ca）	28	34		材ミートボー				①ゆかり（S）	1.7	2.1	
うどん	59	71		豚ももスライス	22	28		②マロニー	5	6		ル8（鉄・Ca）	鶏肉 もも 皮つき	15	19	豚ももスライス	10	13	
鶏肉 はねみ 皮なし	8	10		酒	1	1.2						食肉（鶏肉、	サラダ油	0.5	0.8	だいこん	20	25	
鶏肉 もも 皮つき	9	11		（大冷）ミニ絹厚揚げ【9日①参照】	33	41		だいこん	20	25		豚肉）、たまね	じゃがいも	27	35	にんじん	16	20	
酒	1	1.2		にんじん	22	28		じゃがいも	25	31		ぎ、つなぎ（で	蒸し白いんげん豆	5	6	スライスこんにゃく	10	12	
きざみ揚げ（カット油揚げ）【7日③参照】	3	4		たまねぎ	40	50		キャベツ	25	31		ん粉、粉末状	たまねぎ	30	39	たまねぎ	22	28	
椎茸スライス（干）	0.8	1		ゆでうずら卵（フレッシュ）	25	30		椎茸スライス（干）	0.5	0.6		植物性たん	にんじん	18	23	ほうれん草（カット）	7	9	
かまぼこ（ピンク）【7日④参照】	9	11		たけのこ缶	12	14.5		ねぎ（冷凍）	2	2.4		白）、還元水	県産カットチンゲン菜1QF（3cmカット）	10	12.5	きざみ揚げ（カット油揚げ）【7日③参照】	3	4	
にんじん	10	12		青まめ	12	15		チキンスープ【1日⑥参照】	6	8		あめ、食塩、	②シェルマカロニ	8	10.5	豆腐	20	25	
だいこん	20	24		椎茸スライス（干）	1	1.2		中華用スープストック	0.2	0.24		チキンオイル、	チキンスープ	8	10	②白菜キムチ	10	13	
ねぎ 生	2.5	3		生姜	0.2	0.24		うすくちしょうゆ	3	3.6		香辛料、揚げ	③洋風スープストック	0.2	0.24	煮干だし（片口いわし）不織布袋入り	3	3.6	
煮干だし（片口いわし）不織布袋入り	3	3.6		三温糖	1.6	2		塩	0.1	0.12		油（大豆油）、	うすくちしょうゆ	3	4	すりみそ	6.5	7.5	
うすくちしょうゆ	4.5	5.4		うすくちしょうゆ	5	6		こしょう	0.02	0.02		ドロマイト、ピ	塩	0.2	0.24	赤みそ	4	4	
塩	0.2	0.23		中華用スープストック【10日③参照】	0.3	0.4						ロリン酸鉄、	こしょう	0.02	0.03				
ミニブロッコリー	30	36		でんぷん	1.2	1.5		豚ひき肉	40.5	48.6		焼成Ca（ <u>ア レルギー表 示</u> ： <u>鶏肉、豚 肉、大豆</u> ）	キャベツ	35	42	きゅうり	35	42	
ホールコーン缶	7	8.4		純正ごま油	1	1.2		たまねぎ	25.5	30.6		※ えび、か に、小麦、卵、 乳成分				国産おろしにんにく	0.03	0.04	
②おいしい玉ねぎドレッシング	3.8	4.5		きゅうり	25	30		にんじん	15	18			④無塩せきフランクロング	30	40	酢	1.3	1.56	
③発芽玄米入平つくね	50	62.5		キャベツ	20	24		ピーマン	5	6			⑤トマトケチャップミニパック	12	12	濃口醤油	1.8	2.16	
①わかめご飯の素（ヘルシーファーム） わかめ、還元水あめ、食塩、昆布エキス、酵母エキス（ <u>アレルギー表示</u> ： <u>ー</u> ）				太もやし	20	24		③素揚げなす（10mmダイスカット）	6	7.2						純正ごま油	0.3	0.36	
				①花かつおきざみ	1.2	1.5		サラダ油	0.8	1		①ホットドッグ用パン				③あじチーズフライ	50	50	
②おいしいたまねぎドレッシング 調味酢、しょうゆ（小麦、大豆）、食用植物油 脂（大豆、なたね）、玉ねぎ、砂糖、椎茸、か つおだし（豚肉）、にんにく（ <u>アレルギー表 示</u> ： <u>小麦、大豆、豚肉</u> ）				うすくちしょうゆ	2.4	2.9		国産おろしにんにく	0.2	0.24		小麦粉、ショールーティング、脱脂粉乳、砂糖、食塩、 イースト（ <u>アレルギー表示</u> ： <u>小麦、乳</u> ）				大豆白絞油缶	10	10	
				三温糖	1	1.2		酒	0.8	0.96			②シェルマカロニ				④とろけるプリン（豆乳）	80	80
③発芽玄米入り平つくね 鶏肉、パン粉（小麦）、粉末状大豆たん白 （大豆）、でん粉（タピオカ、馬鈴薯）、玉ねぎ、 豚脂、発芽玄米、食塩、砂糖、酵母エキス、 香辛料（ペパー・ガーリック）（ソース）果糖ぶ どう糖液糖、こいくちしょうゆ（小麦、大豆）、 酵母エキス、発酵調味料、カツオブシエキス （小麦、大豆）、しょうゆ調味料（小麦、大豆）、 増粘剤（加工でん粉）、水（ <u>アレルギー表 示</u> ： <u>小麦、鶏肉、豚肉、大豆</u> ）※乳成分、卵				①花かつおきざみ				みりん	0.38	0.46		デュラム小麦のセモリナ（ <u>アレルギー表示</u> ： <u>小 麦</u> ）				②白菜キムチ			
				かつおのふし				三温糖	0.48	0.58		③洋風スープストック				はくさい、食塩、調味料（にんにく、砂糖・異性化 液糖、たんぱく加水分解物（大豆）、醸造酢、ト マト、唐辛子、オニオン、酒精、調味料（アミノ 酸等）、酸味料、増粘多糖類、パプリカ色素）、 水（ <u>アレルギー表示</u> ： <u>大豆</u> ）			
				（ <u>アレルギー表示</u> ： <u>ー</u> ）※さば				④オイスターソース（マルハ）	1.62	1.94		食塩、砂糖、ぶどう糖、豚脂、コーンスターチ、ばれ いしよでん粉、粉末動物油脂（豚肉）、たん白加 水分解物（大豆、ゼラチン）、乳酸発酵酵母エキ スパウダー、乳酸発酵トマトエキスパウダー、デキストリン、 酵母エキスパウダー、かつおエキスパウダー、香辛料 （にんにく）、調味料（アミノ酸等）、酸味料（ <u>アレル ギー表示</u> ： <u>大豆、豚肉、ゼラチン</u> ）				③あじチーズフライ			
								濃口醤油	0.95	1.14		④無塩せきフランクロ ング				あじ、チーズ、パン粉（小麦、大豆）、小麦粉、 食塩、乳化剤（チーズに含有）、増粘多糖類 （グァーガム・キサンタンガム）、水（ <u>アレル ギー表示</u> ： <u>小麦、乳、大豆</u> ）			
								塩	0.29	0.35		豚肉、食塩、砂糖、香 辛料（白コショウ・カル ルワイ、マスタード） （ <u>アレルギー表示</u> ： <u>豚 肉</u> ）	⑤トマトケチャップミニ パック			④とろけるプリン（豆乳）			
								こしょう	0.03	0.03			トマト、砂糖・ぶどう糖 果糖液糖、ぶどう糖、醸 造酢、食塩、たまねぎ、 香辛料（ <u>アレルギー表 示</u> ： <u>ー</u> ）			水あめ、豆乳、砂糖、ショールーティング（パーム、 ヤシ）、水溶性食物繊維、デキストリン、食塩、 ゲル化剤（加工でん粉、増粘多糖類）、乳化剤 （大豆）、着色料（カラメル、カロチノイド）、香料、ピ ロリン酸第二鉄、水（ <u>アレルギー表示</u> ： <u>大豆</u> ）			

8月27日（水）			8月28日（木）			8月29日（金）		
麦ごはん ハヤシライス えだまめサラダ			食パン ミネストローネ ジャーマンポテト 黒豆きなこクリーム			白ごはん 野菜スープ きのこソースハンバーグ		
麦ごはん（10%混入）	70	100	①トマトケチャップ トマト、糖類（砂糖・ぶどう糖果糖液糖、ぶどう糖）、醸造酢、玉ねぎ、食塩、香辛料（ <u>アレルギー表示：ー</u> ）			精白米		
豚ももスライス	30	36	②ウスターソース 糖類（ぶどう糖果糖液糖、砂糖）、醸造酢、野菜（トマト、玉ねぎ、人参、マッシュルーム、にんにく）、食塩、たん白加水分解物、香辛料（ <u>アレルギー表示：ー</u> ）			鶏肉 もも 皮つき		
たまねぎ	50	60	③Fハイルウ（フレーク） 小麦粉、食用油脂（ラード・パーム油）、食塩、糖類（砂糖・ぶどう糖）、トマトペースト、オニオンパウダー（脱脂大豆・ぶどう糖）、ガーリックパウダー、香辛料（ペッパー・コーンパウダー・米粉・シナモン・ローレル）、カラメル色素、酵母エキスパウダー（ <u>アレルギー表示：小麦、大豆</u> ）※乳、牛肉、鶏肉、豚肉（ラード）			鶏肉 はねみ 皮なし		
にんじん	23	28	④デミグラスソース			にんじん		
ごぼう（ささがき）	15	18	⑤ホワイトベース（レトルト）			たまねぎ		
しめじ	15	20	⑥チキンスープ			キャベツ		
①トマトケチャップ	15	18	塩			じゃがいも		
②ウスターソース	1.5	2	こしょう			パセリ		
③Fハイルウ（フレーク）	12	14	サラダ油			チキンスープ【27日⑥参照】		
④デミグラスソース	5	6	⑦とりささみチャンク			洋風スープストック【28日③参照】		
⑤ホワイトベース（レトルト）	10	12	キャベツ			うすくちしょうゆ		
赤ワイン	2	2.5	きゅうり			塩		
⑥チキンスープ	8	10	青まめ			こしょう		
塩	0.1	0.12	⑧おいしい和風ドレッシング			①うす味ハンバーグ（国産鶏豚使用）（ボイル）		
こしょう	0.04	0.05	④デミグラスソース			サラダ油		
サラダ油	0.4	0.48	⑤ホワイトベース（レトルト）			たまねぎ		
⑦とりささみチャンク	10	12	生クリーム、小麦粉、でん粉（とうもろこし）、全粉乳、ホワイトルウ（小麦粉、なたね油）、チキンエキス、牛乳、ナチュラルチーズ、バター、食塩、砂糖、香辛料（ローレル）、水（ <u>アレルギー表示：乳、小麦、鶏肉</u> ）※えび、かに、卵、落花生			しめじ		
キャベツ	20	24	⑥チキンスープ			えのきたけ		
きゅうり	25	30	鶏骨、酵母エキス、水（ <u>アレルギー表示：鶏肉</u> ）			トマトケチャップ【27日①参照】		
青まめ	12	15	⑦とりささみチャンク			ウスターソース【27日②参照】		
⑧おいしい和風ドレッシング	7	8	鶏肉（ささみ）、醸造酢、食塩、寒天、砂糖、オニオンパウダー、香辛料（こしょう）、pH調整剤、水（ <u>アレルギー表示：鶏肉</u> ）			デミグラスソース【27日④参照】		
④デミグラスソース			⑧おいしい和風ドレッシング			三温糖		
ブラウンルウ（小麦粉、ラード）、トマトペースト、リートオニオン（たまねぎ・大豆油）、チキンエキス、人参、砂糖、酵母エキス、でん粉（とうもろこし）、食塩、香辛料（黒こしょう）、水（ <u>アレルギー表示：小麦、鶏肉</u> ）※えび、かに、卵、乳成分、落花生			食用植物油（大豆、なたね）、醸造酢（小麦）、砂糖、しょうゆ（小麦、大豆）、調味酢、玉ねぎ、食塩、粒マスタード（豚肉、りんご）、ホワイトペッパー、にんにく、調味料（アミノ酸等）（ <u>アレルギー表示：小麦、大豆、豚肉、りんご</u> ）			赤ワイン		
⑥チキンスープ			④デミグラスソース			塩		
鶏骨、酵母エキス、水（ <u>アレルギー表示：鶏肉</u> ）			⑤ホワイトベース（レトルト）			①うす味ハンバーグ（国産鶏豚使用） 鶏肉、豚肉、たまねぎ、豚脂、粒状植物性たん白、砂糖、ぶどう糖、食塩、酵母エキス、トマトペースト、香辛料、にんにくペースト、小麦不使用しょうゆ、しょうがペースト、加工デンプン、炭酸Ca、セルロース、ピロリン酸第二鉄、水（ <u>アレルギー表示：鶏肉、豚肉、大豆</u> ）		
			生クリーム、小麦粉、でん粉（とうもろこし）、全粉乳、ホワイトルウ（小麦粉、なたね油）、チキンエキス、牛乳、ナチュラルチーズ、バター、食塩、砂糖、香辛料（ローレル）、水（ <u>アレルギー表示：乳、小麦、鶏肉</u> ）※えび、かに、卵、落花生					
			⑥チキンスープ					
			鶏骨、酵母エキス、水（ <u>アレルギー表示：鶏肉</u> ）					
			⑦とりささみチャンク					
			鶏肉（ささみ）、醸造酢、食塩、寒天、砂糖、オニオンパウダー、香辛料（こしょう）、pH調整剤、水（ <u>アレルギー表示：鶏肉</u> ）					
			⑧おいしい和風ドレッシング					
			食用植物油（大豆、なたね）、醸造酢（小麦）、砂糖、しょうゆ（小麦、大豆）、調味酢、玉ねぎ、食塩、粒マスタード（豚肉、りんご）、ホワイトペッパー、にんにく、調味料（アミノ酸等）（ <u>アレルギー表示：小麦、大豆、豚肉、りんご</u> ）					