

9月1日（火）				9月2日（水）				9月3日（木）				9月4日（金）				
白ごはん 肉団子スープ ガパオライス				白ごはん 高野豆腐の卵とじ ごぼうとハムの和え物				（減量）チーズパン ジャージャーめん えだまめサラダ				白ごはん 豚肉のごまみそ煮 マロニーの酢の物				
精白米	70	90	①NEW安心素材 ミートボール8 （鉄・Ca）	精白米	70	90	①凍り豆腐 （サイの目） 丸大豆、豆腐 用凝固剤、重 曹（膨軟剤）、 消泡剤（ <u>ア レルギー表 示：大豆</u> ）	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 ス（ <u>ア レ ル ギ ー 表 示： 小 麦、 乳</u> ）	精白米	70	90		
①NEW安心素材ミートボール8（鉄・Ca）	27	34	食肉（鶏肉、豚 肉）、たまねぎ、つ なぎ（でん粉、粉 末状植物性たん 白）、還元水あめ、 食塩、チキンオイ ル、香辛料、揚げ 油（大豆油）、ドロ マイト、ピロリン酸 鉄、焼成Ca（ <u>ア レ ル ギ ー 表 示： 鶏 肉、 豚 肉、 大 豆</u> ） ※ えび、かに、 小麦、卵、乳成分	たまねぎ	32	40	②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）（ <u>ア レ ル ギ ー 表 示：ー</u> ） ※ えび、かに	②カットスパゲティ	28	35	②カ ット ス パ ゲ ティ デュラム小 麦のセモリ ナ（ <u>ア レ ル ギ ー 表 示： 小 麦</u> ）	豚ももスライス	33	42		
②緑豆春雨（カット）	5	6		にんじん	25	31		純正ごま油	1	1.25		国産おろしにんにく	0.25	0.3		
だいこん	20	25		鶏肉 もも 皮つき	13	20		豚ひき肉	30	38		三角こんにやく（小）	21	26		
じゃがいも	25	31		鶏肉 はねみ 皮なし	12	11		生姜	0.8	1		ごぼう（乱切り）	22	28		
キャベツ	25	31		椎茸スライス（干）	1	1.2		国産おろしにんにく	0.3	0.4		里いも（冷）2S	25	32		
椎茸スライス（干）	0.5	0.6		たけのこ缶	12	15		たまねぎ	25	31		たけのこ缶	17	21		
ねぎ（冷凍）	2	2.4		たけのこ水煮（ハーフ）	0	0		にんじん	19	25		にんじん	25	31		
③チキンスープ	6	8		①凍り豆腐（サイの目）	6	7.5		椎茸スライス（干）	0.8	1		①（大冷）ミニ絹厚揚げ	25	34		
④中華用スープストック	0.2	0.24		②かまぼこ（ピンク）	9	11		たけのこ缶	10	12		にら	2.5	3.2		
うすくちしょうゆ	3	3.6		ほうれん草（カット）	10	12.5		たけのこ水煮（ハーフ）	0	0		サラダ油	0.8	1		
塩	0.1	0.12		液卵	30	37.5		太もやし	10	13		三温糖	2	2.6		
こしょう	0.02	0.02		サラダ油	1	1.3		ねぎ（冷凍）	2	2.5		すりみそ	6	7.8		
				三温糖	1.6	1.9		チキンスープ【1日③参照】	11	13		すりごま	2	2.5		
豚ひき肉	43	54	②緑豆春雨（カット）	みりん	0.9	1.1		赤みそ	5.6	7		酒	2	2.6		
たまねぎ	25	31	緑豆でんぷん（ <u>ア レ ル ギ ー 表 示： ー</u> ）	酒	0.9	1.1		三温糖	1.37	1.7		濃口醤油	2	2.6		
にんじん	17	21		うすくちしょうゆ	5.4	6.5		濃口醤油	2.84	3.55		②マロニー	4	5		
カラーピーマンミックスIQF	5	7		塩	0.1	0.12		③トウバンジャン	0.1	0.12		きゅうり	36	43		
⑤素揚げなす（10mmダイスカット）	8	10	③チキンスープ	③和風だしの素	0.18	0.22		④テンメンジャン（テーパー）	1	1.25		③オーシャンキングほぐし身	10	12		
サラダ油	0.8	1.1	鶏骨、酵母エキ ス水（ <u>ア レ ル ギ ー 表 示： 鶏 肉</u> ）	ごぼう（ささがき）	19	24		⑤ノンオイルまぐろチャンク	10	12		三温糖	1.15	1.38		
国産おろしにんにく	0.2	0.26		④ロースハムスライス（短冊）	10	12		キャベツ	20	24		うすくちしょうゆ	3	3.2		
酒	0.8	1.04		きゅうり	35	41		ミニブロッコリー	25	30		酢	3	3.6		
みりん	0.4	0.5	⑤素揚げなす	酢	3	3.6		青まめ	12	15		純正ごま油	1	1.2		
三温糖	0.48	0.6	なす、植物油 （パーム）、食塩 （ <u>ア レ ル ギ ー 表 示： ー</u> ）	うすくちしょうゆ	2	2.4		⑥おいしい玉ねぎドレッシング	7	8		①（大冷）ミニ絹厚揚げ【給食会】				
⑥オイスターソース（Umios）	1.73	2.16		三温糖	1	1.2		④テンメンジャン（テーパー）				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、消泡剤、水（ <u>ア レ ル ギ ー 表 示： 大 豆</u> ）				
濃口醤油	1.35	1.69		③和風だしの素				砂糖、みそ（大豆）、なたね油、しょうゆ（小麦、大豆）、大麦粉、 食塩、水（ <u>ア レ ル ギ ー 表 示： 小 麦、 大 豆</u> ）				②マロニー				
塩	0.31	0.39		砂糖、食塩、風味原料（かつお節粉末、かつお節エキス、かつおエキス、こんぶエキス）、たん白加水分解物、調味料（アミノ酸等）（ <u>ア レ ル ギ ー 表 示： ー</u> ）				⑤ノンオイルまぐろチャンク				じゃがいも澱粉、コーンスターチ、増粘剤、増粘 多糖類（ <u>ア レ ル ギ ー 表 示： ー</u> ）				
こしょう	0.03	0.03		④ロースハムスライス（短冊）【桐生食品】				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）（ <u>ア レ ル ギ ー 表 示： 大 豆</u> ）				③オーシャンキングほぐし身（糸かまぼこ）				
④中華用スープストック			⑥オイスターソース	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（ <u>ア レ ル ギ ー 表 示： 卵、 乳 成 分、 大 豆、 豚 肉</u> ） ※小麦、牛肉、ごま、鶏肉、りんご、ゼラチン				⑥おいしいたまねぎドレッシング				たら、ほき、食塩、砂糖、発酵調味料、でん粉、 たん白加水分解物（かつおエキス）、還元水あめ、 植物油脂（エゴマ）、加水でん粉、着色料（紅麹）、 乳化剤（加工助剤）、水（ <u>ア レ ル ギ ー 表 示： ー</u> ）				
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 （ <u>ア レ ル ギ ー 表 示： 小 麦、 ご ま、 大 豆、 鶏 肉、 豚 肉、 ゼ ラ チ ン</u> ） ※卵			（Umios）				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： 小 麦、 大 豆、 豚 肉</u> ）									
			かきエキス、砂糖、魚醤（魚 介類）（いわし）、デキストリ ン、酵母エキス、麦芽エキ スパウダー、増粘剤（加工 でん粉）（ <u>ア レ ル ギ ー 表 示： ー</u> ）													

※コンタミ・キャリー等由来 ★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。

令和08年度

9月食物アレルギー用献立表

三股町立学校給食センター No2

9月7日（月）			9月8日（火）			9月9日（水）			9月10日（木）			9月11日（金）								
白ごはん かぼちゃのみそ汁 豚肉と野菜のカレー炒め			白ごはん 牛丼 千切大根の酢の物			（減量）わかめごはん 焼豚ラーメン もやしときゅうりのナムル シュークリーム			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、 酵母エキスパ ウダー（ <u>ア レルギー表 示：ー</u> ）			バーガーパン ラビオリスープ ゆでキャベツ 白身魚のフライ 一食ソース			①バーガーパン 小麦粉、ショート ニング、脱脂粉 乳、砂糖、食塩、 イースト <u>（アレルギー表 示：小麦、乳）</u>			白ごはん 里芋とじゃがいものそぼろ煮 ほうれん草のアーモンド和え		
精白米	70	90	精白米	70	90	精白米	60	80	①わかめご飯の素（ヘルシーファーム）	1.5	2	①バーガーパン	50	70		精白米	70	90		
豆腐	20	25	牛肉ももスライス	40	50							②ラビオリ	15	18		里いも（冷）2S	20	25		
①きざみ揚げ（カット油揚げ）	5	6	①錦糸玉子（フュージョン）	15	19	②麺始め チャンポン麺	46	56				③無塩せきバラベーコン短冊（真空）	6	7	②ラビオリ	じゃがいも	20	25		
かぼちゃ（カット） 汁用	30	38	にんじん	25	31	豚ももスライス	23	28	②麺始めチャンポン麺			にんじん	22	28	〈皮〉小麦粉、食塩〈具〉鶏肉、豚肉、玉ねぎ、パン粉、粒状大豆たん白、豚脂、酵母エキス、ポー	たまねぎ	25	32		
たまねぎ	30	37	たまねぎ	35	44	③給食用焼豚カット（乳・卵不使用）短冊切	13	16	小麦粉、小麦たん白、かんすい、カロチノイド色素、調整水（ <u>アレルギー表示：小麦</u> ）			たまねぎ	30	38	肉、玉ねぎ、パン粉、粒状大豆たん白、豚脂、酵母エキス、ポー	にんじん	23	30		
花そうみ（乾わかめ）	0.3	0.4	ごぼう（ささがき）	15	20	（県産）きくらげスライス	1	1.2	たん白、かんすい、カロチノイド色素、調整水（ <u>アレルギー表示：小麦</u> ）			じゃがいも	27	34	肉、玉ねぎ、パン粉、粒状大豆たん白、豚脂、酵母エキス、ポー	椎茸スライス（干）	0.8	1		
ねぎ（冷凍）	3	3.6	えのきたけ	15	20	たまねぎ	15	19				蒸し白いんげん豆	8	10	ん白、豚脂、酵母エキス、ポー	鶏ひき肉 もも 皮つき	14	18		
えのきたけ	10	12.5	糸こんにゃく（5cmカット）	35	44	にんじん	15	18				チキンスープ【1日③参照】	5	6	ん白、豚脂、酵母エキス、ポー	鶏ひき肉 はねみ 皮なし	13	16		
煮干だし（片口いわし）不織布袋入り	3.5	4	サラダ油	1	1.2	キャベツ	20	25				④洋風スープストック	0.2	0.24	エキスを、砂糖、香辛料、調味料（アミノ酸等）	たけのこ缶	13	16		
すりみそ	10.5	12	みりん	1	1.2	生姜	0.3	0.4				うすくちしょうゆ	3.5	4.2	糖、香辛料、調味料（アミノ酸等）	スライスこんにゃく	20	26		
豚ももスライス	43	54	濃口醤油	4.1	5.1	④白豚湯 レトルト（パイトンタン）	4.3	5.2				塩	0.2	0.24	安定剤（加工デンプン）、水（ <u>アレルギー表示：小麦、豚肉、鶏肉、大豆</u> ）	（大冷）ミニ絹厚揚げ【4日①参照】	28	35		
たまねぎ	20	24	うすくちしょうゆ	2.5	3.1	うすくちしょうゆ	3.5	4.4	③給食用焼豚カット（乳・卵不使用）			こしょう	0.02	0.02	安定剤（加工デンプン）、水（ <u>アレルギー表示：小麦、豚肉、鶏肉、大豆</u> ）	グリーンピース 冷凍	8	10		
キャベツ	28	34	酒	0.8	1	こしょう	0.03	0.04	豚もも肉、砂糖、水あめ、しょうゆ、食塩			キャベツ	33	41		サラダ油	1	1.25		
にんじん	15	18	でんぷん	1.2	1.55	純正ごま油	1	1.2	豚もも肉、砂糖、水あめ、しょうゆ、食塩			塩	0.12	0.14		三温糖	2.3	2.8		
カラーピーマンミックスIQF	6	7.2				太もやし	36	43	酵母エキス、							濃口醤油	3.6	4.3		
サラダ油	1	1.2	千切り大根	3	3.8	きゅうり	21	26	レグルタミン			⑤フィッシュポーション	50	60		うすくちしょうゆ	2.7	3.2		
酒	1.5	1.8	ローズハムスライス（短冊）【2日④参照】	10	12	ノンオイルまぐろチャンク【3日⑤参照】	12	14	酸Na、カラメル色素、L-アスコルビン酸			大豆白絞油缶	5	6		塩	0.1	0.12		
塩	0.09	0.1	すりごま	1	1.2	酢	1.9	2.28	Na、香辛料抽出物、水（ <u>アレルギー表示：豚肉、大豆、小麦</u> ）※乳、卵			⑥クッキングソース（ウスター）	5	5		みりん	1	1.2		
②ガーリック	0.03	0.04	酢	3.3	3.96	三温糖	0.63	0.75				③無塩せきバラベーコン短冊（真空）				でんぷん	1	1.2		
カレー粉	0.04	0.04	三温糖	1.55	1.86	濃口醤油	2.96	3.55				豚ばら肉、食塩、砂糖、香辛料（ナツメグ、コリアンダー、カルダモン、オールスパイス）（ <u>アレルギー表示：豚肉</u> ）				ほうれん草（カット）	10	12		
三温糖	1.02	1.22	うすくちしょうゆ	3.17	3.8	純正ごま油	1.1	1.38				④洋風スープストック				太もやし	43	54		
③ウスターソース	3.6	4.3	塩	0.11	0.13	国産おろしにんにく	0.1	0.12				食塩、砂糖、ぶどう糖、豚脂、コーンタチ、ばれいしょでん粉、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：大豆、豚肉、ゼラチン</u> ）				①スライス竹輪（半切）卵白抜き	10	12		
濃口醤油	1.44	1.73				⑤シュークリーム（いちご）	22	22				⑤フィッシュポーション				アーモンド（粉末）	1	1.2		
いりごま	1	1.2	①錦糸玉子（フュージョン）									すけそうだら、＜衣＞パン粉、コーンフラワー、でん粉、米粉、加工でん粉、炭酸Ca、ピロリン酸鉄、水（ <u>アレルギー表示：小麦</u> ）※卵、乳成分、かに				アーモンドスライス	3.5	4.2		
①きざみ揚げ（カット油揚げ） 丸大豆、植物油脂（なたね）、凝固剤（ <u>アレルギー表示：大豆</u> ）			鶏卵、砂糖、食塩、マルチトール、かつおだし、昆布だし、食品素材（水あめ、魚介エキス：カタクチイワシ）、食用油脂（大豆、菜種）、加工デンプン、酢酸Na、調味料（アミノ酸）、着色料（カロテン）、リゾチーム、水（ <u>アレルギー表示：卵、大豆</u> ）			④白豚湯（パイトンタン） 豚脂、ポーエエキス、食塩、ゼラチン、動物たん白加水分解物（豚肉）、でん粉（馬鈴薯）、マッシュルームエキス、調味料（アミノ酸等）、増粘剤（キサンタン）、着色料（カラメル）、酸化防止剤（V.E）、水（ <u>アレルギー表示：豚肉、ゼラチン</u> ）						⑥クッキングソース（ウスター） 果糖ぶどう糖液糖、醸造酢、野菜・果実（りんご、たまねぎ、にんにく）、たん白加水分解物（大豆）、食塩、カラメル色素、調味料（アミノ酸等）（小麦、豚肉）、増粘剤、香辛料、水（ <u>アレルギー表示：小麦、豚肉、大豆、りんご</u> ）※卵、乳、落花生、くるみ、えび、ごま、さば、もも、ゼラチン、鶏肉、牛肉、豚肉				三温糖	1.2	1.5		
②ガーリック ガーリック、でん粉（馬鈴薯）、食塩、調味料（アミノ酸）、増粘剤（グァーガム）（ <u>アレルギー表示：ー</u> ）						⑤シュークリーム（いちご）【南給】 乳等を主要原料とする食品、カスタードクリーム、全卵、いちごジャム、ファットスプレット、小麦粉、砂糖、加工デンプン、糊料（増粘多糖類）、乳化剤、調味料（無機塩）、香料、グリシン、酸味料、着色料（紅麹、カロチノイド）、膨張剤、ピロリン酸第二鉄、リン酸Ca、水（ <u>アレルギー表示：乳、卵、ゼラチン、小麦、りんご、大豆</u> ）										うすくちしょうゆ	2.9	3.5		
③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> ）																①スライス竹輪（半切）卵白抜き えそ、たら、グチ、馬鈴薯澱粉、食塩、調味料（アミノ酸）（ <u>アレルギー表示：ー</u> ）				

9月14日（月）			
麦ごはん			
ハヤシライス			
カリフラワーのサラダ			
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：—）</u>
豚ももスライス	30	37	
たまねぎ	50	62	
にんじん	23	29	
ごぼう（ささがき）	7	9	
国内産マッシュルームスライス（レトルト）	12	15	②Fハイシルウ（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）
なす	15	19	
①トマトケチャップ	15	19	
ウスターソース【7日③参照】	1	1.3	
②Fハイシルウ（フレーク）	12	15	
③デミグラスソース	5	6	
④ホワイトベース（レトルト）	10	12	
赤ワイン	2	2.5	
チキンスープ【1日③参照】	8	10	
塩	0.1	0.12	
こしょう	0.04	0.05	
サラダ油	0.4	0.5	
ミニカリフラワー	25	30	
きゅうり	30	36	
ノンオイルまぐろチャンク【3日⑤参照】	12	15	
⑤おいしい和風ドレッシング	7	8.4	
③デミグラスソース			
ブラウンウ（小麦粉、ラード）、トマトペースト、ソテッドオニオン（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			
④ホワイトベース（レトルト）			
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			
⑤おいしい和風ドレッシング			
食用植物油脂（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>			

9月15日（火）		
白ごはん		
八杯汁		
キャベツのおかかあえ		
さんまかぼすレモン煮		
精白米	70	90
椎茸スライス（干）	0.5	0.6
鶏肉 もも 皮つき	10	13
豆腐	20	25
にんじん	12	16
ごぼう（ささがき） 宮崎県産	10	12
里いも（冷） 3S	20	25
だいこん	21	26
きざみ揚げ（カット油揚げ）【7日①参照】	6	8
ねぎ（冷凍）	3	3.8
煮干だし（片口いわし）不織布袋入り	3	4
うすくちしょうゆ	3.8	4.6
塩	0.33	0.41
三温糖	0.3	0.4
キャベツ	35	43
①花かつおきざみ	1	1.2
三温糖	0.66	0.79
うすくちしょうゆ	1.54	1.84
②さんまかぼすレモン煮	40	50
①花かつおきざみ かつおのふし <u>（アレルギー表示：ー）</u> ※さば		
②さんまかぼすレモン煮 さんま、砂糖、しょうゆ（小麦、大豆）、かぼす 果汁、レモンペースト、本みりん、でん粉（馬 鈴薯）、レモン果汁、食塩、水 <u>（アレルギー表示：小麦、大豆）</u> ※オレンジ		
③エッ 食用植 砂糖）、 （大豆） （加工 <u>（アレル</u>		

9月16日（水）		
白ごはん		
すまし汁		
ゆでブロッコリー		
ひとくちチキン南蛮		
ノンエッグタルタルソース		
精白米	70	90
豆腐	20	25
かまぼこ（ピンク）【2日②参照】	8	10
えのきたけ（宮崎県産）	12	15
たまねぎ	35	44
にんじん	18	22
ほうれん草（カット）	7	9
①カット出し昆布（袋入り）	2	2.5
②厚削節（不織布袋入り）	1	1.2
うすくちしょうゆ	5.1	6.1
酒	1	1.2
塩	0	0
ミニブロッコリー	35	42
鶏肉 もも 皮つき	30	38
鶏肉 はねみ 皮なし	27	34
塩	0.18	0.23
こしょう	0.03	0.04
酒	0.8	1
でんぶん	8.5	11
大豆 白絞油缶	6	7.8
酢	4.5	5.85
うすくちしょうゆ	3	3.9
三温糖	1.5	1.94
③エッグレスタルタル	8	8
①カットだし昆布（袋入り） 昆布（アレルギー表示：一）※小麦、大豆（しょうゆ）、いか（するめ）、さば（削り節）	②厚削節（不織布袋入り） ウルメ、さば（アレルギー表示：さば）※小麦、大豆（しょうゆ）、いか（するめ）	
グレスタルタル 植物油脂、醸造酢、ピクルス、砂糖類（水あめ、食塩、乾燥たまねぎ、粉末状植物性たん白、酵母エキス、からし粉、乾燥パセリ、増粘剤デンプン、増粘多糖類）、香辛料抽出物、水 <u>アレルギー表示：大豆</u>		

9月17日（木）		
米粉パン		
牛肉とマカロニのトマト煮		
フルーツポンチ		
①米粉パン	50	70
牛肉ももスライス	32	39
無塩せきバラベーコン短冊（真空）【10日③参照】	5	6
たまねぎ	37	44
にんじん	27	32
エリンギ 生（ホール）	16	20
トマトダイス缶	20	24
②エルボマカロニ	15	18
ウスターソース【7日③参照】	1.8	2.2
三温糖	0.5	0.6
塩	0.3	0.36
トマトケチャップ【14日①参照】	6	7.2
デミグラスソース【14日③参照】	2.5	3
トマトピューレ	5	6
サラダ油	0.6	0.9
③北海道シュレッドチーズ	3	3.6
甘みあっさりパインチビット	16	21
甘みあっさりみかん	17	21
甘みあっさり黄桃ダイス	17	21
④アレンジダイスゼリー国産巨峰（鉄・VC）	28	36
①米粉パン		
米粉ミックス（米粉、粉末状小麦たん白、酵素、ショートニング、砂糖、脱脂粉乳、食塩、イースト） <u>（アレルギー表示：小麦、乳）</u>		
②エルボマカロニ		
デュラム小麦のセモリナ <u>（アレルギー表示：小麦）</u>		
③北海道シュレッドチーズ		
ナチュラルチーズ（生乳・食塩）、セルロース <u>（アレルギー表示：乳）</u>		
④アレンジダイスゼリー国産巨峰（鉄・VC）		
果糖ぶどう糖液糖、砂糖、ぶどう果汁、ぶどう糖、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、紅麹）、水 <u>（アレルギー表示：ー）</u> ※小麦、卵、乳成分		

9月18日（金）		
白ごはん		
大根とじゃがいものみそ汁		
ひじきの五目煮		
精白米	70	90
だいこん	25	31
たまねぎ	26	32
じゃがいも	27	34
きざみ揚げ（カット油揚げ）【7日①参照】	7	8
豆腐	20	25
ねぎ（冷凍）	3	3.8
煮干だし（片口いわし）不織布袋入り	3	3.6
すりみそ	10.5	11.5
干ひじき	1.8	1.9
豚ももスライス	13	20
冷凍大豆（煮大豆）	15	19
①平天（さつまあげ）	10	12.5
にんじん	17	21
青まめ	10	12.5
濃口醤油	3	3.75
三温糖	1.2	1.5
みりん	1	1.2
純正ごま油	1.2	1.5
①平天（さつまあげ） 魚肉（タラ）、でん粉（甘しょ）、砂糖、みりん、食塩、植物油（アレルギー表示：ー） ※えび、かに、卵白、小麦		

9月24日（木）			9月25日（金）			9月28日（月）			9月29日（火）			9月30日（水）				
黒糖パン 野菜スープ きのこソースハンバーグ			白ごはん 白玉だんご汁 魚のごま味噌あえ 十五夜ゼリー			白ごはん けんちん汁 三色そぼろ丼			白ごはん 秋野菜の煮物 ちぐさあえ ふりかけ			（減量）赤かぶ青菜ご飯 カレーうどん ごまじゃこサラダ				
①黒糖パン	50	70	精白米	70	90	精白米	70	90	精白米	70	90	精白米	60	80	①香りご飯赤かぶ青菜 味付け赤かぶ （赤かぶら漬け、食塩、乳糖、梅酢、ぶどう糖） （乳）、食塩、麦芽糖、大根葉、ぶどう糖、オリゴ糖、塩蔵青じそ、調味料（アミノ酸等）、酸味料（ アレルギー表示：乳 ）	
無塩せきバラベーコン短冊（真空）【10日③参照】	8	10	①白玉もち	25	31	スライスこんにやく	10	12	鶏肉 もも 皮つき	15	20	①赤かぶ青菜	1.5	2		
にんじん	21	26	豆腐	20	25	豆腐	20	25	鶏肉 はねみ 皮なし	15	18	②うどん	56	68		
たまねぎ	28	35	えのきたけ	10	12	きざみ揚げ（カット油揚げ）【7日①参照】	4	5	サラダ油	1	1.3	サラダ油	1	1.25		
キャベツ	25	31	にんじん	10	13	椎茸スライス（干）	0.5	0.6	平天（さつまあげ）【18日①参照】	18	22	鶏肉 もも 皮つき	15	22		
かぼちゃ（カット） 汁用	25	31	だいこん	25	31	ごぼう（さがさき）	10	12.5	蒸し栗カット	10	12	鶏肉 はねみ 皮なし	15	16		
蒸し白いんげん豆	10	12	きざみ揚げ（カット油揚げ）【7日①参照】	4	5	里いも（冷）3S	20	25	三角こんにやく（小）	25	31	たまねぎ	30	38		
チキンスープ	8	10	ねぎ（冷凍）	3	3.8	だいこん	20	25	にんじん	26	33	にんじん	14	18		
洋風スープストック【10日④参照】	0.2	0.24	椎茸スライス（干）	1	1.2	にんじん	20	25	里いも（冷）2S	33	41	スライス竹輪（半切）卵白抜き【11日①参照】	10	12		
うすくちしょうゆ	3.5	4	煮干だし（片口いわし）不織布袋入り	3	3.6	ねぎ（冷凍）	2.5	3	しめじ	12	15	③Fカレールウ（フレーク）	6	8.5		
塩	0.2	0.24	うすくちしょうゆ	5.2	6.5	煮干だし（片口いわし）不織布袋入り	3	3.6	椎茸スライス（干）	1	1.2	④和風カレールウ	4	5		
こしょう	0.02	0.03	酒	1	1.3	うすくちしょうゆ	4.9	5.9	いんげん（ホール）	5	6	濃口醤油	1.5	1.8		
									三温糖	2	2.5	ウスターソース【7日③参照】	1.5	1.8		
②FMうす味ハンバーグ（国産鶏豚使用）（ボイル）	60	80	たら（角切り）	47	59	豚ひき肉	35	44	うすくちしょうゆ	3.1	3.6	チキンスープ【1日③参照】	6	8	②うどん 小麦粉、食塩（ アレルギー表示：小麦 ）	
サラダ油	0.5	0.6	酒	1.2	1.4	サラダ油	0.6	0.8	濃口醤油	3.1	3.6					
たまねぎ	18	22	塩	0.18	0.22	①そぼろ玉子（大商）	25	31	酒	1	1.2	キャベツ	29	35		
しめじ	9	11	でんぷん	5	6	ホールコーン缶	10	12.5				きゅうり	27	32		
えのきたけ	10	12	大豆白絞油缶	5	6	青まめ	15	19	きざみ揚げ（カット油揚げ）【7日①参照】	5	6.3	ローズハムスライス（短冊）【2日④参照】	8	10		
トマトケチャップ【14日①参照】	2.4	2.9	ホールコーン缶	14	17.5	酒	1	1.25	太もやし	49	60	⑤ちりめん	3	3.6		
ウスターソース【7日③参照】	0.7	0.84	青まめ	15	19	三温糖	1.3	1.62	小松菜（3cmカット）	8	10	酢	2.5	3		
デミグラスソース【14日③参照】	3.4	4.1	すりみそ	2	2.5	濃口醤油	3.2	4	すりごま	1.5	2	すりごま	1.4	1.7		
三温糖	0.35	0.42	赤みそ	2.7	3.4	みりん	0.6	0.75	三温糖	1.85	2.2	三温糖	2	2.4		
赤ワイン	0.6	0.72	三温糖	1.9	2.4	①そぼろ玉子（大商）			うすくちしょうゆ	3.5	4.2	うすくちしょうゆ	3	3.6		
塩	0.08	0.09	みりん	2	2.5	鶏卵、だし汁（醤油（小麦、大豆）、糖類、かつおエキス、煮干しエキス、食塩）、でん粉（コーンスターチ）、砂糖、食塩、植物油脂（なたね）（ アレルギー表示：卵、小麦、大豆 ）			純正ごま油	1	1.2	純正ごま油	0.1	0.12		
①黒糖パン			すりごま	0.5	0.6				①すこやかふりかけのり	2	2	③Fカレールウ（フレーク）			④和風カレールウ 小麦粉、食用油脂（ラード・パーム）、糖類（砂糖・ぶどう糖）、カレー粉、食塩、風味原料（かつお粉末、ぶどう糖、食塩、こんぶ粉末、砂糖）、トマトペースト、オニオンパウダー（オニオン、脱脂大豆、ぶどう糖）、ガーリックパウダー、粉末しょうゆ（小麦、大豆）、酵母エキスパウダー、カラメル色素（ アレルギー表示：小麦、大豆 ）※ 乳、牛肉、鶏肉、豚肉	
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 ）			いりごま	0.6	0.75				①すこやかふりかけのり 調味顆粒（砂糖、ぶどう糖、食塩、鰹節粉、とうもろこしでん粉、デキストリン、抹茶、酵母エキス）、海苔、味付鰹削り節（鰹削り節、砂糖、食塩、酵母エキス、しいたけエキス）、貝カルシウム、セルロース、酸化防止剤（ビタミンE）（ アレルギー表示：一 ）※えび、かに、さけ			小麦粉、食用油脂（ラード・パーム油）、食塩、カレー粉、糖類（砂糖・ぶどう糖）、オニオンパウダー（大豆）、ガーリックパウダー、トマトペースト、酵母エキスパウダー、香辛料（ペッパー・ローレル）、カラメル色素（ アレルギー表示：小麦、大豆 ）※ 乳、牛肉、鶏肉、豚肉				
②FM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（ アレルギー表示：豚肉、鶏肉、大豆 ）			②十五夜デザート	28	28							⑤ちりめん ちりめん（ アレルギー表示：一 ）※えび・かに・いか・さばが混ざる漁法で採取しています。				
			①白玉もち もち米粉、加工でん粉、水（ アレルギー表示：一 ）													
			②十五夜デザート【南給】 【みかんゼリー】うんしゅうみかん果汁、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、砂糖、ぶどう糖、水、乳酸Ca、ゲル化剤（増粘多糖類）、酸味料、ビタミンC、クエン酸鉄Na・香料、【モチーフ】水あめ、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、砂糖、粉末油脂、寒天、レモン果汁、水、乳化剤・酸味料・ゲル化剤、香料（ アレルギー表示：一 ）													