

日曜日	こ ん だ て	主な材料と体内での動き			調味料
		(あか) 血や肉や骨を作る	(きいろ) 働く力や体温となる	(みどり) 体の調子をととのえる	
3月	スパゲティナポリタン 野菜ソテー メンチカツ ブルーン	鶏肉、ウインナー(豚肉)、 チーズパウダー(乳)、 ベーコン(豚肉・大豆)	スパゲティ(小麦)、三温糖、 大豆油	人参、玉ねぎ、ピーマン、トマト缶 マッシュルーム、 ブロッコリー、カブラフラワー、人参 キャベツ、しめじ、 ブルーーン	シマース、ケチャップ、トマトジュース、カスター(大豆・リンゴ)、トマトソース(大豆) おろしニンニク、トマトジュース、デミグラス(小麦・鶏肉) シマーマース、醤油(小麦、大豆)、コショウ
4火	もちげんまいごぼん あおさのすまし汁 筑前煮 ちくわのアーモンド揚げ	豆腐(大豆)、削り節、昆布 アーサー*養殖場に3匹、生鳥 鶏肉、削り節 ちくわ(大豆)、青のり、卵	米、もち玄米 大豆油、三温糖 大豆油、小麦粉 アーモンド*工場にてくるみ、カシューナッツを生産	とうがんと、長ねぎ、しょうが 人参、ごぼう、れんこん、大根 あお豆(大豆)、こんにやく	薄口醤油(小麦、大豆)、醤油(小麦、大豆)、シマーマース 酒、シマーマース、醤油(小麦、大豆)、みりん 鶏がらスープ(鶏肉) シマーマース
5水	煮ごぼん ケリーソシ マーミナーチャンブル 魚の照り焼き 煮ごぼん のっぺい汁	豚肉、かまぼこ、卵 削り節、豚がら 豆腐(大豆)、チキアギ ツナ(大豆) さば 鶏肉、油揚げ(大豆) 削り節 豚肉、みそ(大豆)	米、麦 大豆油 三温糖、水あめ 米、麦 じゃがいも、でんぶご、ごま油	こんにやく、シソ、冬瓜 もやし、人参、玉ねぎ、にら 大根、ごぼう、人参、こんにやく 長ねぎ、しいたけ 玉ねぎ、人参、黄ピーマン、にら にんにくの芽 オレンジ	酒、薄口醤油(小麦、大豆)、醤油(小麦、大豆) シマーマース シマーマース、醤油(小麦、大豆) みりん、醤油(小麦、大豆)、酒、おろし生姜、おろしニンニク 酒、薄口醤油(小麦、大豆)、醤油(小麦、大豆) みりん、シマーマース 酒、みりん、ケチャップ(小麦、大豆、ゴマ)、シマース 醤油(小麦、大豆)、トウモロコシ(大豆)、おろしニンニク
6木	オレンジ あわびごぼん 冬瓜のカレー煮 モーウイの和え物	豚肉、厚揚げ(大豆)、削り節 ポール天 ツナ	米、あわ でん粉、大豆油 三温糖	冬瓜、人参、玉ねぎ、小松菜 あお豆(大豆) モーウイ、きゅうり、にがうり、人参	和洋ソシ、醤油(小麦、大豆)、みりん、シマーマース カレールーウ(小麦、大豆、鶏肉、牛肉、豚肉)、カレー粉 シソ酢(小麦)、薄口醤油(小麦、大豆)、シガーサ果汁 青じそ、トウモロコシ(小麦、大豆、鶏肉、豚肉、セラチン)、シマース 食塩
7金	あまがし ごぼん わかめスープ 厚揚げの中巻炒め ひじきしゅうまい	金時豆、緑豆 削り節、鶏がら ワカメ*エビ・カニが混ざる漁法 あさり*かきが共生*エビ、イカを含む製品を同じ製造ラインで生産 厚揚げ(大豆)、豚肉 ひじきシュウマイ(小麦・豚肉・鶏肉・大豆)	三温糖、黒糖、押し麦 米 ごま油 ごま油、でん粉、大豆油	大根、長ねぎ、コーン、しいたけ 人参、玉ねぎ、小松菜、キャベツ 竹の子、きくらげ	シマーマース、酒、薄口醤油(小麦、大豆) おろしにんにく、おろし生姜、シマーマース 醤油(小麦、大豆)、オイスターソース(かき)
10月	煮ごぼん もすくのみぞ汁 フニイリチー ししやもフリッター なかよし豚菜パン クラムチャウダー ひよご豆のソテー ほうれん草オムレツ	豆腐(大豆)、みそ(大豆) 秋*養殖場に3匹、生鳥、削り節 卵、ツナ(大豆) ししやもフリッター(小麦) ベーコン(豚肉・大豆) 脱脂粉乳、鶏がら、白花生、大福豆 あさり*かきが共生*エビ、イカを含む製品を同じ製造ラインで生産 ひよご豆、ツナ(大豆) ハム(豚肉・鶏肉・大豆) ほうれん草、卵(大豆)	米、麦 ごま ごま油 大豆油 大豆油	えのきたけ、ねぎ ふ(小麦・大豆)、大豆油 人参、キャベツ、もやし、玉ねぎ、からし菜 にんじん、たまねぎ、セロリ マッシュルーム キャベツ、ブロッコリー、人参、しめじ	シマーマース 醤油(小麦、大豆)、シマーマース 白ワイン、鶏がらスープ(鶏肉)シマース、コショウ ホワイトルーウ(小麦・乳・大豆・鶏肉・牛肉・豚肉) 醤油(小麦、大豆)、シマーマース、おろしニンニク
11火	煮ごぼん 煮つけ じゃご和え りんご	ぶたにく、ごぼん、厚揚げ(大豆) チキアギ、削り節 チリメン*エビ・かきが混ざる漁法 *ごまを含む製品を製造	米、麦 三温糖 ごま、三温糖	だいごん、こんにやく、にんじん、小松菜 ブロッコリー、きゅうり、もやし、にんじん りんご	酒、薄口醤油(小麦、大豆)、醤油(小麦、大豆) みりん、シマーマース、鶏がらスープ(鶏肉・豚肉・リンゴ) シマース、特濃酢(小麦)、薄口醤油(小麦・大豆)
14金	煮ごぼん 羊の旨み平炒め ひじき さんまみぞれ煮	油揚げ(大豆)、削り節 ピーチ、かぼち、鶏肉 鶏レバー、大豆 さんまみぞれ煮(小麦・大豆)	米、麦 羊草、さつまい、じゃが芋、ごま油 三温糖、ごま、大豆油	人参、大根、長ねぎ ごぼう、にんじん、小松菜	酒、薄口醤油(小麦、大豆)、醤油(小麦、大豆)、シソ、シマース シマーマース、醤油(小麦、大豆)、酒
17月	煮ごぼん イナドウチ デークニイリチー 紅いも団子 煮ごぼん ジュリエンスープ ドライカレー	豚肉、かまぼこ、みそ(大豆) 削り節、豚がら 豚肉、削り節 ベーコン(豚肉・大豆)、鶏がら 牛肉、豚肉、豚レバー、大豆	米、麦 ごま 大豆油 大豆油、紅芋だんご(ごま) 米、麦 じゃがいも、大豆油	こんにやく、しいたけ、ねぎ 大根、にんじん、からし菜、こんにやく 玉葱、人参、小松菜、切干大根、エビ、か 人参、玉ねぎ、ピーマン、カボチャ	シマーマース、豚がらスープ(鶏肉・豚肉・リンゴ) シマーマース、醤油(小麦、大豆)、みりん シマース、ドライカレー(乳・牛肉・大豆・豚肉・リンゴ) 赤ワイン、カレールーウ(小麦、大豆、鶏肉、牛肉、豚肉)
19水	カットコーン 梅菜めし 魚汁 だくあんのかき揚げ 小：ごぼんの鶏肉巻き 中：鶏ごぼん焼き カルシウムごぼん 鶏肉と大根の汁 五目 しそひじき	赤魚、豆腐(大豆)、みそ(大豆) 魚のあら、けずり節 昆布、ちくわ、削り節 ごぼんの鶏肉巻き(鶏肉・小麦・大豆) 鶏ごぼん焼き(鶏肉・小麦・大豆・ごま) *工場ではえび・卵・乳成分を含む製品を製造 鶏肉、鶏がら、削り節、昆布 大豆、ちくわ、削り節 ひじき、削り節	コーン 米、梅菜めし(ごま) 三温糖 米、カルシウム米 じゃがいも、三温糖、大豆油 ごま、三温糖、水あめ、大豆油	冬瓜、玉ねぎ、人参、ねぎ、生姜 きゅうり、キャベツ、人参	酒、シマース 特濃酢(小麦)、シマーマース、大根漬け
20木	煮ごぼん ハヤシライス アーモンドサラダ 冷浸みかん 煮ごぼん はんぺんのすまし汁 炒り豆腐 魚のねぎみそかけ	豚肉、かまぼこ、みそ(大豆) 削り節、豚がら 豚肉、削り節 ベーコン(豚肉・大豆)、鶏がら 牛肉、豚肉、豚レバー、大豆	米、麦 ごま 小麦粉、三温糖、大豆油 マーガリン(乳・大豆) 三温糖 アーモンド*工場にてくるみ、カシュー ナッツを生産	こんにやく、しいたけ、ねぎ 大根、にんじん、からし菜、こんにやく 玉葱、人参、小松菜、切干大根、エビ、か 人参、玉ねぎ、ピーマン、カボチャ	シマーマース、豚がらスープ(鶏肉・豚肉・リンゴ) シマーマース、醤油(小麦、大豆)、みりん シマーマース、醤油(小麦、大豆)、酒、おろし生姜、おろしニンニク シマース、シソ酢(小麦)、薄口醤油(小麦・大豆)、ラー油(ゴマ)
21金	煮ごぼん ハヤシライス アーモンドサラダ 冷浸みかん 煮ごぼん はんぺんのすまし汁 炒り豆腐 魚のねぎみそかけ	豚肉、かまぼこ、みそ(大豆) 削り節、豚がら 豚肉、削り節 ベーコン(豚肉・大豆)、鶏がら 牛肉、豚肉、豚レバー、大豆	米、麦 ごま 小麦粉、三温糖、大豆油 マーガリン(乳・大豆) 三温糖 アーモンド*工場にてくるみ、カシュー ナッツを生産	こんにやく、しいたけ、ねぎ 大根、にんじん、からし菜、こんにやく 玉葱、人参、小松菜、切干大根、エビ、か 人参、玉ねぎ、ピーマン、カボチャ	シマーマース、豚がらスープ(鶏肉・豚肉・リンゴ) シマーマース、醤油(小麦、大豆)、みりん シマーマース、醤油(小麦、大豆)、酒、おろし生姜、おろしニンニク シマース、シソ酢(小麦)、薄口醤油(小麦・大豆)、ラー油(ゴマ)
24月	煮ごぼん ハヤシライス アーモンドサラダ 冷浸みかん 煮ごぼん はんぺんのすまし汁 炒り豆腐 魚のねぎみそかけ	豚肉、かまぼこ、みそ(大豆) 削り節、豚がら 豚肉、削り節 ベーコン(豚肉・大豆)、鶏がら 牛肉、豚肉、豚レバー、大豆	米、麦 ごま 小麦粉、三温糖、大豆油 マーガリン(乳・大豆) 三温糖 アーモンド*工場にてくるみ、カシュー ナッツを生産	こんにやく、しいたけ、ねぎ 大根、にんじん、からし菜、こんにやく 玉葱、人参、小松菜、切干大根、エビ、か 人参、玉ねぎ、ピーマン、カボチャ	シマーマース、豚がらスープ(鶏肉・豚肉・リンゴ) シマーマース、醤油(小麦、大豆)、みりん シマーマース、醤油(小麦、大豆)、酒、おろし生姜、おろしニンニク シマース、シソ酢(小麦)、薄口醤油(小麦・大豆)、ラー油(ゴマ)
25火	煮ごぼん ハヤシライス アーモンドサラダ 冷浸みかん 煮ごぼん はんぺんのすまし汁 炒り豆腐 魚のねぎみそかけ	豚肉、かまぼこ、みそ(大豆) 削り節、豚がら 豚肉、削り節 ベーコン(豚肉・大豆)、鶏がら 牛肉、豚肉、豚レバー、大豆	米、麦 ごま 小麦粉、三温糖、大豆油 マーガリン(乳・大豆) 三温糖 アーモンド*工場にてくるみ、カシュー ナッツを生産	こんにやく、しいたけ、ねぎ 大根、にんじん、からし菜、こんにやく 玉葱、人参、小松菜、切干大根、エビ、か 人参、玉ねぎ、ピーマン、カボチャ	シマーマース、豚がらスープ(鶏肉・豚肉・リンゴ) シマーマース、醤油(小麦、大豆)、みりん シマーマース、醤油(小麦、大豆)、酒、おろし生姜、おろしニンニク シマース、シソ酢(小麦)、薄口醤油(小麦・大豆)、ラー油(ゴマ)
26水	煮ごぼん ハヤシライス アーモンドサラダ 冷浸みかん 煮ごぼん はんぺんのすまし汁 炒り豆腐 魚のねぎみそかけ	豚肉、かまぼこ、みそ(大豆) 削り節、豚がら 豚肉、削り節 ベーコン(豚肉・大豆)、鶏がら 牛肉、豚肉、豚レバー、大豆	米、麦 ごま 小麦粉、三温糖、大豆油 マーガリン(乳・大豆) 三温糖 アーモンド*工場にてくるみ、カシュー ナッツを生産	こんにやく、しいたけ、ねぎ 大根、にんじん、からし菜、こんにやく 玉葱、人参、小松菜、切干大根、エビ、か 人参、玉ねぎ、ピーマン、カボチャ	シマーマース、豚がらスープ(鶏肉・豚肉・リンゴ) シマーマース、醤油(小麦、大豆)、みりん シマーマース、醤油(小麦、大豆)、酒、おろし生姜、おろしニンニク シマース、シソ酢(小麦)、薄口醤油(小麦・大豆)、ラー油(ゴマ)
27木	煮ごぼん ハヤシライス アーモンドサラダ 冷浸みかん 煮ごぼん はんぺんのすまし汁 炒り豆腐 魚のねぎみそかけ	豚肉、かまぼこ、みそ(大豆) 削り節、豚がら 豚肉、削り節 ベーコン(豚肉・大豆)、鶏がら 牛肉、豚肉、豚レバー、大豆	米、麦 ごま 小麦粉、三温糖、大豆油 マーガリン(乳・大豆) 三温糖 アーモンド*工場にてくるみ、カシュー ナッツを生産	こんにやく、しいたけ、ねぎ 大根、にんじん、からし菜、こんにやく 玉葱、人参、小松菜、切干大根、エビ、か 人参、玉ねぎ、ピーマン、カボチャ	シマーマース、豚がらスープ(鶏肉・豚肉・リンゴ) シマーマース、醤油(小麦、大豆)、みりん シマーマース、醤油(小麦、大豆)、酒、おろし生姜、おろしニンニク シマース、シソ酢(小麦)、薄口醤油(小麦・大豆)、ラー油(ゴマ)
28金	煮ごぼん ハヤシライス アーモンドサラダ 冷浸みかん 煮ごぼん はんぺんのすまし汁 炒り豆腐 魚のねぎみそかけ	豚肉、かまぼこ、みそ(大豆) 削り節、豚がら 豚肉、削り節 ベーコン(豚肉・大豆)、鶏がら 牛肉、豚肉、豚レバー、大豆	米、麦 ごま 小麦粉、三温糖、大豆油 マーガリン(乳・大豆) 三温糖 アーモンド*工場にてくるみ、カシュー ナッツを生産	こんにやく、しいたけ、ねぎ 大根、にんじん、からし菜、こんにやく 玉葱、人参、小松菜、切干大根、エビ、か 人参、玉ねぎ、ピーマン、カボチャ	シマーマース、豚がらスープ(鶏肉・豚肉・リンゴ) シマーマース、醤油(小麦、大豆)、みりん シマーマース、醤油(小麦、大豆)、酒、おろし生姜、おろしニンニク シマース、シソ酢(小麦)、薄口醤油(小麦・大豆)、ラー油(ゴマ)

1、「予定献立表(アレルギー)」には、食品衛生法にさだめられている27品目を表示しています。

特定原材料(表示義務)7品目 えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生	特定原材料に準ずるもの(表示を推奨)20品目 あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、くるみ、ごま、さけ、さば 大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン
---------------------------------------	---

2、加工食品に関しては、原材料や調味料ではなく、アレルゲンのみを表示しているものもあります。

3、アーサーやチリメンはエビ、カニ、貝が生息しているところとれたものを使用しているため、「エビ、カニ、貝が混入することがあります。」

4、天候や食材料の都合により、献立の変更や食材を変更することがあります。(※特に葉野菜やくだものは天候や価格によって変動することが多くなっていますのでご理解ください)