## 令和4年 9月 アレルギー詳細献立表

1、「予定献立表(アレルギー)」には、食品衛生法にさだめられた28品目を表示しています。

特定原材料(表示義務)7品目	特定原材料に準ずるもの(表示を推奨)21品目				
えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生	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 、アーモンド				
- 2、同一ライン上でのアレルゲンの情報を確認したい方は、給食調理場までご連絡ください。					

TEL: 945-4935

- 3、西原センターで使用している練り製品類には、卵は使用されていません。※使用されている食材には「(卵)」表示がありますので確認ください。
- 4、アーサやもずく、チリメンはエビ、カニ、貝が生息しているところで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。
- 5、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)
- ※ 醤油・酢に含まれている「小麦・大豆」は省略しています。 情報が必要な方は給食調理場までご連絡ください。

日	曜日		こんだて	(あか) おもに体をつくるもとになる食品	(きいろ) おもにエネルギーのもとになる食品	(みどり) おもに体の調子を整えるもとになる食品	調味料
ı	木	<b>4</b> %	ごはん 春雨スープ	とりにく	こめ はるさめ,ごま油	玉ねぎ,にんじん,たけのこ,こまつな,きくらげ,しょうが	鶏肉
•		++1	サンジの無双肉団子		ごま油.三温糖.でんぶん		鶏肉
			ナッツと小魚	カタクチイワシ	砂糖、アーモンド、かぼちゃの種、ごま、植物油脂 こめ、黒米		アーモンド、ごま
2	金		なかみ汁	   ぶたにく		しいたけ、こんにゃく、ねぎ、しょうが	
		牛乳	クーブイリチー	こんぶ,ぶたにく,チキアギ	三温糖,大豆油	切干大根、こんにゃく	
			ちんすこう		砂糖、小麦粉、ラード(豚肉)、ショートニング(大豆)	<del></del>	小麦、豚肉、大豆
	_		麦ごはん		こめ,麦	+	
5 月	月	牛乳	魚汁	赤魚,みそ(大豆)		とうがん、さんとうさい、こまつな	
			マーミナーチャンプルー	ぶたにく,とうふ (大豆) ,かつおぶし	大豆油	もやし,にんじん,にら	
6	火		きのこのボロネーゼ	ぶたにく,大豆たんぱく	スパゲティー(小麦)、オリーブ油、三温糖	■ 玉ねぎ,にんじん,しめじ,えのき,マッシュルーム,ウージパ ウダー,にんにく,トマト	小麦、鶏肉,大豆、りんご
J		牛乳	かぼちゃサラダ	ひよこ豆、青えんどう豆、赤いんげん豆,チーズ(乳)	アーモンド,卵なしマヨネーズ(大豆)	かぼちゃ,きゅうり	
			白身魚フライ	ボキ	バン粉 (小麦)、小麦粉、水あめ、植物油脂、でんぷん、 米粉、大豆油		小麦、大豆
7	水		ボロボロジューシー	ぶたにく	こめ,麦	しいたけ,にんじん,とうがん,さんとうさい	
,	1	牛乳	いり豆腐	とうふ(大豆)、ぶたにく、卵	大豆油	からしな,にんじん	
			やきいも		さつまいも		
3	木		麦ごはん 豚汁	 ぶたにく.油あげ(天豆)みそ(天豆)	こめ,麦	とうがん、にんじん、ごぼう、しいたけ、こんにゃく、ねぎ	
	'	牛乳					
			大根のうめあえ	とりにく,かつおぶし	三温糖	だいこん、きゅうり、もやし、うめ	りんご
			サバの塩こうじ焼き	ರಚ	<u> </u>	しょうが	
7	金		きびごはん		こめ,きび		50 de
•		牛乳	ワンタンスープ ホイコーロー	ワンタン (小麦、大豆、豚肉、ごま) ぶたにく	でんぷん、ごま油 はるさめ、ごま油、三温糖でんぷん	玉ねぎ,にんじん,にら,しょうが キャベツ,にんじん,ピーマン,しめじ,たけのこ,玉ねぎ,に	鶏肉
				1072 FC		キャヘッ,にんしん,ヒーマン,しめし,たけのこ,玉ねさ,に んにく,しょうが,ウージパウダー	L
			アーモンド		アーモンド、植物油脂		アーモンド
2	月	<b>4</b> 乳	わかめごはん 秋のかおりみそ汁	わかめ 	こめ、砂糖 	だいこん,ごぼう,しめじ,長ねぎ	<b></b>
		于孔	秋のかおりみて汗 冬瓜のそぼろ煮	ぶたにく、大豆たんぱく、大豆、あつあげ(大豆)	三温糖でんぷん	とうがん,にんじん,えだまめ(大豆)	<del> </del>
			十五夜大福		さつまいも、もち粉、上白糖、グラニュー糖、コーンスター		
	-		カルシウムごはん		チ、なたね油、水あめ こめ、カルシウム米		
3	火	牛乳	中華コーンスープ		でんぷん,ごま油	クリームコーン、コーン、長ねぎ	豚肉、鶏肉、りんご
			野菜の中華風炒め	<i>3</i> :7 <del>-</del> 1:<	大豆油,三温糖,でんぷん,ごま油	しょうが,にんじん,玉ねぎ,ピーマン,もやし,たけのこ,	小麦、大豆、ごま
			   プルーン			ウージパウダー,にんにく ブルーン	
1.6	-L		麦ごはん		こめ,麦		
14	水		たぬき汁	チキアギ,油あげ(大豆)	ごま油,でんぷん	こんにゃく,にんじん,ごぼう,長ねぎ	
		牛乳	にんじんのごまずあえ		はるさめ,三温糖,ごま,ごま油	にんじん,切千大根,えだまめ(大豆),にんにく	
			迫りくる!やきざかな	オスシシャモ	こめ		
15	木	<b>年乳</b>	パパイヤンブシー	 ぶたにく,あつあげ(大豆),みそ(大豆)		パパイヤ,とうがん,にんじん,こんにゃく,いんげん	
		الثنا	ゴーヤーのウサチ		でま、三温糖、でま油	ゴーヤー,もやし,にんじん,きゅうり	
	_		コッペパン	脱脂粉乳(乳)	小麦粉、砂糖、ショートニング(大豆)		小麦、乳、大豆
16	金	牛乳	あさりのトマトスープ	あさり、とりにく	ABCマカロニ (小麦)、大豆油	玉ねぎ,だいこん,にんじん,えだまめ(大豆),トマト,にん にく	豚肉、鶏肉、りんご,大豆
			いもいもサラダ	ひよこ豆、青えんどう豆、赤いんげん豆	べにいも,さつまいも,卵なしマヨネーズ(大豆)	きゅうり	
			ほうれん草オムレツ	in and the second secon	植物油脂、加工でん、ぷん	ほうれん草	卵、大豆
			ベビーチーズ	ナチュラルチーズ(乳)	7 10		乳
20	火		ごはん まぐろとアーサのみそ汁	まぐろ,アーサ,かまぼこ,みそ(大豆)	ටහ් 	とうがん	
		牛乳	ミミガーのピーナッツ和え	ミミガー(豚肉),みそ(大豆)	三温糖,ピーナッツバター(落花生、大豆)	きゅうり,だいこん,もやし	
			あつやきたまご	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	砂糖、サラダ油(大豆)		卵、小麦、大豆
	ىاـ		ごはん		<b></b>		
	水	牛乳	マーボーヘチマ	とうふ(大豆),ぶたにく,豚レバー,大豆,みそ(大豆)	でんぷん,ごま油,大豆油	とうがん,へちま,にんじん,玉ねぎ,たけのこ,長ねぎ,しい たけ,にんにく,しょうが	小麦、大豆、ごま、豚肉、鶏
2	1		1				
21			春雨のサラダ	ハム (豚肉)	はるさめ,ごま,三温糖,ごま油	きゅうり,にんじん,きくらげ,レモン	
21			ヨーグルト	ハム(豚肉) 生乳(乳)、乳たんぱく(乳)	砂糖	きゅうり、にんじん、きくらげ、レモン	乳
	木		ヨーグルト ごはん	生乳(乳)、乳たんぱく(乳)			乳
	木	牛乳	ヨーグルト ごはん シカムドゥチ		砂糖	きゅうり,にんじん,きくらげ,レモン とうがん,こんにゃく,しいたけ,しょうが きゅうり	乳 小麦、大豆
	木	牛乳	ヨーグルト ごはん	生乳(乳)、乳たんぱく(乳)	砂糖 こめ	とうがん、こんにゃく、しいたけ、しょうが	乳 小麦、天豆
22		牛乳	ョーグルト ごはん シカムドゥチ たことわかめの酢の物 魚のシークヮーザーソースがけ ごはん	生乳(乳)、乳たんぱく(乳) ぶたにく,かまぼこ わかめ,たこ,ちりめん ブルクン	砂糖 こめ 三温糖,オリープ油 でんぶん,小麦粉,大豆油,三温糖 こめ	とうがん,こんにゃく,しいたけ,しょうが きゅうり シークヮーサー	乳 小麦、大豆
22	木月		ヨーグルト ごはん シカムドゥチ たことわかめの酢の物 魚のシークヮーザーソースがけ ごはん とりとじゃが芋のうま煮	生乳(乳)、乳たんぱく(乳) ぶたにく、かまぼこ わかめ、たこ、ちりめん ブルクン とりにく、かまぼこ、大豆	砂糖 こめ 三温糖,オリープ油 でんぷん,小麦粉,大豆油,三温糖 こめ 三温糖,じゃがいも,大豆油	とうがん,こんにゃく,しいたけ,しょうが きゅうり シークヮーサー 玉ねぎ,にんじん,こんにゃく,いんげん	小麦、大豆
22		牛乳	ヨーグルト ごはん シカムドゥチ たことわかめの酢の物 魚のシークヮーサーソースがけ ごはん とりとじゃが芋のうま煮 ごまじゃこあえ	生乳(乳)、乳たんぱく(乳) ぶたにく、かまぼこ わかめ、たこ、ちりめん ブルクン とりにく、かまぼこ、大豆 ちりめん、大豆、かつおぶし	砂糖 こめ 三温糖,オリープ油 でんぶん,小麦粉,大豆油,三温糖 こめ 三温糖,じゃがいも,大豆油	とうがん,こんにゃく,しいたけ,しょうが きゅうり シークヮーサー	
22	月		ヨーグルト ごはん シカムドゥチ たことわかめの酢の物 魚のシークヮーサーソースがけ ごはん とりとじゃが芋のうま煮 ごまじゃこあえ 納豆	生乳(乳)、乳たんぱく(乳) ぶたにく、かまぼこ わかめ、たこ、ちりめん ブルクン とりにく、かまぼこ、大豆	砂糖 こめ  三温糖,オリープ油  でんぶん,小麦粉,大豆油,三温糖 こめ  三温糖,じゃがいも,大豆油 ごま油 砂糖	とうがん,こんにゃく,しいたけ,しょうが きゅうり シークヮーサー 玉ねぎ,にんじん,こんにゃく,いんげん	大豆、小麦
22			ヨーグルト ごはん シカムドゥチ たことわかめの酢の物 魚のシークヮーサーソースがけ ごはん とりとじゃが芋のうま煮 ごまじゃこあえ	生乳(乳)、乳たんぱく(乳) ぶたにく、かまぼこ わかめ、たこ、ちりめん ブルクン とりにく、かまぼこ、大豆 ちりめん、大豆、かつおぶし	砂糖 こめ 三温糖,オリープ油 でんぶん,小麦粉,大豆油,三温糖 こめ 三温糖,じゃがいも,大豆油	とうがん,こんにゃく,しいたけ,しょうが きゅうり シークヮーサー 玉ねぎ,にんじん,こんにゃく,いんげん	大豆、小麦 小麦
2	月	<b>年乳</b>	ヨーグルト ごはん シカムドゥチ たことわかめの酢の物 魚のシークヮーサーソースがけ ごはん とりとじゃが芋のうま煮 ごまじゃこあえ 納豆 野菜そば(麺)	生乳(乳)、乳たんぱく(乳)  ぶたにく、かまぼこ わかめ、たこ、ちりめん  グルクシ  とりにく、かまぼこ、大豆  ちりめん、大豆、かつおぶし  大豆  ぶたにく あつあげ(大豆)、とりにく	砂糖 こめ  三温糖,オリープ油  でんぶん,小麦粉,大豆油,三温糖 こめ  三温糖,じゃがいも,大豆油 ごま油 砂糖  小麦粉、植物油脂  三温糖,でんぷん,大豆油	とうがん,こんにゃく,しいたけ,しょうが きゅうり シークヮーサー 玉ねぎ,にんじん,こんにゃく,いんけん もやし,にんじん,きゅうり,シークヮーサー	大豆、小麦 小麦
:2	月	<b>年乳</b>	ヨーグルト ごはん シカムドゥチ たことわかめの酢の物 魚のシークヮーサーソースがけ ごはん とりとじゃが芋のうま煮 ごまじゃこあえ 納豆 野菜そば(麺) カー(汗) 厚揚げのそぼろあんかけ 紅芋のウムニー	生乳(乳)、乳たんぱく(乳)  ぶたにく、かまぼこ わかめ、たこ、ちりめん  グルクン  とりにく、かまぼこ、大豆  ちりめん、大豆、かつおぶし  大豆  ぶたにく	砂糖 こめ 三温糖,オリーブ油 でんぶん,小麦粉,大豆油,三温糖 こめ 三温糖,じゃがいも,大豆油 ごま油 砂糖 小麦粉、植物油脂 三温糖,でんぷん,大豆油 べにいも,さつまいも,三温糖,水あめ	とうがん,こんにゃく,しいたけ,しょうが きゅうり シークヮーサー 玉ねぎ,にんじん,こんにゃく,いんけん もやし,にんじん,きゅうり,シークヮーサー キャベツ,にんじん,もやし,玉ねぎ,にら,しょうが,にんにく	大豆、小麦 小麦
22	月火	牛乳	ヨーグルト ではん シカムドゥチ たことわかめの酢の物 魚のシークヮーサーソースがけ ではん とりとじゃが芋のうま煮 ごまじゃこあえ 納豆 野菜そば(麺) カー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	生乳(乳)、乳たんぱく(乳)  ぶたにく、かまぼこ わかめ、たこ、ちりめん  グルクン  とりにく、かまぼこ、大豆  ちりめん、大豆、かつおぶし  大豆  ぶたにく あつあげ(大豆)、とりにく	砂糖 こめ 三温糖,オリーブ油 でんぶん,小麦粉,大豆油,三温糖 こめ 三温糖,じゃがいも,大豆油 ごま油 砂糖 小麦粉、植物油脂 三温糖,でんぶん,大豆油 べにいも,さつまいも,三温糖,水あめ こめ,麦	とうがん、こんにゃく、しいたけ、しょうが きゅうり シークヮーサー 玉ねぎ、にんじん、こんにゃく、いんけん もやし、にんじん、きゅうり、シークヮーサー キャベツ、にんじん、もやし、玉ねぎ、にら、しょうが、にんにく えだまめ(大豆)	大豆、小麦 小麦 豚肉、鶏肉、りんご
26	月	<b>年乳</b>	ヨーグルト ごはん シカムドゥチ たことわかめの酢の物 魚のシークヮーザーソースがけ ごはん とりとじゃが芋のうま煮 ごまじゃこあえ 納豆 野菜そば(麺) クリカーラーグのでは、カークラーグのでは、カークラー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファ	生乳(乳)、乳たんぱく(乳)  ぶたにく、かまぼこ わかめ、たこ、ちりめん  ブルクン  とりにく、かまぼこ、大豆 ちりめん、大豆、かつおぶし 大豆  ぶたにく あつあげ(天豆)、とりにく 白いんげん豆	砂糖 こめ  三温糖,オリープ油  でんぷん,小麦粉,大豆油,三温糖 こめ  三温糖,じゃがいも,大豆油 ごま油 砂糖 小麦粉、植物油脂  三温糖,でんぷん,大豆油 べにいも,さつまいも,三温糖,水あめ こめ,麦 じゃがいも,小麦粉,マーガリン(乳、大豆),大豆油	とうがん、こんにゃく、しいたけ、しょうが きゅうり シークヮーサー 玉ねぎ、にんじん、こんにゃく、いんげん もやし、にんじん、きゅうり、シークヮーサー キャベツ、にんじん、きゅうり、シークヮーサー スだまめ (大豆)	大豆、小麦 小麦 豚肉、鶏肉、りんご
222 226 228	月火	牛乳	ヨーグルト ではん シカムドゥチ たことわかめの酢の物 魚のシークヮーサーソースがけ ではん とりとじゃが芋のうま煮 ごまじゃこあえ 納豆 野菜そば(麺) カー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	生乳(乳)、乳たんぱく(乳)  ぶたにく、かまぼこ わかめ、たこ、ちりめん  グルクン  とりにく、かまぼこ、大豆 ちりめん、大豆、かつおぶし 大豆  ぶたにく あつあげ(大豆)、とりにく 白いんげん豆  とりにく、豚レパー、白いんげん豆  えんどう豆、ひよこ豆、レンズ豆、大豆、小豆、青えんどう	砂糖 こめ 三温糖,オリープ油 でんぷん,小麦粉,大豆油,三温糖 こめ 三温糖,じゃがいも,大豆油 ごま油 砂糖 小麦粉、植物油脂 三温糖,でんぷん,大豆油 べにいも,さつまいも,三温糖,水あめ こめ,麦 じゃがいも,小麦粉,マーガリン(乳、大豆),大豆油 押麦、もち麦、玄米、赤米、たかきび、アーモンド,卵なして	とうがん、こんにゃく、しいたけ、しょうが きゅうり シークヮーサー 玉ねぎ、にんじん、こんにゃく、いんげん もやし、にんじん、きゅうり、シークヮーサー キャベツ、にんじん、きゅうり、シークヮーサー スだまめ (大豆)	大豆、小麦 小麦 豚肉、鶏肉、りんご
222	月火水	牛乳	ヨーグルト ごはん シカムドゥチ たことわかめの酢の物 魚のシークヮーザーソースがけ ごはん とりとじゃが芋のうま煮 ごまじゃこあえ 納豆 野菜そば(麺) クリカーラーグのでは、カークラーグのでは、カークラー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファ	生乳(乳)、乳たんぱく(乳)  ぶたにく、かまぼこ わかめ、たこ、ちりめん  ブルクン  とりにく、かまぼこ、大豆 ちりめん、大豆、かつおぶし 大豆  ぶたにく あつあげ(天豆)、とりにく 白いんげん豆	砂糖 こめ  三温糖,オリープ油  でんぷん,小麦粉,大豆油,三温糖 こめ  三温糖,じゃがいも,大豆油 ごま油 砂糖 小麦粉、植物油脂  三温糖,でんぷん,大豆油 べにいも,さつまいも,三温糖,水あめ こめ,麦 じゃがいも,小麦粉,マーガリン(乳、大豆),大豆油	とうがん、こんにゃく、しいたけ、しょうが きゅうり シークヮーサー 玉ねぎ、にんじん、こんにゃく、いんげん もやし、にんじん、きゅうり、シークヮーサー キャベツ、にんじん、きゅうり、シークヮーサー スだまめ (大豆)	大豆、小麦 小麦 豚肉、鶏肉、りんご
222	月火	牛乳	ヨーグルト ではん シカムドゥチ たことわかめの酢の物 魚のシークヮーサーソースがけ ごはん とりとじゃが芋のうま煮 ごまじゃこあえ 納豆 野菜そば(麺)	生乳(乳)、乳たんぱく(乳)  ぶたにく、かまぼこ わかめ、たこ、ちりめん  グルクン  とりにく、かまぼこ、大豆  ちりめん、大豆、かつおぶし  大豆  ぶたにく あつあげ(大豆)、とりにく 白いんげん豆  とりにく、豚レパー、白いんげん豆  えんどう豆、ひよこ豆、レンズ豆、大豆、小豆、青えんどう豆、赤いんげん豆 とりにく	砂糖 こめ  三温糖,オリーブ油 でんぶん,小麦粉,大豆油,三温糖 こめ 三温糖,じゃがいも,大豆油 ごま油 砂糖 小麦粉、植物油脂  三温糖,でんぷん,大豆油 べにいも,さつまいも,三温糖,水あめ こめ,麦 じゃがいも,小麦粉,マーガリン(乳、大豆),大豆油 押麦、もち麦、玄米、赤米、たかきび、アーモンド,卵なして ヨネズ (大豆),ごま,三温糖 こめ、栗、砂糖、植物油脂 里芋,ごま油	とうがん、こんにゃく、しいたけ、しょうが きゅうり シークヮーサー 玉ねぎ、にんじん、さんにゃく、いんけん もやし、にんじん、きゅうり、シークヮーサー キャベツ、にんじん、きゅうり、シークヮーサー 本なぎ、にんじん、もやし、玉ねぎ、にら、しょうが、にんにく えだまめ (大豆) エねぎ、にんじん、かばちゃ、クリンピース、ウージパウ ダー、にんにく きゅうり、えだまめ(大豆) ごぼう、にんじん、しいたけ だいこん、ごぼう、にんじん、しいたけ	大豆、小麦 小麦 豚肉、鶏肉、リんご 小麦、牛肉、鶏肉、大豆、り
?2 ?6 ?7	月火水	牛乳	ヨーグルト ごはん シカムドゥチ たことわかめの酢の物 魚のシークヮーサーソースがけ ごはん とりとじゃが芋のうま煮 ごまじゃこあえ 納豆 野菜そば (麺)	生乳(乳)、乳たんぱく(乳)  ぶたにく、かまぼこ わかめ、たこ、ちりめん  グルクン  とりにく、かまぼこ、大豆  ちりめん、大豆、かつおぶし  大豆  ぶたにく あつあげ(大豆)、とりにく 白いんげん豆  とりにく、豚レパー、白いんげん豆  えんどう豆、ひよこ豆、レンズ豆、大豆、小豆、青えんどう豆、赤いんげん豆 とりにく とうふ、(大豆) ツナ(大豆)、みそ(大豆)	砂糖 こめ  三温糖,オリーブ油  でんぶん,小麦粉,大豆油,三温糖 こめ 三温糖,じゃがいも,大豆油 ごま油 砂糖  小麦粉、植物油脂  三温糖,でんぷん,大豆油  べにいも,さつまいも,三温糖,水あめ こめ,麦 じゃがいも,小麦粉,マーガリン(乳、大豆),大豆油  押麦、もち麦、玄米、赤米、たかきび、アーモンド,卵なして 3キズ(大豆),ごま,三温糖 こめ、栗、砂糖、植物油脂  里芋,ごま油 三温糖,ごま	とうがん、こんにゃく、しいたけ、しょうが きゅうり シークヮーサー 玉ねぎ、にんじん、さんにゃく、いんけん もやし、にんじん、きゅうり、シークヮーサー キャベツ、にんじん、きゅうり、シークヮーサー まなぎ、にんじん、もやし、玉ねぎ、にら、しょうが、にんにく えだまめ (大豆) エねぎ、にんじん、かばちゃ、クリンピース、ウージパウ ダー、にんにく きゅうり、えだまめ(大豆) ごぼう、にんじん、しいたけ	大豆、小麦 小麦 豚肉、鶏肉、リんご 小麦、牛肉、鶏肉、大豆、り
22 26 27 28	月火水木	4乳 4乳 4乳	ヨーグルト ではん シカムドゥチ たことわかめの酢の物 魚のシークヮーサーソースがけ ごはん とりとじゃが芋のうま煮 ごまじゃこあえ 納豆 野菜そば(麺) 「(汗) 厚揚げのそぼろあんかけ 紅芋のウムニー 麦ごはん 給食室のカレーライス ファイバーサラダ 秋の炊き込みご飯 けんちん汁 白菜のごまみそあえ きびなごのからあげ	生乳(乳)、乳たんぱく(乳)  ぶたにく、かまぼこ わかめ、たこ、ちりめん  グルクン  とりにく、かまぼこ、大豆  ちりめん、大豆、かつおぶし  大豆  ぶたにく あつあげ(大豆)、とりにく 白いんげん豆  とりにく、豚レパー、白いんげん豆  えんどう豆、ひよこ豆、レンズ豆、大豆、小豆、青えんどう豆、赤いんげん豆 とりにく	砂糖 こめ 三温糖,オリーブ油 でんぶん,小麦粉,大豆油,三温糖 こめ 三温糖,じゃがいも,大豆油 ごま油 砂糖 小麦粉、植物油脂 三温糖,でんぷん,大豆油 べにいも,さつまいも,三温糖,水あめ こめ,麦 じゃがいも,小麦粉,マーガリン(乳、大豆),大豆油 押麦、もち麦、玄米、赤米、たかきび、アーモンド,卵なして ヨ・ズ (大豆),ごま,三温糖 こめ、栗、砂糖、植物油脂 里芋,ごま油 三温糖,ごま 小麦粉,でんぷん,大豆油	とうがん、こんにゃく、しいたけ、しょうが きゅうり シークヮーサー 玉ねぎ、にんじん、さんにゃく、いんけん もやし、にんじん、きゅうり、シークヮーサー キャベツ、にんじん、きゅうり、シークヮーサー 本なぎ、にんじん、もやし、玉ねぎ、にら、しょうが、にんにく えだまめ (大豆) エねぎ、にんじん、かばちゃ、クリンピース、ウージパウ ダー、にんにく きゅうり、えだまめ(大豆) ごぼう、にんじん、しいたけ だいこん、ごぼう、にんじん、しいたけ	大豆、小麦 小麦 豚肉、鶏肉、リんご 小麦、牛肉、鶏肉、大豆、り
22 26 27 28	月火水	4乳 4乳 4乳	ヨーグルト ごはん シカムドゥチ たことわかめの酢の物 魚のシークヮーサーソースがけ ごはん とりとじゃが芋のうま煮 ごまじゃこあえ 納豆 野菜そば(麺) 「(汁) 厚揚げのそぼろあんかけ 紅芋のウムニー 麦ごはん 給食室のカレーライス ファイバーサラダ 秋の炊き込みご飯 けんちん汁 白菜のごまみそあえ きびなごのからあげ ごはん	生乳(乳)、乳たんぱく(乳)  ぶたにく、かまぼこ わかめ、たこ、ちりめん ブルクン  とりにく、かまぼこ、大豆 ちりめん、大豆、かつおぶし 大豆  ぶたにく あつあげ(大豆)、とりにく 白いんげん豆  とりにく、豚レパー、白いんげん豆 えんどう豆、ひよこ豆、レンズ豆、大豆、小豆、青えんどう豆、かよいんがん豆 とりにく とうぶ(大豆) ツナ(大豆)、みそ(大豆) きびなご	砂糖 こめ  三温糖,オリーブ油 でんぶん,小麦粉,大豆油,三温糖 こめ 三温糖,じゃがいも,大豆油 ごま油 砂糖 小麦粉、植物油脂  三温糖,でんぷん,大豆油 べにいも,さつまいも,三温糖,水あめ この、麦 じゃがいも,小麦粉,マーガリン(乳、大豆),大豆油 押麦、もち麦、安米、赤米、たかきび、アーモンド,卵なして まって、(大豆)、ごま,三温糖 こめ、栗 砂糖 植物油脂 里芋,ごま油 三温糖,ごま 小麦粉,でんぷん,大豆油 こめ	とうがん,こんにゃく,しいたけ,しょうが きゅうり シークヮーサー 玉ねぎ,にんじん,こんにゃく,いんげん もやし,にんじん,きゅうり,シークヮーサー キャベツ,にんじん,きゅうり,シークヮーサー 本なさ,にんじん,かぼちゃ,クリンピース,ウージパウダー,にんにく きゅうり,えだまめ(大豆) ごぼう,にんじん,しいたけだいこん,ごぼう,にんじん,しいたけキャベツ,ほくさい,にんじん	大豆、小麦 小麦 豚肉、鶏肉、リんご ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
26	月火水木	4乳 4乳 4乳	ヨーグルト ではん シカムドゥチ たことわかめの酢の物 魚のシークヮーサーソースがけ ごはん とりとじゃが芋のうま煮 ごまじゃこあえ 納豆 野菜そば(麺) 「(汗) 厚揚げのそぼろあんかけ 紅芋のウムニー 麦ごはん 給食室のカレーライス ファイバーサラダ 秋の炊き込みご飯 けんちん汁 白菜のごまみそあえ きびなごのからあげ	生乳(乳)、乳たんぱく(乳)  ぶたにく、かまぼこ わかめ、たこ、ちりめん  グルクン  とりにく、かまぼこ、大豆  ちりめん、大豆、かつおぶし  大豆  ぶたにく あつあげ(大豆)、とりにく 白いんげん豆  とりにく、豚レパー、白いんげん豆  えんどう豆、ひよこ豆、レンズ豆、大豆、小豆、青えんどう豆、赤いんげん豆 とりにく とうふ、(大豆) ツナ(大豆)、みそ(大豆)	砂糖 こめ 三温糖,オリーブ油 でんぶん,小麦粉,大豆油,三温糖 こめ 三温糖,じゃがいも,大豆油 ごま油 砂糖 小麦粉、植物油脂 三温糖,でんぷん,大豆油 べにいも,さつまいも,三温糖,水あめ こめ,麦 じゃがいも,小麦粉,マーガリン(乳、大豆),大豆油 押麦、もち麦、玄米、赤米、たかきび、アーモンド,卵なして ヨ・ズ (大豆),ごま,三温糖 こめ、栗、砂糖、植物油脂 里芋,ごま油 三温糖,ごま 小麦粉,でんぷん,大豆油	とうがん、こんにゃく、しいたけ、しょうが きゅうり シークヮーサー 玉ねぎ、にんじん、さんにゃく、いんけん もやし、にんじん、きゅうり、シークヮーサー キャベツ、にんじん、きゅうり、シークヮーサー 本なぎ、にんじん、もやし、玉ねぎ、にら、しょうが、にんにく えだまめ (大豆) エねぎ、にんじん、かばちゃ、クリンピース、ウージパウ ダー、にんにく きゅうり、えだまめ(大豆) ごぼう、にんじん、しいたけ だいこん、ごぼう、にんじん、しいたけ	大豆、小麦 小麦 豚肉、鶏肉、リんご 小麦、牛肉、鶏肉、大豆、リ 小麦、牛肉、鶏肉、大豆、鶏肉