



	12月1日(金)	12月4日(月)	12月5日(火)	12月6日(水)	12月7日(木)
	発芽玄米ごはん 牛乳	五穀ごはん 牛乳	ごはん 牛乳	牛乳	ソフトめん 牛乳
食缶	【すきやき】 はくさい(40) ⑥牛肉平切(30) ⑩焼き豆腐(25) 糸こんにゃく(20) ねぎ(20) にんじん(10) ●角ふ(10) エリンギ(10) ●⑩しょうゆ(6) 中双(3) 本みりん(1)	【*野菜のうま煮】 たまねぎ(60) じゃがいも(20) ⑪鶏肉切込皮なし(30) にんじん(15) たけのこ(15) 冷凍さやいんげん(5) 乾燥しいたけ(1) ●⑩しょうゆ(4) 中双(1.6) 本みりん(1) 塩(0.1) むろ削り(1.5)	【はるさめスープ】 たまねぎ(20) はくさい(20) たけのこ(15) ⑫豚肉平切もも(15) ①えび(15) チンゲンサイ(10) はるさめ(5) ⑫豚がらスープ(5.5) 酒(2.2) ●⑩うす口しょうゆ(1.35) ●⑩⑪チキンコンソメ(1.3) 塩(0.14) こしょう(0.01)	【にんじんごはん】 アルファ化米(50) もち米(10) にんじん(35) ⑪鶏肉切込皮なし(15) ごぼう(13) 突こんにゃく(12) ⑩油揚げ(2) 乾燥しいたけ(1) ●⑩しょうゆ(6) 酒(2) 中双(1.5) 和風だしの素(0.4) 塩(0.1)	【ミートソース】 たまねぎ(50) ⑫豚挽肉(15) ⑥牛挽肉(15) にんじん(15) ⑩クラッシュ大豆(10) マッシュルーム(10) 冷凍グリーンピース(4) トマトケチャップ(20) ●⑩⑫トマトルー(13) ソース(3) ◎ささがきチーズ(2) ◎脱脂粉乳(1) 中双(0.5) 塩(0.1) こしょう(0.02)
フライ缶	【ぶりのみりん焼き】 ぶりのみりん焼き 1個(40) 《ぶりのみりん焼き》 ぶり ●⑩しょうゆみりんの たれ	【けんちんしのだの たれかけ】 しのだ煮 1個(50) しょうが(0.3) ●⑩しょうゆ(2.5) 中双(1.5) 本みりん(1) でん粉(0.3) 《しのだ煮》 ⑩豆腐 ⑩油揚げ ⑩魚肉すり身 植物油	【野菜入りしゅうまい】 野菜入りしゅうまい 2個(36) 《野菜入りしゅうまい》 すり身(スケソウダラ) たまねぎ ●小麦粉 キャベツ ●パン粉 馬鈴薯でん粉 ⑩粒状大豆たんぱく ●⑩しょうゆ	【米粉コロッケ】 米粉コロッケ 1個(60) 米油(6) 《米粉コロッケ》 ばれいしょ たまねぎ ⑫豚肉 ⑥牛肉 乾燥マッシュポテト 米粉パン粉	【フルーツミックス】 ⑬黄桃(30) パイナップル(30) ⑮りんご(20)
あえ物・果物等	【りんご】 ⑮りんご 1袋(40)	【きゅうりの塩昆布あえ】 きゅうり(30) ●⑩塩昆布(2)		【ボイルキャベツ】 キャベツ(25) ボイル塩(0.5)	
その他		【ココアパウダー】 ココアパウダー 1袋(5) 《ココアパウダー》 砂糖 ぶどう糖 ココア ⑩植物レシチン	【ミックスナッツ】 ミックスナッツ 1袋(10) 《ミックスナッツ》 ⑱アーモンド ⑱カシューナッツ ⑱マカダミアナッツ	【メープルマフィン】 ⑩米粉マフィン(メープル) 1個(25) 【卓上ソース】 卓上ソース(5)	【干し小魚】 干し小魚 1袋(5)

() 内は純使用量 単位：グラム

1 主食・牛乳・はっこう乳のアレルギー表示は、別表「主食・飲み物等のアレルギー一覧表」に記載しています。

2 加工品は食材名の下段に、配合割合5%以上の原材料とアレルギー物質の表示をしています。(23品目のアレルギー物質は、5%未満でも表示します。)

※ アレルギー物質の23品目について、次のように表示しています。

○…卵	●…小麦	◎…乳	①…えび	②…かに
③…いか	④…オレンジ	⑤…キウイフルーツ	⑥…牛肉	⑦…くるみ
⑧…さけ	⑨…さば	⑩…大豆	⑪…鶏肉	⑫…豚肉
⑬…もも	⑭…やまいも	⑮…りんご	⑯…ゼラチン	⑰…バナナ
⑱…ごま	⑲…種実 (カシューナッツ・アーモンド・マカダミアナッツ・ぎんなん・くり・ヘーゼルナッツ・ココナッツ)			
⑳…貝 (ほたて・あさり・かき・しじみ)				



	12月8日(金)	12月11日(月)	12月12日(火)	12月13日(水)	12月14日(木)
	ごはん 牛乳	麦ごはん 牛乳	麦ごはん 牛乳	麦ごはん 牛乳	麦ごはん 牛乳
食缶	<p>【*みそおでん】 大根(40) 冷凍さといも(40) ⑩生揚げ(35) 三角こんにゃく(25) にんじん(20) ⑩豆みそ(7) 中双(5) 本みりん(1) 和風だしの素(1)</p>	<p>【カレーシチュー(えがお)】 たまねぎ(40) じゃがいも(30) ⑫豚肉平切もも(15) にんじん(15) マッシュルーム(5) おろしにんにく(0.1) カレールウ(えがお)(12) ⑩豆乳(10) ソース(2) 野菜ブイヨン(1) 純カレー(0.1) 塩(0.1) こしょう(0.02)</p>	<p>【みそ汁】 ⑩木綿豆腐(30) さといも(25) 大根(20) えのきたけ(10) ねぎ(5) ⑩油揚げ(3) ⑩ミックスみそ(10) 本みりん(0.5) むろ削り(3)</p>	<p>【肉じゃが】 じゃがいも(90) たまねぎ(40) 糸こんにゃく(20) にんじん(20) ⑫豚肉平切(15) 冷凍グリーンピース(4) ●⑩しょうゆ(5) 中双(3) 本みりん(1) 塩(0.2) こしょう(0.02)</p>	<p>【マーボ豆腐】 ⑩冷凍豆腐(90) にんじん(20) たけのこ(20) ⑫豚挽肉(15) ねぎ(15) しょうが(0.5) おろしにんにく(0.2) ⑩豆みそ(5) 中双(3) ●⑩しょうゆ(2.3) ⑩⑪⑫⑯中華だしの素(1) 本みりん(1) 酒(1) 豆板醤(0.2) でん粉(0.8)</p>
フライ缶	<p>【わかさぎの南蛮漬け】 わかさぎから揚げ(40) 米油(4) ねぎ(5) にんじん(3) 米酢(2) 中双(1) ●⑩しょうゆ(1) 酒(1) 本みりん(1)</p>	<p>【コーンサラダ】 ホールコーン(20) キャベツ(20) にんじん(10) コーンクリーミー ドレッシング(6) ●⑩しょうゆ(0.3) 上白(0.1) 塩(0.05)</p>	<p>【*ひじき入り鶏そぼろ】 ホールコーン(10) たまねぎ(15) ⑪鶏挽肉(25) にんじん(10) ⑩むき枝豆(3) 米ひじき(1.5) しょうが(1) ●⑩しょうゆ(3) 中双(2) 酒(1) 本みりん(0.5)</p>	<p>【ホキの米粉フライ】 米粉のホキフライ 1個(50) 米油(5)</p>	<p>【春巻き】 春巻き 1個(50) 米油(5) 《春巻き》 キャベツ たまねぎ にんじん ⑩粒状大豆たんぱく ●⑩しょうゆ ⑱ごま油 ⑪チキンエキス調味料 ●小麦粉</p>
あえ物・果物等	<p>【オレンジ】 ④オレンジ 1袋(60)</p>	<p>【福神漬け】 福神漬け(15) 《福神漬け》 だいこん 砂糖 ⑩しょうゆ うり</p>		<p>【ボイル野菜】 キャベツ(20) にんじん(5) ボイル塩(0.5)</p>	<p>【みかん】 みかん 1個(120)</p>
その他			<p>【ココアパウダー】 ココアパウダー 1袋(5) 《ココアパウダー》 砂糖 ぶどう糖 ココア ⑩植物レシチン</p>	<p>【卓上ソース】 卓上ソース(5)</p>	

() 内は純使用量 単位：グラム



	12月15日(金)	12月18日(月)	12月19日(火)	12月20日(水)	12月21日(木)
	米粉パン はっこう乳	ごはん 牛乳	わかめごはん 牛乳	ごはん 牛乳	小型ロールパン 牛乳
食缶	【白いんげんと ポークのトマト煮】 白いんげん豆(40) たまねぎ(40) にんじん(20) じゃがいも(20) ダイストマト(20) ⑫豚肉角切もも(15) セロリ(2) おろしにんにく(0.5) トマトジュース(20) トマトケチャップ(7) ソース(2) 中双(2) ⑩⑫洋風だしの素(1) 赤ワイン(1) 塩(0.4) こしょう(0.05)	【三平汁】 じゃがいも(30) ⑧さけ角切り(25) 大根(20) にんじん(15) ねぎ(7) 角切昆布(1) ●⑩しょうゆ(4) 酒(2) 塩(0.2) むろ削り(3)	【*中華海鮮うま煮】 たまねぎ(45) キャベツ(35) ③いか短冊(25) ①えび(25) にんじん(15) 焼きちくわ(20) チンゲンサイ(10) ●⑩しょうゆ(3) 野菜ブイヨン(1) 中双(1) 酒(1) ●⑩⑫オイスターソース(1) 塩(0.1) こしょう(0.02) でん粉(1.5)	【冬至の煮物】 じゃがいも(30) こんにゃく(25) さつま揚げ(20) ⑪鶏肉角切もも(15) にんじん(15) れんこん(15) たけのこ(10) 冷凍さやいんげん(5) ●⑩しょうゆ(4) 中双(2.8) 本みりん(1) むろ削り(1)	【パンプキンポタージュ】 たまねぎ(40) かぼちゃペースト(20) かぼちゃ(20) にんじん(15) マッシュルーム(10) ⑫バラベーコン短冊(5) パセリ(1) ⑩豆乳(40) ●⑩⑫ホワイトルウ(6) ⑩⑫洋風だしの素(1) ◎バター(1) ◎ささがきチーズ(1) 塩(0.5) こしょう(0.02)
フライ缶	【根菜サラダ】 ささがきごぼう(15) ⑯縦割りアーモンド(10) れんこん(8) きゅうり(8) ホールコーン(5) ⑱白むきごま(1) ⑱白すりごま(1) ●⑩⑱ごまドレッシング(4)	【和風ハンバーグの たれかけ】 ハンバーグ煮込み用 1個(50) ●⑩しょうゆ(2) 中双(1) 本みりん(1) でん粉(0.5) 《ハンバーグ煮込み用》 たまねぎ ⑥牛肉 ●パン粉 ⑫豚肉 ⑩粒状植物性たんぱく ⑥牛脂 ⑩粉末状植物性たんぱく ●⑩しょうゆ	【鶏肉の カシューナッツ炒め】 ⑪鶏肉角切もも(20) たけのこ(15) にんじん(10) ⑱カシューナッツ(10) ⑩むき枝豆(3) しょうが(0.5) ●⑩しょうゆ(2.5) 中双(2) 本みりん(1) でん粉(0.5)	【さば銀紙焼き】 さば銀紙焼き 1個(50) 《さば銀紙焼き》 ⑨さば ⑩みそ 砂糖	【フライドチキン】 フライドチキン 1個(50) 米油(5) 《フライドチキン》 ⑪若鶏肉 ●小麦粉 ●⑩粉末しょうゆ
あえ物・果物等		【もやしのごまあえ】 もやし(30) ⑱白すりごま(0.5) ⑱白むきごま(0.3) ●⑩しょうゆ(1.5) 上白(1)	【みかん】 みかん 1個(120)	【はくさいのゆずあえ】 はくさい(30) ●⑩白しょうゆ(0.8) ゆず果汁(0.3)	【キャベツのサワー漬け】 キャベツ(25) ●⑩しょうゆ(1) 上白(0.5) ワインビネガー(0.5)
その他	【プルーン】 プルーン 1袋(20)	【野菜ゼリー】 野菜ゼリー 1個(80)			【米粉のチョコケーキ】 ⑩米粉のチョコケーキ 1個(35) 【いちごのケーキ】 いちごのケーキ 1個(30) 《いちごのケーキ》 ◎乳等を主要原料とする食品 砂糖 ○全卵 ●小麦粉 いちごピューレ ⑩ショートニング ⑩加工油脂 ●でんぷん ⑩乳化剤 ◎香料

※ 注意事項

- 1 アレルギー物質の23品目以外で、原材料の配合割合の5%未満については表示していません。(23品目は5%未満でも表示します。)したがって、加工品・調味料に含まれる全ての原材料を記載していません。
- 2 牛乳・はっこう乳の代替には、調整豆乳で対応しています。(調整豆乳には大豆が含まれます。)
- 3 パン製造工場では、卵・落花生・ごまを含む製品を製造しています。
- 4 ソフトめん・白玉うどん・中華めん(ラーメン)・油そば(焼きそば)の製造工場では、そばを製造しています。また製造工場内では、卵及びび乳を使用した製品(市販品等)を製造しています。
- 5 アレルギー物質のマークのない、しらす干し・小魚・のり佃煮・海藻類等は、えび・かきが混じる漁法で捕獲しています。
- 6 アレルギー物質のマークのない、かまぼこ・さつま揚げ・ちくわ・はんぺんは、えび・かきを食べる魚を使用しています。
- 7 調理場は、食缶(丸缶)・フライ缶(四角缶)等に入る料理を調理する場所が分かれていません。
- 8 アレルギー物質のマークのない加工品等について、アレルギー物質のコンタミがないことを保証するものではありません。