

	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	牛乳	ごはん 牛乳	ごはん 牛乳
食缶	【すきやき】 はくさい(52) ⑥牛肉平切(39) ⑩焼き豆腐(32.5) 糸こんにゃく(26) ねぎ(26) にんじん(13) ●角ふ(13) エリンギ(13) ●⑩しょうゆ(7.8) 中双(3.9) 本みりん(1.3)	【卵とじ】 ○液卵(52) たまねぎ(52) じゃがいも(26) ⑪鶏肉切込皮なし(19.5) にんじん(19.5) たけのこ(13) 冷凍さやいんげん(6.5) 乾燥しいたけ(1.3) ●⑩しょうゆ(5.2) 中双(2.08) 本みりん(1.3) 塩(0.13) むろ削り(1.95)	【にんじんごはん】 アルファ化米(60) もち米(12) にんじん(42) ⑪鶏肉切込皮なし(18) ごぼう(15.6) 突こんにゃく(14.4) ⑩油揚げ(2.4) 乾燥しいたけ(1.2) ●⑩しょうゆ(7.2) 酒(2.4) 中双(1.8) 和風だしの素(0.48) 塩(0.12)	【はるさめスープ】 たまねぎ(26) はくさい(26) たけのこ(19.5) ⑫豚肉平切もも(19.5) ①えび(19.5) チンゲンサイ(13) はるさめ(6.5) ⑫豚がらスープ(7.15) 酒(2.86) ●⑩うす口しょうゆ(1.75) ●⑩⑪チキンコンソメ(1.69) 塩(0.18) こしょう(0.01)	【みそおでん】 大根(48) 冷凍さといも(40.5) ○うずら卵(35) ⑩生揚げ(32.5) 三角こんにゃく(26) にんじん(26) 角切昆布(1.3) ⑩豆みそ(9.1) 中双(6.5) 本みりん(1.3) 和風だしの素(1.3)
フライ缶	【ぶりのみりん焼き】 ぶりのみりん焼き 1個(50)  《ぶりのみりん焼き》 ぶり ●⑩しょうゆみりんの たれ	【お好みはんぺんの たれかけ】 お好みはんぺん 1個(60)  米油(1.0) しょうが(0.39) ●⑩しょうゆ(3.25) 中双(1.95) 本みりん(1.3) でん粉(0.39)	【米粉コロッケ】 米粉コロッケ 1個(70) 米油(7)  《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	【野菜入りしゅうまい】 野菜入りしゅうまい 3個(54)  《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	【わかさぎの南蛮漬け】 わかさぎから揚げ(52) 米油(5.2) ねぎ(6.5) にんじん(3.9) 米酢(2.6) 中双(1.3) ●⑩しょうゆ(1.3) 酒(1.3) 本みりん(1.3)
あえ物・果物等	【りんご】 ⑮りんご 1/4個(50) 塩(0.65)	【きゅうりの塩昆布あえ】 きゅうり(39) ●⑩塩昆布(2.6)	【ポイルキャベツ】 キャベツ(32.5) ポイル塩(0.65)		【オレンジ】 ④オレンジ 1袋(60)
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	【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(6.5)	【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	

( ) 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)
	ソフトめん 牛乳	麦ごはん 牛乳	麦ごはん 牛乳	麦ごはん 牛乳	米粉パン はっこう乳
食缶	<b>【ミートソース】</b> たまねぎ(65) ⑫豚挽肉(19.5) ⑥牛挽肉(19.5) にんじん(19.5) ⑩クラッシュ大豆(13) マッシュルーム(13) 冷凍グリーンピース(5.2) トマトケチャップ(26) ●⑩⑫トマトルウ(16.9) ソース(3.9) ◎ささがきチーズ(2.6) ◎脱脂粉乳(1.3) 中双(0.65) 塩(0.13) こしょう(0.03)	<b>【カレーシチュー(えがお)】</b> たまねぎ(52) じゃがいも(39) ⑫豚肉平切もも(19.5) にんじん(19.5) マッシュルーム(6.5) おろしにんにく(0.13) カレールウ(えがお) (15.6) ⑩豆乳(13) ソース(2.6) 野菜ブイヨン(1.3) 純カレー(0.13) 塩(0.13) こしょう(0.03)	<b>【肉じゃが】</b> じゃがいも(117) たまねぎ(52) 糸こんにゃく(26) にんじん(26) ⑫豚肉平切(19.5) 冷凍グリーンピース(5.2) ●⑩しょうゆ(6.5) 中双(3.9) 本みりん(1.3) 塩(0.26) こしょう(0.03)	<b>【みそ汁】</b> ⑩木綿豆腐(39) さといも(32.5) 大根(26) えのきたけ(13) ねぎ(6.5) ⑩油揚げ(3.9) ⑩ミックスみそ(13) 本みりん(0.65) むろ削り(3.9)	<b>【白いんげんと ポークのトマト煮】</b> 白いんげん豆(52) たまねぎ(52) にんじん(26) じゃがいも(26) ダイストマト(26) ⑫豚肉角切もも(19.5) セロリ(2.6) おろしにんにく(0.65) トマトジュース(26) トマトケチャップ(9.1) ソース(2.6) 中双(2.6) ⑩⑫洋風だしの素(1.3) 赤ワイン(1.3) 塩(0.52) こしょう(0.07)
フライ缶	<b>【フルーツミックス】</b> ⑬黄桃(39) パイナップル(39) ⑮りんご(26)	<b>【コーンサラダ】</b> ホールコーン(26) キャベツ(26) にんじん(13) コーンクリーミー ドレッシング(7.8) ●⑩しょうゆ(0.39) 上白(0.13) 塩(0.07)	<b>【ホキの米粉フライ】</b> 米粉のホキフライ 1個(60) 米油(6)	<b>【ひじき入り親子そぼろ】</b> ○炒り卵(26) たまねぎ(19.5) ⑪鶏挽肉(19.5) にんじん(13) ⑩むき枝豆(3.9) 米ひじき(1.95) しょうが(1.3) ●⑩しょうゆ(3.9) 中双(2.6) 酒(1.3) 本みりん(0.65)	<b>【根菜サラダ】</b> ささがきごぼう(19.5) ⑱縦割リアーモンド(13) れんこん(10.4) きゅうり(10.4) ホールコーン(6.5) ⑱白むきごま(1.3) ⑱白すりごま(1.3) ●⑩⑱ごまドレッシング (5.2)
あえ物・果物等		<b>【福神漬け】</b> 福神漬け(19.5)  《福神漬け》 だいこん 砂糖 ⑩しょうゆ ური	<b>【ポイル野菜】</b> キャベツ(26) にんじん(6.5) ポイル塩(0.65)		
その他	<b>【干し小魚】</b> 干し小魚 1袋(5)		<b>【卓上ソース】</b> 卓上ソース(6.5)	<b>【ココアパウダー】</b> 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	<b>【ブルーネ】</b> ブルーネ 1袋(20)

( ) 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)
	麦ごはん 牛乳	ごはん 牛乳	わかめごはん 牛乳	ごはん 牛乳	ツイストロールパン 牛乳
食缶	<p>【マーボ豆腐】</p> <p>⑩冷凍豆腐(117) にんじん(26) たけのこ(26)</p> <p>⑫豚挽肉(19.5) ねぎ(19.5) しょうが(0.65) おろしにんにく(0.26)</p> <p>⑩豆みそ(6.5) 中双(3.9) ●⑩しょうゆ(2.99)</p> <p>⑩⑪⑫⑭中華だしの素(1.3)</p> <p>本みりん(1.3) 酒(1.3) 豆板醤(0.26) でん粉(1.04)</p>	<p>【三平汁】</p> <p>じゃがいも(39) ⑧さけ角切り(32.5) 大根(26) にんじん(19.5) ねぎ(9.1) 角切昆布(1.3) ●⑩しょうゆ(5.2)</p> <p>酒(2.6) 塩(0.26) むろ削り(3.9)</p>	<p>【中華海鮮うま煮】</p> <p>たまねぎ(53.5) キャベツ(41.5) ○うずら卵(35) ③いか短冊(26) ①えび(26) にんじん(19.5) 焼きちくわ(13) チンゲンサイ(13) ●⑩しょうゆ(3.9) 野菜ブイヨン(1.3) 中双(1.3) 酒(1.3) ●⑩⑭オイスターソース(1.3)</p> <p>塩(0.13) こしょう(0.03) でん粉(1.95)</p>	<p>【冬至の煮物】</p> <p>じゃがいも(39) こんにゃく(32.5) さつま揚げ(26) ⑪鶏肉角切もも(19.5) にんじん(19.5) れんこん(19.5) たけのこ(13) 冷凍さやいんげん(6.5) ●⑩しょうゆ(5.2) 中双(3.64) 本みりん(1.3) むろ削り(1.3)</p>	<p>【パンプキンポタージュ】</p> <p>たまねぎ(52) かぼちゃペースト(26) かぼちゃ(26) にんじん(19.5) マッシュルーム(13) ⑫パラペーコン短冊(6.5) パセリ(1.3) ⑩豆乳(52) ●⑩⑭⑮ホワイトルウ(7.8)</p> <p>⑩⑫洋風だしの素(1.3) ◎バター(1.3) ◎ささがきチーズ(1.3) 塩(0.65) こしょう(0.03)</p>
フライ缶	<p>【春巻き】</p> <p>春巻き 1個(60) 米油(6)</p> <p>《春巻き》 キャベツ たまねぎ にんじん</p> <p>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>	<p>【和風ハンバーグの たれかけ】</p> <p>ハンバーグ 1個(60) 米油(1) ●⑩しょうゆ(2.6) 中双(1.3) 本みりん(1.3) でん粉(0.65)</p> <p>《ハンバーグ》 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</p>	<p>【鶏肉の カシューナッツ炒め】</p> <p>⑪鶏肉角切もも(26) たけのこ(19.5) にんじん(13) ⑱カシューナッツ(13) ⑩むき枝豆(3.9) しょうが(0.65) ●⑩しょうゆ(3.25) 中双(2.6) 本みりん(1.3) でん粉(0.65)</p>	<p>【さば銀紙焼き】</p> <p>さば銀紙焼き 1個(60)</p> <p>《さば銀紙焼き》 ⑨さば ⑩みそ 砂糖</p>	<p>【てり焼きチキン】</p> <p>てり焼きチキン 1個(60)</p> <p>《てり焼きチキン》 ⑪若鶏肉 ⑩漬け込みだれ</p>
あえ物・果物等	<p>【みかん】</p> <p>みかん 1個(120)</p>	<p>【もやしのごまあえ】</p> <p>もやし(39) ⑱白すりごま(0.65) ⑱白むきごま(0.39) ●⑩しょうゆ(1.95) 上白(1.3)</p>	<p>【みかん】</p> <p>みかん 1個(120)</p>	<p>【はくさいのゆずあえ】</p> <p>はくさい(39) ●⑩白しょうゆ(1.04) ゆず果汁(0.39)</p>	<p>【キャベツのサワー漬け】</p> <p>キャベツ(32.5) ●⑩しょうゆ(1.3) 上白(0.65) ワインビネガー(0.65)</p>
その他		<p>【野菜ゼリー】</p> <p>野菜ゼリー 1個(80)</p>			<p>【米粉のチョコケーキ】</p> <p>⑩米粉のチョコケーキ 1個(35)</p> <p>【いちごのケーキ】</p> <p>いちごのケーキ 1個(30)</p> <p>《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</p>

※ 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 調理場で使用する揚げ油(米油)は、毎回新品には交換していません。
- 9 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。