



日	4月11日(月)	4月12日(火)	4月13日(水)	4月14日(木)	4月15日(金)
主食	ごはん	ごはん	◎●⑦サンドイッチ ロールパン	麦ごはん	ごはん
牛乳	◎はっこう乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳
食缶	【わかめスープ】 たまねぎ(32.5) ⑧鶏肉(13) チンゲンサイ(13) もやし(13) にんじん(10.4) ねぎ(6.5) ④白ごま(1.3) わかめ(0.65) ⑧⑩中華ガラ スープの素(4.55) ●⑦しょうゆ(1.95) 酒(1.3) ④ごま油(0.13) こしょう(0.04)	【たけのこの すまし汁】 △えびボール(39) たけのこ(19.5) 大根(19.5) にんじん(10.4) えのきたけ(6.5) みつば(3.9) しいたけ(1.3) 塩(0.26) ●⑦しょうゆ(6.5) でん粉(0.65) むろ削り(5.2)	【たまねぎスープ】 たまねぎ(52) ⑧鶏肉(19.5) もやし(13) にんじん(13) エリンギ(13) とうもろこし(6.5) たまねぎロースト (3.9) パセリ(0.03) ⑧チキンブイヨン(26) ●⑦うす口しょうゆ (3.9) ⑦⑩洋風だしの素(1.3) 塩(0.39) こしょう(0.04) 《たまねぎロースト》 たまねぎ ⑦調味料等	【肉じゃが】 じゃがいも(117) たまねぎ(52) こんにゃく(26) にんじん(26) ⑩豚肉(19.5) グリーンピース(5.2) ●⑦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)	【えがおの カレーシチュー】 たまねぎ(52) じゃがいも(39) ⑩豚肉(19.5) にんじん(19.5) マッシュルーム(6.5) にんにく(0.13) カレールウ【えがお】 (15.6) ⑦豆乳(13) ソース(2.6) 野菜ブイヨン(1.3) トマトケチャップ (1.3) ●⑦しょうゆ(0.65) 純カレー(0.2) 塩(0.13) こしょう(0.03)
フライ缶	【タコライス】 たまねぎ(39) ⑩豚肉(26) ⑦大豆(19.5) ③牛肉(13) にんじん(13) トマト(13) トマトケチャップ (5.2) ソース(1.95) 中双(0.65) 純カレー(0.26) 塩(0.13) ガーリックパウダー (0.03) こしょう(0.01)	【*豚肉と大豆の 炒め煮】 ⑩豚肉(26) たまねぎ(19.5) ⑦大豆(13) ⑦枝豆(6.5) ●⑦しょうゆ(3.6) 中双(1.95) 酒(0.65)	【やきそば】 キャベツ(39) 油そば(39) ⑩豚肉(26) ①いか(13) にんじん(13) しょうが酢漬(0.39) 青のり粉(0.07) 中濃ソース(6.5) ソース(1.95) 塩(0.26) こしょう(0.03) 《油そば》 ●小麦粉 ⑦調味料等	【さば銀紙焼き】 さば銀紙焼き 1個(60) 《さば銀紙焼き》 ⑥さば ⑦調味料等	【ツナサラダ】 まぐろ油漬け(29.9) キャベツ(26) きゅうり(19.5) とうもろこし(6.5) にんじん(3.9) 卵なしマヨネーズ (7.8) ●⑦しょうゆ(1.04) 上白(0.65) 塩(0.06) こしょう(0.03) 《卵なしマヨネーズ》 ⑦大豆粉 ⑦粉末状植物性たん白 調味料等
あえ物・果物				【ふきのサラダ】 キャベツ(15.6) ふき(13) とうもろこし(6.5) わかめ(0.13) ④白ねりごま(1.3) ④白すりごま(0.91) ●⑦しょうゆ(1.3) 上白(0.91) 米酢(0.65)	
その他	【いちごゼリー】 いちごゼリー 1個(50)		【チーズ】 ◎型抜きチーズ 1個(15)		

()内は純使用量 単位：グラム

1 パンに表示される⑦大豆については、添加物のレシチンに含まれる微量のアレルゲンを示します。
2 アレルギー献立表の見方については、「保存版 令和4年度 アレルギー献立表について」を参照してください。



日	4月18日(月)	4月19日(火)	4月20日(水)	4月21日(木)	4月22日(金)
主食	麦ごはん	ごはん	麦ごはん	わかめごはん	◎●⑦クロスロールパン
牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳
食缶	【スタミナ汁】 ⑦豆腐(32.5) じゃがいも(32.5) たまねぎ(19.5) ⑩豚肉(19.5) にんじん(6.5) ねぎ(5.2) ⑦油揚げ(3.9) にんにく(0.26) ⑦あわせみそ(11.7) むろ削り(3.9)	【*すきやき】 はくさい(52) ③牛肉(45.5) ⑦焼き豆腐(45.5) こんにやく(26) ねぎ(26) にんじん(13) エリンギ(13) ●⑦しょうゆ(7.8) 中双(3.9) 本みりん(1.3)	【マーボ豆腐】 ⑦豆腐(117) にんじん(32.5) たけのこ(26) ⑩豚肉(26) ねぎ(13) いら(6.5) しょうが(0.65) にんにく(0.26) ⑦まめみそ(6.5) 中双(3.9) ●⑦しょうゆ(2.99) ⑦⑧⑩⑬ 中華だしの素(1.3) 本みりん(1.3) 酒(1.3) ④ごま油(1.04) 豆板醤(0.26) でん粉(1.04)	【けんちん汁】 ⑦豆腐(26) 大根(26) こんにやく(19.5) にんじん(13) ごぼう(13) ねぎ(13) ⑦油揚げ(2.6) ●⑦しょうゆ(5.2) ④ごま油(0.65) 塩(0.39) むろ削り(5.2)	【大豆とチキンのトマト煮】 たまねぎ(58.5) ⑦大豆(39) にんじん(26) じゃがいも(26) トマト(26) ⑧鶏肉(26) とうもろこし(6.5) セロリ(2.6) にんにく(0.39) 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) ⑦⑩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	【ちくわのいそべ揚げ】 ちくわ 3個(60) ●小麦粉(3.9) でん粉(1.3) 青のり粉(0.1) 米油(6.53)	【*根菜コロッケ】 根菜コロッケ 1個(60) 米油(6) 《根菜コロッケ》 じゃがいも ●⑦パン粉 ●⑦バターミックス たまねぎ ⑦調味料等	【揚げえびしゅうまい】 えび入りしゅうまい 3個(54) 米油(5.4) 《えび入りしゅうまい》 △えび たまねぎ たら ●パン粉 でん粉 ●小麦粉 ●△⑬調味料等	【さわらの照り焼き】 さわら 1個(60) 米油(1.3) しょうが(0.78) 中双(3.9) ●⑦しょうゆ(3.25) 本みりん(1.3) でん粉(0.39)
あえ物・果物	【きゅうりのごまじょうゆ和え】 きゅうり(39) ④白ごま(0.65) ④白すりごま(0.65) ●⑦しょうゆ(1.3) 上白(0.65) ④ごま油(0.39)	【春キャベツのおかか和え】 キャベツ(26) ほうれん草(13) にんじん(3.9) 花かつお(0.39) ●⑦しょうゆ(1.95) 上白(0.65)	【もやしのナムル】 もやし(39) ④白すりごま(1.3) ●⑦しょうゆ(1.3) 上白(0.65) 米酢(0.65) ④ごま油(0.39)	【甘酢和え】 きゅうり(19.5) にんじん(3.9) 切り干し大根(1.95) 米酢(1.95) 上白(1.95) 塩(0.2)	
その他					

() 内は純使用量 単位：グラム

※ アレルギー物質の21品目について、次のように表示しています。

○…卵	◎…乳	●…小麦	△…えび	▲…かに
①…いか	②…オレンジ	③…牛肉	④…ごま	⑤…さけ
⑥…さば	⑦…大豆	⑧…鶏肉	⑨…バナナ	⑩…豚肉
⑪…もも	⑫…やまいも	⑬…りんご	⑭…ゼラチン	
⑮…種実(ぎんなん・くり・ココナツ)			⑯…貝(あさり・ほたて等)	



日	4月25日(月)	4月26日(火)	4月27日(水)	4月28日(木)
主食	麦ごはん	◎●⑦あいちの 米粉パン	ごはん	麦ごはん
牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳
食缶	【豚汁】 ⑦豆腐(32.5) さといも(26) ⑩豚肉(19.5) 大根(13) こんにゃく(13) ごぼう(10.4) にんじん(10.4) ねぎ(10.4) ⑦まめみそ(11.7) むろ削り(3.9)	【チキンチャウダー】 じゃがいも(39) たまねぎ(26) ⑧鶏肉(19.5) にんじん(19.5) マッシュルーム(13) ⑩ベーコン(6.5) パセリ(0.06) ◎牛乳(39) ホワイトルウ (7.8) ◎チーズ(2.6) ◎脱脂粉乳(2.6) ⑦⑩洋風だしの素(1.3) 白ワイン(1.3) 塩(0.78) こしょう(0.05) 《ホワイトルウ》 ●小麦粉 ◎脱脂粉乳 ◎⑦調味料等	【鶏団子汁】 肉団子(32.5) ⑦豆腐(32.5) 大根(26) にんじん(13) ねぎ(13) ●⑦しょうゆ(3.9) 塩(0.65) むろ削り(3.9) 《肉団子》 ⑧鶏肉 たまねぎ ねぎ ●パン粉 ●⑦調味料等	【がめ煮】 さといも(45.5) こんにゃく(26) ⑦さつま揚げ(26) にんじん(26) ⑧鶏肉(26) れんこん(13) さやいんげん(10.4) ⑦油揚げ(2.6) ●⑦しょうゆ(6.5) 中双(3.9) 酒(1.3) 本みりん(1.3) むろ削り(1.3)
	フライ缶	【*ひじき入り とりそぼろ】 たまねぎ(32.5) ⑧鶏肉(26) にんじん(13) ⑦枝豆(3.9) 米ひじき(1.95) ●⑦しょうゆ(3.9) 中双(2.6) 本みりん(0.65) 酒(0.65)	【アスパラガス入り サラダ】 キャベツ(26) とうもろこし(15.6) きゅうり(13) まぐろ油漬(13) アスパラガス(13) ●⑦しょうゆ(1.56) 上白(1.3) ワインビネガー (1.04) サラダ油(0.65) 塩(0.13) こしょう(0.03)	【まぐろの甘辛煮】 まぐろ油漬(58.5) キャベツ(15.6) しょうが(1.3) 中双(3.9) ●⑦しょうゆ(1.95) 本みりん(1.3) 酒(1.3)
あえ物・果物		【オレンジ】 ②オレンジ 1個(60)	【きざみたくあん】 たくあん漬(16.9) 《たくあん漬》 大根 ●⑦調味料等	【ポイルキャベツ】 キャベツ(39)
その他	【干し小魚】 干し小魚 1袋(5)		【手巻きのり】 のり 1袋(3)	【小袋みそソース】 ⑦みそソース 1袋(10)

() 内は純使用量 単位：グラム