

2022年 4 月 献立 ※揚げ油（大豆）は、揚げ調理で複数回調理に使用しています。

★ お知らせ ★ 天候等の都合により、献立・食材を変更することがあります。その際は、学校からの献立変更のお知らせをご確認ください。

曜日	牛乳	献立名	使用食材一覧表			
			赤 おもに血・骨・肉になる (たんぱく質・無機質)	緑 おもに体の調子を整える (ビタミン・無機質)	黄 おもに力や熱になる (炭水化物・脂質)	調味料
8 (金)	○	和風スパゲティ	ツナ のり	玉葱 人参 しめじ 小松菜 しいたけ 木くらげ にんにく	スパゲティー【小麦】こめ油 オリーブ油	シママース しょうゆ こしょう
		星型ポテトフライ		パセリ	じゃが芋 揚げ油	シママース こしょう
		紅白なます	昆布	大根 人参	三温糖	酢
		お祝いケーキ	お祝いケーキいちご【大豆】			
11 (月)	○	麦ごはん		再度	米 麦	
		三色ごはん	牛ひき肉 鶏ひき肉 大豆	人参 玉葱 人参 木くらげ 生姜 からしな 小松菜	こめ油 ごま ごま油	みりん 醤油 料理酒 醤油 シママース
		じゃが芋のみそ汁		えのき 大根 ねぎ		みそ 粉かつお
		ごぼうサラダ	ツナ	ごぼう 胡瓜 コーン	三温糖 ノンエッグゲアー【大豆・りんご】	焙煎ごまドレッシング 【小麦・大豆・ごま】 酢 シママース
		ライチゼリー	ライチゼリー【28品目なし】			
12 (火)	○	オムライス	鶏肉 たまご	玉葱 人参 マッシュルーム グリンピース	米 麦 こめ油	シママース こしょう ケチャップ 白ワイン 鶏だし骨【たまご】
		アスパラソテー	ウインナー【豚肉】	アスパラ キャベツ コーン	オリーブ油	シママース こしょう 醤油
		ミルクもち	牛乳	みかん缶 ココナッツミルク	だんご グラニュー糖 かたくり粉	シママース
13 (水)	○	麦ごはん			米 麦	
		チキンカレー	鶏肉	人参 玉葱 グリンピース ニンニク 生姜 りんごピューレ トマト	じゃが芋 こめ油	カレールー カレー粉 ウスター 鶏だし骨【たまご】
		大根のツナ和え	ツナ	大根 胡瓜 ほうれん草	三温糖	コールスロートレ【たまご 大豆】 酢
		フルーツ和え		パイン缶 みかん缶 もも缶	グラニュー糖	赤ワイン
14 (木)	○	揚げパン	きなこ【大豆】		コッペパン【小麦・乳・大豆】揚げ油 粉末アーモンド 三温糖 黒糖	
		卵スープ	たまご 大豆	白菜 ほうれん草	かたくり粉	シママース チキンブイヨン【鶏肉】 醤油
		国産鶏のつくね	国産鶏と根菜の平つくね【小麦 鶏肉 豚肉 大豆 ごま 】			
		ポテトサラダ		胡瓜 コーン	じゃが芋 三温糖 ノンエッグゲアー【大豆・りんご】	シママース こしょう
15 (金)	○	焼うどん	牛肉	白菜 人参 玉葱 小松菜 長ネギ	うどん【小麦】こめ油 三温糖 こめ油	みりん 料理酒 シママース 醤油 粉かつお
		タピオカナントゥ	きな粉【大豆】	シークワーサー果汁	グラニュー糖 紅芋 タピオカ粉	シママース
		コーンと胡瓜のサラダ	白いんげん豆	コーン 胡瓜 キャベツ	三温糖	こしょう 醤油 コールスロートレ【たまご 大豆】
		スナックアーモンド			アーモンド	
		麦ごはん			米 麦	
18 (月)	○	鶏汁	鶏肉	大根 人参 小松菜 しいたけ 生姜		醤油 シママース 粉かつお 鶏だし骨【たまご】
		マーミナーチャンプルー	豆腐 豚肉	もやし 人参 からしな	こめ油	シママース 醤油 こしょう
		厚焼きたまご	たまご おから ちりめん	玉葱 ピーマン	こめ油	醤油 みりん 料理酒
		油みそ やきのり	ツナ のり	生姜	ごま 三温糖 こめ油	みそ
19 (火)	○	沖縄風焼きそば	豚肉 ちきあぎ【小麦・大豆】	玉葱 人参 キャベツ 木くらげ もやし いら	沖縄そば【小麦粉・大豆】こめ油	シママース こしょう 醤油 焼きそばのたれ【大豆・豚肉・小麦・りんご】
		ビーンズサラダ	白いんげん豆 ミックスビーンズ	トマト 胡瓜 パパイア シークワーサー果汁	三温糖 オリーブ油	酢 こしょう
		ごま菓子		レーズン	ごま アーモンド マーガリン コーンフレーク	
		型抜きチーズ	チーズ【乳】			
20 (水)	○	あわごはん			米 マージン	
		ゆし豆腐汁	ゆし豆腐 アーサ			シママース 醤油 粉かつお
		肉じゃが	牛肉	玉葱 人参 木くらげ こんにゃく インゲン	じゃが芋 こめ油 三温糖	料理酒 みりん かつおだし汁
		ほうれん草のごま和え		ほうれん草 キャベツ 人参	ごま 三温糖	醤油 酢
		みかん		みかん		
21 (木)	○	なかよしパン			なかよしパン【小麦・乳・大豆】	
		クリームコーンスープ	鶏肉 牛乳 スキムミルク【乳】 白いんげんペースト 大豆	グリンピース コーン 人参 玉葱 セロリ	じゃが芋 小麦粉 マーガリン こめ油	シママース こしょう ローレル粉 鶏だし骨【たまご】
		さけのベーコン焼き	さけ ベーコン【豚肉】	トマト にんにく	三温糖 オリーブ油	シママース こしょう 白ワイン パシル粉
		フロッコリーソテー	豚肉	フロッコリー	こめ油	醤油 こしょう
22 (金)	○	ヨーグルト	ヨーグルト【乳】			
		青菜炊き込みご飯	ちりめん 油揚げ【大豆】 鶏糸たまご	人参 たけのこ からしな	米 麦 ごま こめ油	醤油 シママース 粉かつお
		きびなごのから揚げ	きびなご		かたくり粉 小麦粉 揚げ油	シママース こしょう
		大根のうっちゃん漬け		大根	三温糖	シママース 酢 うっちゃん
25 (月)	○	杏仁豆腐	豆乳 寒天	みかん缶 パイン缶 ココナッツミルク	グラニュー糖	白ワイン
		麦ごはん			米 麦	
		ハヤシシチュー	牛肉 大豆 白花生ペースト	玉葱 人参 セロリ マッシュルーム トマト にんにく	じゃが芋 こめ油	ケチャップ シママース こしょう ローレル粉 ウスター 豚だし骨
		北海道産男爵コロッケ	コロッケ 【小麦 乳 たまご 牛肉 大豆】揚げ油			
26 (火)	○	海草サラダ	海草 鶏ささみ	胡瓜 大根		焙煎ごまドレッシング 【小麦・大豆・ごま】
		炊き込みごはん	油あげ 鶏肉	人参 ごぼう こんにゃく 切干大根 インゲン	米 麦 こめ油	シママース 醤油 みりん 料理酒 鶏だし骨【たまご】
		いわしのカリカリフライ	いわし		揚げ油	
		キャベツとナッツのサラダ		キャベツ 人参 胡瓜 シークワーサー果汁	アーモンド オリーブ油 三温糖	シママース こしょう
27 (水)	○	みかん		みかん		
		玄米ごはん			米 玄米	
		マーボー大根	豚ひき肉 大豆 豆腐	大根 人参 玉葱 いら 生姜 にんにく	三温糖 ごま油 こめ油 かたくり粉	シママース 醤油 みそ 豆板醤【28品目なし】 豚だし骨
		はるまき	はるまき【えび 小麦 ごま 大豆 鶏肉 豚肉】 揚げ油			
28 (木)	○	もやしの中華和え		人参 もやし 胡瓜 木くらげ	春雨 ごま油 三温糖	醤油 酢 シママース
		黒大豆	黒大豆			
		あみパン			あみパン【小麦・乳・大豆】	
		ポークビーンズ	豚肉 大豆 ひよこ豆 レッドキドニー	人参 玉葱 トマト にんにく	じゃが芋 三温糖 こめ油	シママース こしょう ローレル粉 ケチャップ 赤ワイン
28 (木)	○	魚の香草焼き	ほき チーズパウダー【乳】		オリーブ油 パン粉	シママース こしょう パシル粉
		パパイアサラダ	とりささみ	パパイア 胡瓜 コーン	アーモンド 三温糖	醤油 フレンチドレ【28品目なし】
28 (木)	○	仲良しゼリー	アガー	みかん缶 レモン果汁 オレンジジュース	グラニュー糖	白ワイン

調理料アレルギー表示

※調理料・調理加工品に関して、アレルギー28品目【乳・卵・小麦・ピーナッツ・えび・かに・そば・あわび・いか・いくら・オレンジ・キウイフルーツ・牛肉・くるみ・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン・バナナ・ごま・カシューナッツ・アーモンド】の表示をしています。

◎醤油、薄口醤油（小麦・大豆）◎酢・特濃酢（小麦）◎ウスター（大豆、りんご）④豆腐・豆乳・おから・赤みそ・白みそ・揚げ油（大豆）⑤デミグラソース（小麦・牛肉・豚肉・鶏肉・大豆・ゼラチン）

⑥カレーフレーク（小麦・大豆・牛肉・鶏肉）カレー粉（香辛料のみ28品目なし）⑦マーガリン（乳・大豆）⑧ツナ（大豆）⑨枝豆、もやし（大豆）が原料となります。

※アレルギー表示義務はありませんが、オイスターソースにカキエキスを使用しています。 ※もずく、アーサ、しらす干しにはエビ、イカ、カニの稚魚が混ざっていることがあります。