

日(曜)	1(金)	7(木)	8(金)	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)	18(月)	19(火)
献立	牛乳 委託麦ごはん カツオフライ 五色和え たけのこの味噌汁 こどもの日デザート	牛乳 食パン アジのスパイス焼き ポテトサラダ キャベツと肉団子のスープ りんごジャム	牛乳 委託麦ごはん アユの甘だれかけ(学園) 白身魚の甘だれかけ(こ保) 金平ごぼう 五月汁 パイナップル	牛乳 委託麦ごはん 厚焼き玉子 おひたし じゃがいもの味噌汁 納豆	牛乳 かやくうどん エビの天ぷら ひじきの炒め煮	牛乳 委託白ごはん 厚揚げの肉味噌かけ ごま和え 五目汁 お茶プリン	牛乳 コッペパン スティックハンバーグ トマト トマトケチャップ ウスターソース 上白糖 でん粉	牛乳 委託麦ごはん イワシの梅煮 するっぽ 高野豆腐の味噌汁 青梅ゼリー	牛乳 委託麦ごはん 豚肉の香味焼き 五目きんぴら 郡上味噌汁	牛乳 ソフト麺ツナトマトソース 大豆と小魚の揚げがらめ イタリアンサラダ
献立の材料	普通牛乳 白飯 大麦 カツオフライ 大豆油 だいこん きゅうり にんじん ホールコーン わかめ 淡口醤油 穀物酢 上白糖 和風だしのもと	普通牛乳 食パン アジ しょうが にんにく 濃口醤油 カレー粉 食塩 にんじん じゃがいも ホールコーン きゅうり 卵不使用マヨネーズ	普通牛乳 白飯 大麦 アユのから揚げ(学園) 白身魚のから揚げ(こ保) 大豆油 本みりん 淡口醤油 水 サラダ油 ごぼう にんじん こんにやく 酒 本みりん 上白糖 和風だしのもと 濃口醤油 さやいんげん	普通牛乳 白飯 大麦 厚焼き玉子 エリンギ にんじん こまつな キャベツ 濃口醤油 本みりん かつお節 じゃがいも にんじん たまねぎ 油揚げ えのきたけ ねぎ だしパック 赤味噌 白味噌 納豆 納豆のたれ	普通牛乳 一食用うどん 鶏肉 干ししいたけ たまねぎ えのきたけ かまぼこ にんじん 油揚げ ねぎ 淡口醤油 酒 食塩 だしパック エビの天ぷら 大豆油 ひじき にんじん 鶏肉 酒 こんにやく さやいんげん 中双糖 濃口醤油 和風だしのもと 本みりん サラダ油	普通牛乳 白飯 厚揚げ サラダ油 豚肉 赤味噌 上白糖 しょうが 本みりん 酒 でん粉 こまつな キャベツ もやし にんじん 和風だしのもと 本みりん 濃口醤油 白いりごま 白すりごま 豆腐 にんじん ごぼう だいこん 糸昆布 ねぎ 淡口醤油 濃口醤油 食塩 本みりん だしパック お茶プリン	普通牛乳 コッペパン スティックハンバーグ トマト トマトケチャップ ウスターソース 上白糖 でん粉 ベーコン アサリ 白ワイン たまねぎ にんじん じゃがいも パセリ 小麦粉 バター 牛乳 脱脂粉乳 食塩 白こしょう スープストック サラダ油 ホールコーン キャベツ にんじん さやいんげん スープストック 食塩 白こしょう サラダ油	普通牛乳 白飯 大麦 イワシの梅煮 だいこん にんじん 油揚げ 淡口醤油 三温糖 和風だしのもと 高野豆腐 えのきたけ ごぼう たまねぎ にんじん ねぎ わかめ 赤味噌 白味噌 だしパック 青梅ゼリー	普通牛乳 白飯 大麦 豚肉 ねぎ しょうが にんにく 食塩 濃口醤油 酒 ごぼう にんじん こんにやく さつま揚げ さやいんげん 上白糖 濃口醤油 本みりん 白いりごま サラダ油 油揚げ 豆腐 まいたけ だいこん たまねぎ にんじん ねぎ だしパック 赤味噌 赤味噌	普通牛乳 ソフト麺 オイルツナ にんにく 白ワイン オリーブ油 たまねぎ にんじん トマト トマトピューレ トマトケチャップ ウスターソース スープストック 上白糖 食塩 白こしょう えだまめ さつまいも 大豆 でん粉 大豆油 味付き小魚 中双糖 濃口醤油 本みりん 水 白いりごま 赤ピーマン さやいんげん キャベツ ホールコーン イタリアンドレッシング
揚げ油の回転数	2回目		3回目(廃油)		1回目					2回目
中	食塩 497 kcal 1.4 g	食塩 432 kcal 1.9 g	食塩 442 kcal 1.4 g	食塩 512 kcal 1.8 g	食塩 484 kcal 1.6 g	食塩 520 kcal 1.4 g	食塩 468 kcal 1.9 g	食塩 518 kcal 1.8 g	食塩 494 kcal 1.6 g	食塩 530 kcal 1.8 g
小	食塩 594 kcal 1.8 g	食塩 574 kcal 2.8 g	食塩 546 kcal 1.5 g	食塩 601 kcal 2.2 g	食塩 589 kcal 1.9 g	食塩 609 kcal 1.6 g	食塩 600 kcal 2.9 g	食塩 590 kcal 2.0 g	食塩 594 kcal 2.0 g	食塩 681 kcal 2.2 g
保	食塩 710 kcal 2.1 g	食塩 696 kcal 3.5 g	食塩 635 kcal 1.6 g	食塩 705 kcal 2.6 g	食塩 674 kcal 2.3 g	食塩 711 kcal 1.9 g	食塩 711 kcal 3.5 g	食塩 707 kcal 2.5 g	食塩 707 kcal 2.3 g	食塩 818 kcal 2.7 g

日(曜)	20(水)	21(木)	22(金)	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)
献立	牛乳 委託白ごはん サワラの若草焼き おかか和え 若竹汁 ヨーグルト	牛乳 コッペパン フライドチキン キャベツのソテー ポテトスープ ココア牛乳の素(学園)	牛乳 委託麦ごはん サバの銀紙焼き ウインナー 海藻サラダ メロン	牛乳 委託麦ごはん サバの銀紙焼き 肉じゃが 豆腐の味噌汁	牛乳 とんこつラーメン 春巻き 中華和え 杏仁豆腐	牛乳 委託白ごはん カレイのから揚げ たけのこのご飯の具 すまし汁 オレンジ	牛乳 黒コッペパン 飛騨牛コロケ アスパラサラダ ゴロ野菜のトマトスープ	牛乳 委託麦ごはん 鶏肉のねぎ塩焼き 大豆の磯煮 実だくさん味噌汁
献立の材料	普通牛乳 白飯 サワラ 食塩 白こしょう 酒 卵不使用マヨネーズ 粉末茶 にんじん ホールコーン もやし こまつな 淡口醤油 本みりん かつお節 たけのこ 豆腐 わかめ にんじん 濃口醤油 淡口醤油 食塩 だしパック ヨーグルト	普通牛乳 コッペパン 鶏肉 濃口醤油 しょうが 酒 食塩 黒こしょう でん粉 大豆油 ベーコン キャベツ にんじん 黄ピーマン スープストック 食塩 白こしょう サラダ油 フランクフルト たまねぎ にんじん じゃがいも マッシュルーム 白こしょう スープストック 食塩 パセリ ココア牛乳の素(学園)	普通牛乳 白飯 大麦 牛肉 食塩 白こしょう しょうが にんにく 赤ワイン じゃがいも たまねぎ にんじん たらこ 中ざら糖 濃口醤油 本みりん 和風だしのもと サラダ油 ウインナー 海藻ミックス だいこん さやいんげん ホールコーン 青じそドレッシング メロン	普通牛乳 白飯 大麦 サバの銀紙焼き 豚肉 しょうが サラダ油 酒 たまねぎ にんじん きくらげ はくさい メンマ なると ねぎ とんこつラーメンスープ 白こしょう 豆腐 油揚げ にんじん だいこん しめじ ねぎ 赤味噌 岐福味噌 だしパック	普通牛乳 一食用中華麺 豚肉 にんにく しょうが サラダ油 酒 たまねぎ にんじん きくらげ はくさい メンマ なると ねぎ とんこつラーメンスープ 白こしょう 春巻き 大豆油 もやし きゅうり キャベツ にんじん 白いりごま 濃口醤油 穀物酢 上白糖 ごま油 杏仁豆腐	普通牛乳 白飯 カレイのから揚げ 大豆油 たけのこ 鶏肉 ごぼう 油揚げ にんじん 高野豆腐 濃口醤油 酒 本みりん 中ざら糖 和風だしのもと サラダ油 糸かまぼこ 干ししいたけ だいこん にんじん えのきたけ こまつな わかめ 淡口醤油 食塩 酒 だしパック オレンジ	普通牛乳 黒コッペパン 飛騨牛コロケ 大豆油 アスパラガス にんじん ホールコーン キャベツ 香りごまドレッシング フランクフルト だいこん たまねぎ にんじん ズッキーニ トマト スープストック 食塩 白こしょう	普通牛乳 白飯 大麦 鶏肉 しょうが にんにく ねぎ 淡口醤油 酒 食塩 白いりごま ごま油 大豆 荳わかめ 油揚げ にんじん えだまめ 酒 中ざら糖 本みりん 濃口醤油 和風だしのもと だしパック たまねぎ にんじん ごぼう 絹厚揚げ じゃがいも 豆味噌 赤味噌 煮干し粉 ねぎ
揚げ油の回転数		3回目			4回目(廃油)	1回目	2回目	
中	食塩 517 kcal 1.6 g	食塩 440 kcal 2.0 g	食塩 551 kcal 1.9 g	食塩 536 kcal 1.9 g	食塩 552 kcal 2.0 g	食塩 517 kcal 1.6 g	食塩 387 kcal 1.4 g	食塩 508 kcal 2.2 g
小	食塩 635 kcal 1.5 g	食塩 631 kcal 2.9 g	食塩 632 kcal 2.1 g	食塩 612 kcal 2.1 g	食塩 683 kcal 2.5 g	食塩 610 kcal 1.9 g	食塩 529 kcal 2.1 g	食塩 610 kcal 2.3 g
保	食塩 735 kcal 1.9 g	食塩 763 kcal 3.5 g	食塩 776 kcal 2.5 g	食塩 712 kcal 2.3 g	食塩 778 kcal 2.8 g	食塩 722 kcal 2.1 g	食塩 645 kcal 2.5 g	食塩 728 kcal 2.7 g

※ 毎日使用する材料を表示しました。各ご家庭でご確認ください。
 ※ こども園・保育園は麦ごはんではなく、白ごはんです。
 ※ パンには脱脂粉乳が含まれています。
 ※ 主菜はこども園・保育園40g、1~6年生50g、7~9年生60gを目安に作っています。
 ※ 調味料や加工食品のアレルギーについては、別紙「加工食品等アレルギー食材表」に詳細を表示してあります。
 ※ 調味料にアレルギー食材を含むものもあります。例：濃口醤油・淡口醤油・豆味噌は大豆が含まれます。
 ※ ご不明な点がありましたら、栄養士までご連絡ください。(北方町給食調理場 TEL324-3002)