

日(曜)	7/1(水)	2(木)	3(金)	6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	13(月)	14(火)												
献立	牛乳 白飯 サバの香味焼き ひじきと大豆の煮物 かみなり汁	牛乳 コッペパン タコナゲット ジャーマンポテト キャベツのスープ	牛乳 麦ごはん 鶏肉のから揚げ 切干大根の炒め煮 具だくさん味噌汁 冷凍みかん(学園のみ)	牛乳 麦ごはん さつまいもチップス 豚丼の具 かぼちゃの味噌汁	牛乳 うどん 天の川うどんの汁 豆腐ハンバーグ 煮びたし 七夕デザート	牛乳 白飯 鶏肉のねぎ塩焼き なすの味噌炒め 冬瓜汁	牛乳 コッペパン アジフライ ラタトゥイユ ポテトスープ ヨーグルト(学園のみ)	牛乳 麦ごはん アユの香味だれ(学園) ホキの香味だれ(こ保) 沢あざみのきんぴら こも豆腐のすまし汁	牛乳 麦ごはん イワシの生姜煮 かぼちゃのそぼろ煮 岐福味噌汁	牛乳 中華麺 スタミナラーメンスープ 揚げギョウザ ピーマンの中華炒め 野菜ゼリー(学園のみ)												
献立の材料	普通牛乳 精白米 サバ ねぎ 生姜 にんにく 食塩 濃口醤油 日本酒 白ごま ごま油 ひじき にんじん 大豆 鶏肉 さやいんげん 干し椎茸 サラダ油 中双糖 濃口醤油 和風だしのもと 本みりん 日本酒 豆腐 にんじん 大根 ねぎ こんにやく 糸昆布 油揚げ 淡口醤油 食塩 だしパック	普通牛乳 コッペパン タコナゲット 大豆油 ベーコン 日本酒 じゃがいも 玉ねぎ 食塩 白こしょう スープストック パセリ サラダ油 キャベツ にんじん 玉ねぎ ズッキーニ しめじ カットフランク スープストック 鶏がらスープ 食塩 白こしょう	普通牛乳 精白米 大麦 鶏肉 濃口醤油 生姜 日本酒 でん粉 大豆油 切干大根 オイルツナ にんじん 濃口醤油 上白糖 日本酒 本みりん サラダ油 干し椎茸 和風だしのもと にんじん 大根 こんにやく 玉ねぎ アサリ 日本酒 油揚げ ねぎ わかめ 豆味噌 赤味噌 だしパック 冷凍みかん	普通牛乳 精白米 大麦 さつまいも 大豆油 食塩 サラダ油 豚肉 生姜 ごぼう にんじん 玉ねぎ 糸こんにやく 中双糖 濃口醤油 本みりん 日本酒 でん粉 かぼちゃ 玉ねぎ にんじん 油揚げ えのきたけ ねぎ だしパック 赤味噌 白味噌	普通牛乳 一食用うどん 鶏肉 干し椎茸 玉ねぎ えのきたけ 星かまぼこ にんじん 油揚げ オクラ 淡口醤油 日本酒 食塩 だしパック 豆腐ハンバーグ 小松菜 キャベツ にんじん 本みりん 濃口醤油 かつお節 七タデザート	普通牛乳 精白米 アジフライ 大豆油 ベーコン トマト 玉ねぎ かぼちゃ なす ズッキーニ 赤ピーマン セロリ にんにく オリーブ油 スープストック 食塩 白こしょう 鶏肉 白ワイン 玉ねぎ にんじん じゃがいも マッシュルーム 枝豆 白こしょう スープストック 食塩 ヨーグルト 冬瓜 にんじん 干し椎茸 豆腐 ねぎ だしパック 濃口醤油 淡口醤油 食塩 日本酒 でん粉	普通牛乳 コッペパン アジフライ 大豆油 ベーコン トマト 玉ねぎ かぼちゃ なす ズッキーニ 赤ピーマン セロリ にんにく オリーブ油 スープストック 食塩 白こしょう 鶏肉 白ワイン 玉ねぎ にんじん じゃがいも マッシュルーム 枝豆 白こしょう スープストック 食塩 ヨーグルト	普通牛乳 精白米 大麦 アユでん粉付き(学園) ホキでん粉付き(こ保) 大豆油 しそ 生姜 三温糖 穀物酢 本みりん 日本酒 淡口醤油 水 ごぼう にんじん こんにやく 沢あざみ さやいんげん 白ごま 上白糖 濃口醤油 本みりん 和風だしのもと サラダ油 こも豆腐 まいたけ にんじん 大根 えのきたけ わかめ ほうれんそう 淡口醤油 食塩 本みりん だしパック	普通牛乳 精白米 大麦 イワシの生姜煮 かぼちゃ 鶏肉 生姜 中双糖 濃口醤油 和風だしのもと 本みりん セロリ にんにく オリーブ油 スープストック 食塩 白こしょう なす にんじん 玉ねぎ えのきたけ アサリ 日本酒 油揚げ わかめ ねぎ だしパック 岐福味噌	普通牛乳 一食用中華麺 豚肉 にんにく 生姜 サラダ油 玉ねぎ にんじん きくらげ キャベツ メンマ なると 鶏がらスープ 醤油ラーメンスープ 豆板醤 白こしょう ギョウザ 大豆油 サラダ油 ごぼう にんじん 青ピーマン 黄ピーマン 日本酒 本みりん 上白糖 中華だし 濃口醤油 オイスターソース 野菜ゼリー												
こ保	食塩	478 kcal	1.5 g	372 kcal	1.7 g	510 kcal	1.9 g	472 kcal	1.0 g	469 kcal	1.6 g	510 kcal	1.4 g	411 kcal	2.3 g	425 kcal	1.4 g	504 kcal	1.7 g	413 kcal	1.5 g	
小	食塩	585 kcal	1.8 g	550 kcal	2.6 g	649 kcal	2.0 g	570 kcal	1.3 g	549 kcal	1.8 g	600 kcal	1.7 g	593 kcal	2.9 g	527 kcal	1.5 g	583 kcal	2.0 g	580 kcal	1.9 g	
中	食塩	688 kcal	2.2 g	652 kcal	3.3 g	772 kcal	2.5 g	680 kcal	1.6 g	659 kcal	2.4 g	685 kcal	1.8 g	718 kcal	3.7 g	619 kcal	1.7 g	682 kcal	2.2 g	665 kcal	2.2 g	
日(曜)	15(水)	16(木)	17(金)	8/27(木)	28(金)	31(月)																
献立	牛乳 白飯 とんてき 付け合わせ 僧兵汁	牛乳 食パン 白身魚フライ ゆでとうもろこし ミネストローネ アプリコットジャム	牛乳 救給カレー オムレツ ジュリエンスープ	牛乳 バーガーパン ハンバーグ 枝豆の塩ゆで トマトスープ スクールヨーグルト(学園のみ)	牛乳 麦ごはん アジのスパイス焼き 煮びたし なすの味噌汁	牛乳 麦ごはん 春巻き ホイコーロー 中華スープ																
献立の材料	普通牛乳 精白米 豚肉 食塩 白こしょう 日本酒 生姜 にんにく トマトケチャップ ウスターソース 濃口醤油 上白糖 水 でん粉 キャベツ にんじん さやいんげん かんきつドレッシング 豚肉 大根 にんじん ごぼう しめじ こんにやく えのきたけ 豆腐 ねぎ にんにく 赤味噌 白味噌 だしパック	普通牛乳 食パン 白身魚フライ 大豆油 とうもろこし オリーブ油 ベーコン にんにく 白ワイン じゃがいも 玉ねぎ キャベツ にんじん トマト トマトケチャップ トマトピューレ スープストック 食塩 白こしょう パセリ ローレル アプリコットジャム	普通牛乳 救給カレー オムレツ ハム にんじん 玉ねぎ セロリ 大根 スープストック 食塩 白こしょう パセリ	普通牛乳 バーガーパン ハンバーグ 濃口醤油 本みりん 上白糖 でん粉 水 枝豆 鶏肉 にんにく 赤ワイン じゃがいも 玉ねぎ キャベツ にんじん トマト スープストック 食塩 白こしょう オリーブ油 パセリ ローレル スクールヨーグルト	普通牛乳 精白米 大麦 アジ 日本酒 生姜 にんにく 濃口醤油 カレー粉 食塩 えのきたけ にんじん 小松菜 キャベツ 濃口醤油 本みりん かつお節 なす にんじん 玉ねぎ えのきたけ 豆腐 ねぎ 油揚げ だしパック 赤味噌	普通牛乳 精白米 大麦 春巻き 大豆油 サラダ油 生姜 豚肉 にんじん キャベツ ピーマン ねぎ 日本酒 上白糖 中華スープ 豆味噌 濃口醤油 でん粉 焼豚 日本酒 春雨 たけのこ 玉ねぎ 白菜 えのきたけ なると チンゲン菜 中華スープ 濃口醤油 食塩 白こしょう 鶏がらスープ																
こ保	食塩	497 kcal	1.6 g	426 kcal	1.6 g	444 kcal	2.1 g	410 kcal	1.6 g	434 kcal	1.6 g	537 kcal	1.5 g									
小	食塩	610 kcal	1.9 g	550 kcal	2.2 g	622 kcal	2.9 g	594 kcal	2.3 g	516 kcal	1.9 g	615 kcal	1.9 g									
中	食塩	719 kcal	2.4 g	710 kcal	2.9 g	654 kcal	3.2 g	743 kcal	3.1 g	619 kcal	2.4 g	750 kcal	2.1 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ゲンについては、別紙「加工食品等アレルゲン食料表」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）