

日	曜日	おもな食材		食品のグループ(主なはたらき)						校種	エネルギー Kcal	たんぱく質 g	アレルギー表示 特定原材料7品目 特定原材料に準じる物21品目		
		献立名 主食	主菜・副菜	体をつくる			体の調子を整える							エネルギーになる	
				1群	2群	3群	4群	5群	6群						
2	水	①ご飯	②チキンカレー ③フルーツポンチ	②とりにく	①牛乳	②にんじん	②たまねぎ ②りんご ②えだまめ ③みかん ③もも ③パイナップル	①こめ ②じゃがいも	②あぶら	小	687	24.0	〈チキンカレー〉 小麦,大豆,鶏肉,りんご 〈フルーツポンチ〉 もも		
3	木	①黒糖パン (小さめ)	②スパゲッティナポリタン ③ほうれん草オムレツ	②ベーコン ③オムレツ	①牛乳	②にんじん ②あおピーマン ②トマト	②たまねぎ ②マッシュルーム	①パン ②スパゲッティ ②さとう	②あぶら	小	625	22.9	〈スパゲッティナポリタン〉 小麦,『乳』,大豆,鶏肉,豚肉 〈ほうれん草オムレツ〉 卵,大豆		
4	金	①麦ご飯	②親子丼の具 ③きゅうりとわかめの酢の物	②とりにく ②たまご	③わかめ	②にんじん	②たまねぎ ②しいたけ ③きゅうり ③もやし	①こめ ①むぎ ②でんぷん ②さとう	②あぶら	小	634	24.6	〈親子丼の具〉 小麦,卵,大豆,鶏肉 〈きゅうりとわかめの酢の物〉 小麦,大豆		
7	月	①ご飯	②春雨スープ ③豚キムチ丼の具	③ぶたにく	①牛乳	②チンゲンサイ ②③にんじん ③にら	②さくらげ ②キャベツ ②③たまねぎ ③はくさいキムチ	①こめ ②はるさめ ②でんぷん ③さとう	②ごまあぶら ③あぶら ③ごま	小	600	24.5	〈春雨スープ〉 小麦,大豆,鶏肉,ごま 〈豚キムチ丼の具〉 小麦,大豆,豚肉,ごま		
8	火	①かぼちゃパン	②ミネストローネ ③ごぼうとれんこんのチップス ④ジョア(ストロベリー)	②ベーコン ②だいず ②ミックスビーンズ	④ジョア	①かぼちゃ ②にんじん ②トマト ②パセリ	②たまねぎ ②キャベツ ③ごぼう ③れんこん	①パン ③こむぎ ③でんぷん ③さとう	③あぶら ③ごま	小	660	26.4	〈ミネストローネ〉 小麦,『乳』,大豆,鶏肉,豚肉 〈チップス〉小麦,大豆,ごま 〈ジョア〉乳		
9	水	①九州の恵みご飯	②さつまいものみそ汁 ③いわしの甘露煮	②うすあげ ③いわし	①牛乳	②にんじん	②だいこん ②ねぎ	①こめ ①ざつこ ②さつまいも		小	640	26.8	〈九州の恵みご飯〉大豆 〈さつまいものみそ汁〉 小麦,大豆 〈いわしの甘露煮〉小麦,大豆		
10	木	①コッペパン	②ポークビーンズ ③ひじきとナッツのサラダ	②ぶたにく ②だいず	②牛乳 ②なまクリーム ②スキムミルク ③ひじき	②トマト ②③にんじん ②パセリ	②たまねぎ ②マッシュルーム ③きゅうり ③りんご ③とうもろこし	①パン ②じゃがいも ③はちみつ	②③あぶら ③アーモンド	小	631	30.1	〈ポークビーンズ〉 小麦,乳,大豆,鶏肉,豚肉 〈ひじきとナッツのサラダ〉 小麦,大豆,りんご,アーモンド		
11	金	①麦ご飯	②麻婆丼の具 ③大豆もやしと人参のナムル	②ぶたミンチ ②とうふ	①牛乳	②③にんじん ③にら	②たまねぎ ②だいこん ③だいず ③もやし ③とうもろこし	①こめ ①むぎ ②でんぷん ②さとう	②③ごまあぶら	小	639	26.6	〈麻婆丼の具〉 小麦,大豆,豚肉,ごま 〈大豆もやしと人参のナムル〉 小麦,大豆,ごま		
14	月	①ご飯	②沢煮焼 ③豚みそ	②ベーコン ③ぶたにく	①牛乳 ②こんぶ	②にんじん ②ねぎ ②みつば ③にら	②しいたけ ②だいこん ②だけ ②えのきたけ ③ごぼう	①こめ ③くるさとう ③あぶら	②ごまあぶら ③あぶら	小	630	26.8	〈沢煮焼〉 小麦,大豆,豚肉,ごま 〈豚みそ〉 小麦,大豆,豚肉		
15	火	①バーガー用パン	②野菜カレースープ ③魚フライ ④ゆでキャベツ ⑤タルタルソース	②ワインナー ②だいず ③さかなフライ	①牛乳	②にんじん	②たまねぎ ②だいこん ③とうもろこし ②えだまめ ④キャベツ	①パン ②じゃがいも ⑤タルタルソース	②③あぶら	小	633	25.2	〈野菜カレースープ〉 小麦,『乳』,牛肉,大豆,鶏肉,豚肉 〈魚フライ〉小麦,大豆 〈タルタルソース〉大豆,りんご		
16	水	①麦ご飯	②鶏飯スープ ③鶏飯の具 ④さざみり ⑤ヨーグルト	③とりにく ③たまご	①牛乳 ④のり ⑤ヨーグルト	②こねぎ ③にんじん ③ほうれん草	③パパイア ③しいたけ	①こめ ①むぎ ③さとう	③あぶら	小	625	21.9	〈鶏飯スープ〉小麦,大豆,鶏肉 〈鶏飯の具〉 小麦,卵,大豆,鶏肉 〈ヨーグルト〉乳		
17	木	①バターパン	②ビーンズスープ ③ポークチャップ ④みかん果汁	②ワインナー ②ガルパソ ③ぶたにく	①牛乳	②にんじん ②ブロック ③あおピーマン	③とうもろこし ②えだまめ ③たまねぎ ③しめじ	①パン ②じゃがいも ③こむぎ ③さとう	③あぶら	小	682	29.9	〈ビーンズスープ〉 小麦,『乳』,牛肉,大豆,鶏肉,豚肉 〈ポークチャップ〉 小麦,大豆,豚肉		
18	金	①麦ご飯	②じゃがいもとわかめのみそ汁 ③ぶりの照り焼き ④黒糖ビーンズ	②うすあげ ③ぶり ④だいず	①牛乳 ②わかめ	②にんじん	②だいこん ②もやし ②ねぎ	①こめ ①むぎ ②じゃがいも ③さとう		小	692	31.2	〈じゃがいもとわかめのみそ汁〉 小麦,大豆 〈ぶりの照り焼き〉小麦,大豆 〈黒糖ビーンズ〉大豆		
23	水	①麦ご飯	②もやしと揚げのみそ汁 ③豚肉のしょうが炒め	②あつあげ ③ぶたにく	①牛乳	②ほうれん草 ②③にんじん	②だいこん ②もやし ③キャベツ ③たまねぎ	①こめ ①むぎ ②じゃがいも ③さとう	③あぶら	小	610	26.6	〈もやしと揚げのみそ汁〉 小麦,大豆 〈豚肉のしょうが炒め〉 小麦,大豆,豚肉		
幼稚園ごはんの日			②オニオンスープ	②ベーコン ③ぶたミンチ ③ガルパソ	①牛乳	②パセリ ②③にんじん ③トマト	②えのきたけ ②しめじ ③たまねぎ ③グリーンピース ④もも	①パン ②じゃがいも	③あぶら	小	656	28.6	〈ナン〉小麦,大豆 〈スープ〉小麦,『乳』,大豆,鶏肉,豚肉 〈カレー〉小麦,大豆,豚肉 〈フロースン様〉もも		
24	木	①ナン	③トマトドライカレー ④フロースン様	②あさり ②とうふ ③とりにく ③たまご	①牛乳 ②わかめ	②③にんじん ③ほうれん草	②たまねぎ ②しいたけ ②えのきたけ ③ねぎ ③ごぼう	①こめ ③さとう	③あぶら	小	624	27.4	〈あさりとわかめのみそ汁〉 小麦,大豆 〈三色ご飯の具〉 小麦,卵,大豆,鶏肉,ゼラチン 〈豆腐とごぼうのみそ汁〉 小麦,大豆 〈かんばちの南蛮漬〉 小麦,大豆		
25	金	①ご飯	②あさりとわかめのみそ汁 ③三色ご飯の具	②あさり ②とうふ ③とりにく ③たまご	①牛乳 ②わかめ	②③にんじん ③あおピーマン	②たまねぎ ②しいたけ ②えのきたけ ③ねぎ ③ごぼう	①こめ ③でんぷん ③さとう	③あぶら	小	619	25.8	〈あさりとわかめのみそ汁〉 小麦,大豆 〈三色ご飯の具〉 小麦,卵,大豆,鶏肉,ゼラチン 〈豆腐とごぼうのみそ汁〉 小麦,大豆 〈かんばちの南蛮漬〉 小麦,大豆		
28	月	①ご飯	②豆腐とごぼうのみそ汁 ③かんばちの南蛮漬	②とうふ ③かんばち	①牛乳 ②わかめ	②③にんじん ③あおピーマン	②だいこん ③ごぼう ③たまねぎ	①こめ ③でんぷん ③さとう	③あぶら	小	812	33.9	〈豆腐とごぼうのみそ汁〉 小麦,大豆 〈かんばちの南蛮漬〉 小麦,大豆		
29	火	①コッペパン	②ビーフストロガノフ ③海藻サラダ	②ぎゅうにく	①牛乳 ③かいそう	②にんじん ②トマト	②マッシュルーム ②グリーンピース ②たまねぎ ③だいこん ③キャベツ ③えだまめ	①パン ②じゃがいも ③ごまあぶら ③さとう	②あぶら ③ごまあぶら	小	689	31.3	〈ビーフストロガノフ〉 小麦,牛肉 〈海藻サラダ〉 小麦,大豆,ごま		
幼稚園ごはんの日			②じゃがいものそぼろ煮	②ぶたミンチ ②さつまいも ②あつあげ	①牛乳	②いんげん ②③にんじん ③ほうれん草	②たまねぎ ②だけ ②しらたき ③もやし	①こめ ②じゃがいも ②でんぷん ②さとう	②あぶら ③アーモンド	小	650	25.0	〈じゃがいものそぼろ煮〉 小麦,大豆,豚肉 〈ほうれん草のアーモンドあえ〉 小麦,大豆,アーモンド		
30	水	①ゆかりご飯	③ほうれん草のアーモンドあえ	②ぶたミンチ ②さつまいも ②あつあげ	①牛乳	②いんげん ②③にんじん ③ほうれん草	②たまねぎ ②だけ ②しらたき ③もやし	①こめ ②じゃがいも ②でんぷん ②さとう	②あぶら ③アーモンド	小	852	32.0	〈じゃがいものそぼろ煮〉 小麦,大豆,豚肉 〈ほうれん草のアーモンドあえ〉 小麦,大豆,アーモンド		

※都合により、食品が替わることがあります。牛乳は、毎日つきます。

◎ 特定原材料…食物アレルギーを引き起こすことが明らかになった食品のうち、症例が多いものや症状が重篤なものの7品目を特定原材料としています。
卵、乳、小麦、そば、落花生、えび、かに

○ 特定原材料に準ずるもの…あわび、いか、いくら、オレンジ、キウイ、牛肉、くるみ、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、ごま、カシューナッツ、アーモンド

- パンは、小麦、乳を含みます。
 - しょうゆは、小麦と大豆を含みます。
 - アレルギー原材料欄の『乳』は、コンソメ由来のみの場合です。
- (アレルギー表示特定原材料7品目の欄には記載しておりません)