

・本校で特別食対応をしている食品に★がついています。

・仕入れの都合等で、食材や献立が変更になることがあります。

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	I類 - たんぱく質 脂質 食塩相当量
2月	低温殺菌牛乳	★低温殺菌牛乳			661 kcal
	ご飯		無洗米		28.3 g
	ホイコーロー	★豚肉、みそ	でん粉、ひまわり油	根しょうが、キャベツ、たけのこ水煮、にんじん、ピーマン	20.2 g
	春雨サラダ	★無添加ハム	緑豆はるさめ、ごま油、上白糖	もやし、きゅうり	3.3 g
3火	中華スープ	木綿豆腐		こまつな、★きくらげ	
	低温殺菌牛乳	★低温殺菌牛乳			710 kcal
	鮭ずし	塩ざけ、★たまご、刻みのり	無洗米、上白糖、白ごま、ひまわり油	きゅうり、根しょうが	25.6 g
	野菜のそぼろあん	★鶏肉	さといも、三温糖、ごま油、上白糖、でん粉	だいこん、にんじん、さやえんどう	18.2 g
4水	すまし汁	★はんぺん、生わかめ		切りみつば	3.2 g
	桃ゼリー	粉寒天	上白糖	★黄桃缶、★桃ジュース	
	低温殺菌牛乳	★低温殺菌牛乳			654 kcal
	ナンピザ	ツナ、★ピザチーズ	★ナン、マヨネーズタイプ調味料、オリーブ油	にんにく、玉葱、ピーマン、★マッシュルーム水煮	25.5 g
5木	海藻サラダ	芽ひじき、生わかめ	ひまわり油、ごま油、上白糖	きゅうり、もやし、こまつな、根しょうが	27.0 g
	米粉のコンソープ	★無添加ベーコン、★牛乳	ひまわり油、米粉	玉葱、にんじん、ホールコーン、クリームコーン、パセリ	3.3 g
	果物 (いちご)			★いちご	
	低温殺菌牛乳	★低温殺菌牛乳			A 665 kcal B 728 kcal
6金	ご飯		無洗米		29.1 g
	セレクトA 鯖のみそ煮	【セレクト給食(A/B) 事前に選んだ方の料理を盛付けて食べます】 まさば、みそ	上白糖	根しょうが	22.1 g
	セレクトB 鯖の竜田揚げ	まさば	でんぷん、米粉、★大豆油 (揚げ油)	根しょうが	2.9 g
	ゴマ入りお浸し		白ごま	こまつな、もやし	2.4 g
6金	五目ひじき	芽ひじき、大豆(国産、乾)、油揚げ	しらたき、ひまわり油、三温糖	にんじん、ごぼう	
	みそ汁	みそ	さといも	★なめこ、長ねぎ	
	低温殺菌牛乳	★低温殺菌牛乳			641 kcal
	あんかけ焼きそば	★豚肉、★イカ、★えび	★中華めん、ひまわり油、上白糖、でん粉、ごま油	にんじん、たけのこ水煮、★きくらげ、★干し椎茸、長ねぎ、はくさい、チンゲン菜、根しょうが、にんにく	28.4 g
9月	ナムル		ごま油、白ごま	だいずもやし、にんじん、ほうれんそう、にんにく	20.9 g
	中華スープ	木綿豆腐、生わかめ		長ねぎ	3.5 g
	フルーツかん	粉寒天	上白糖	★りんごジュース、★パイナップル缶、★白桃缶、★みかん缶	
	低温殺菌牛乳	★低温殺菌牛乳			756 kcal
9月	ボークカレーライス	【リクエストメニュー】 主食部門1位 カレーライス	★豚肉、★低脂肪乳	無洗米、じゃがいも、ひまわり油、★有塩バター、★薄力粉	玉葱、セロリ、にんじん、にんにく、根しょうが、★トマトピューレ、★りんご、★干しぶどう
	カリカリじゃこサラダ	★ちりめんじゃこ	★大豆油 (揚げ油)、白ごま、ひまわり油、ごま油、上白糖	きゅうり、キャベツ、だいこん、にんじん、根しょうが	30.7 g
	野菜スープ	★無添加ベーコン		玉葱、ほうれんそう	23.7 g
	果物 (デコボン)			★デコボン	3.6 g
10火	低温殺菌牛乳	★低温殺菌牛乳			668 kcal
	ご飯		無洗米		29.9 g
	家常豆腐	★豚肉、生揚げ	ひまわり油、上白糖、でん粉、ごま油	根しょうが、にんにく、★干し椎茸、にんじん、たけのこ水煮、長ねぎ、チンゲンツァイ	22.2 g
	ささみの中華サラダ	★鶏肉	ごま油、上白糖	もやし、きゅうり、にんじん	2.6 g
11水	中華スープ		緑豆はるさめ	★きくらげ、はくさい	
	低温殺菌牛乳	★低温殺菌牛乳			640 kcal
	黒砂糖パン		★黒砂糖パン		28.3 g
	スペインオムレツ	★たまご、★牛乳、★パルメザンチーズ、★無添加ハム	じゃがいも、ひまわり油	玉葱、にんじん、にんにく、ブロッコリー	24.9 g
12木	オニオンドレッシングサラダ	大豆(国産、乾)	上白糖、ひまわり油	ほうれんそう、キャベツ、きゅうり、ホールコーン、玉葱	3.3 g
	角切り野菜のスープ	★無添加ベーコン		セロリ、玉葱、にんじん、かぶ、かぶ(葉)	
	低温殺菌牛乳	★低温殺菌牛乳			727 kcal
	ご飯		無洗米		33.6 g
13金	魚と野菜のチーズ焼き	メルルーサ、★ピザチーズ	ひまわり油、★有塩バター	玉葱、にんじん、★しめじ	21.4 g
	アーモンド和え		三温糖、★アーモンド	こまつな、もやし	2.9 g
	肉じゃが	★豚肉	じゃがいも、しらたき、ひまわり油、三温糖	にんじん、玉葱、グリーンピース(冷凍)	
	みそ汁	みそ、油揚げ		だいこん	
17火	低温殺菌牛乳	★低温殺菌牛乳			765 kcal
	チキンクリームスパゲティ	★鶏肉、★牛乳、★生クリーム、★粉チーズ、★無添加ベーコン	★スパゲティ、★有塩バター、ひまわり油、★薄力粉	玉葱、★しめじ、★マッシュルーム水煮、こまつな	30.9 g
	コールスローサラダ		ひまわり油、三温糖	キャベツ、にんじん、きゅうり	25.6 g
	野菜スープ			にんじん、玉葱、セロリ、パセリ	2.6 g
18水	アロエグレープかん	粉寒天	上白糖	★ぶどうジュース、★アロエ缶詰	
	低温殺菌牛乳	★低温殺菌牛乳			705 kcal
	ジャンバラヤ	★鶏肉、★ウィンナー、大豆(国産、乾)	無洗米、ひまわり油	にんにく、玉葱、セロリ、ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン	25.5 g
	グリーンサラダ		ひまわり油、上白糖	キャベツ、こまつな、きゅうり、玉葱、ホールコーン、にんにく	26.1 g
19木	トマトスープ	【リクエストメニュー】デザート部門1位 プリン	上白糖、ひまわり油	にんじん、玉葱、セロリ、かぶ、かぶ(葉)、★ホールトマト缶	2.7 g
	プリン	★牛乳、★たまご、★生クリーム	上白糖	★いちご	
	低温殺菌牛乳	★低温殺菌牛乳			685 kcal
	ご飯		無洗米		28.9 g
19木	鶏肉の唐揚げ		★鶏肉	根しょうが、にんにく	22.2 g
	きんぴら		米粉、★大豆油 (揚げ油)	ごぼう、にんじん	2.4 g
	ポテトサラダ	【リクエストメニュー】主菜部門1位 鶏肉の唐揚げ おかず部門1位 ポテトサラダ	糸こんにゃく、ごま油、三温糖	キャベツ、玉葱、にんじん	
	みそ汁	みそ、生揚げ	じゃがいも、マヨネーズタイプ調味料、上白糖	こまつな	
23月	低温殺菌牛乳	★低温殺菌牛乳			665 kcal
	胚芽パン		★胚芽パン		34.2 g
	ポークビーンズ	★無添加ベーコン、★豚肉、白いんげんまめ(乾)	ひまわり油	にんにく、玉葱、にんじん、★ホールトマト缶、パセリ	23.1 g
	おかがサラダ	かつお節 (おかが)	白ごま、上白糖、ひまわり油	こまつな、もやし、きゅうり、にんじん	3.2 g
23月	千切り野菜スープ	★無添加ベーコン	じゃがいも	玉葱、にんじん、セロリ	
	低温殺菌牛乳	★低温殺菌牛乳			703 kcal
	親子丼	★鶏肉、★たまご、刻みのり	無洗米、三温糖	玉葱、★生しいたけ、糸みつば	32.1 g
	野菜のごま酢あえ		白ごま、白練りゴマ、上白糖	キャベツ、もやし、きゅうり、★えのきたけ	20.6 g
23月	豚汁	みそ、★豚肉	板こんにゃく、ひまわり油、じゃがいも	だいこん、にんじん、ごぼう、長ねぎ	2.9 g
	果物 (清見オレンジ)			★清見オレンジ	
	低温殺菌牛乳	★低温殺菌牛乳			696 kcal
	赤飯	あずき(乾)	無洗米、もち米、黒ごま		32.1 g
23月	魚の照り焼き	ぶり	ひまわり油、三温糖		23.7 g
	海苔和え	刻みのり		こまつな、キャベツ、★えのきたけ、にんじん	2.7 g
	高野豆腐と野菜の煮物	凍り豆腐	さといも、三温糖	にんじん、★干し椎茸、れんこん、グリーンピース(冷凍)	
	かきたま汁	★たまご、生わかめ	でん粉	長ねぎ	

※アレルギー食品には記号を表示しています