

日 曜	こんだて名	使っている食品
1 火	ごはん	米
	枝豆入り厚焼卵	鶏卵、枝豆、砂糖、食酢、しょうゆ、発酵調味料、食塩、かつおだし、こんぶだし、植物油、加工でん粉、調味料(アミノ酸等)
	じゃが豚キムチ	豚肉、砂糖、酒、しょうゆ、サラダ油、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、白菜キムチ※1、糸こんにゃく、グリーンピース、みりん、しょうゆ ※1 白菜キムチ…白菜、大根、唐辛子、にんにく、人参、長ねぎ、生姜、食塩、砂糖、昆布、酵母エキス
	なめこけんちん汁	ごぼう、にんじん、大根、なめこ、油揚げ、豆腐、ねぎ、大根葉、だしパック※2、しょうゆ ※2 だしパック…さば節、いわし節、かつお節、かつお・まぐろエキス、むろ節、そうだかつお節、酵母エキス
	梨	梨
2 水	背割リコッペパン	県産小麦粉(銀河のちから、ゆきちから)、食塩、砂糖、ショートニング、脱脂粉乳、イースト
	白身魚のバジルフライ	ホキ、ナチュラルチーズ、バジルペースト、でん粉、小麦たん白、食塩、香辛料、衣(パン粉、バター粉)、原材料の一部に大豆を含む、大豆白絞油
	トマトソーススパゲティ	カットスパゲティ、にんにく、あさり、ベーコン※3、にんじん、玉葱、マッシュルーム、オリーブ油、ベシットマト※4、ケチャップ※5、こしょう、パセリ ※3 ベーコン…豚かた肉、食塩、砂糖、香辛料(ナツメグ、コリアンダー、カルダモン、オールスパイス) ※4 ベシットマト…トマト、玉葱、大豆油、にんにく、食塩、香辛料、クエン酸、塩化カルシウム ※5 ケチャップ…トマト、砂糖、ぶどう糖果糖液糖、ぶどう糖、醸造酢、食塩、玉ねぎ、香辛料
	野菜スープ	にんじん、鶏肉、たまねぎ、白菜、コーン、ガラスープチキン※6、しょうゆ、コンソメ※7、こしょう、チンゲンサイ ※6 ガラスープチキン…チキンエキス、チキンオイル、たん白加水分解物、香味油、ネギエキス、香辛料、調味料(アミノ酸等)、原材料の一部に豚、ゼラチン、大豆、小麦、ごまを含む ※7 コンソメ…食塩、デキストリン、砂糖、たん白加水分解物、食用植物油、野菜エキスパウダー(玉ねぎ、にんじん)、ビーフエキスパウダー、香辛料、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、香料、原材料の一部に大豆を含む
	ごはん	米
3 木	れんこんメンチカツ	豚肉、れんこん、鶏肉、玉ねぎ、粒状大豆蛋白、ごぼう、にんじん、砂糖、食塩、こしょう、パン粉、馬鈴薯澱粉、小麦粉、大豆蛋白、とうもろこし澱粉、菜種油脂、大豆白絞油
	ゆかりあえ	キャベツ、大根、きゅうり、しらす干し、ゆかり【赤しそ、梅酢、砂糖、食塩、酵母エキス、酸味料】、しょうゆ、ごま
	さつまいものみそ汁	豚肉、ごぼう、にんじん、白菜、さつまいも、油揚げ、またけ、ねぎ、みそ、酒、だしパック※2
	ごはん	米
4 金	さばの味噌煮	さば、タレ【みそ、砂糖、発酵調味料、でん粉】
	のりあえ	ほうれん草、もやし、にんじん、ごま、のり、糸かまぼこ【魚肉(たら)、魚介エキス(昆布エキス、かつお節エキス)、でん粉(米)、みりん、食塩、酵母エキス、加工澱粉(タピオカ)】、しょうゆ
	せんべい汁	鶏肉、酒、ごぼう、大根、にんじん、ぶなしめじ、だしパック※2、しょうゆ、かやきせんべい【南部小麦粉、食塩、膨張剤】
	ごはん	米
7 月	米粉パン粉の鮭フライ	鮭、米粉、小麦粉、でん粉、植物性油脂(菜種由来)、食塩、大豆粉、グアガム、大豆白絞油
	すき昆布煮	昆布、にんじん、ちくわ【スケウタラ、イトヨリダイ、醸造みりん、加工澱粉、砂糖、魚介エキス(魚骨(イトヨリダイ)、食塩、還元澱粉糖化物・酵母エキス、酒粕・安定剤(キサンタンガム)】、食塩、調味料(アミノ酸)】、油揚げ、しらす干し、糸こんにゃく、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、サラダ油
	沢煮椀	豚肉、ごぼう、にんじん、大根、たけのこ、ねぎ、だしパック※2、酒、しょうゆ、塩
8 火	ごはん	米
	鶏肉の塩麴焼き	鶏肉、塩麴、にんにく、しょうゆ、みりん
	なめたけあえ	ほうれん草、もやし、にんじん、なめ茸※8、しょうゆ ※8 なめ茸…えのきたけ、しょうゆ、糖類(ぶどう糖、砂糖、異性化液糖)、調味料(アミノ酸等)、食塩、本みりん、増粘多糖類、酸味料
	ひき菜汁	にんじん、大根、里芋、油揚げ、ねぎ、だしパック※2、みそ
9 水	りんごパン	県産小麦粉(銀河のちから、ゆきちから)、食塩、砂糖、ショートニング、脱脂粉乳、イースト、マーガリン、ドライアップル(りんご、砂糖、クエン酸、水)
	パンプキンアンサンブルエッグ	鶏卵、かぼちゃ、かつおだし、鶏肉、でん粉、植物油(米、ひまわり)、砂糖、食酢、しょうゆ、食塩、酵母エキス、みりん、原材料の一部に小麦、りんご、大豆を含む
	海藻サラダ	わかめ、こんにゃく寒天【寒天、こんにゃく粉、増粘多糖類】、キャベツ、にんじん、ブロッコリー、砂糖、しょうゆ、ごま油
	さつまいもシチュー	鶏肉、こしょう、サラダ油、たまねぎ、にんじん、さつまいも、ぶなしめじ、北海道シチューフレーク※9、牛乳、パセリ ※9 北海道シチューフレーク…豚脂、小麦粉、脱脂粉乳、砂糖、食塩、でんぷん、クレーミングパウダー、ナチュラルチーズ、生クリーム、チーズ加工品、オニオンパウダー、ポークエキス、酵母エキス、香辛料、濃縮生クリーム、デキストリン、玉ねぎ加工品、調味油、チキンエキス、とうもろこし粉、ガーリックパウダー、加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、乳化剤、香料、酸化防止剤(ビタミンE、ビタミンC)、酸味料、香辛料抽出物
10 木	ごはん	米
	いかの竜田揚げ	いか、生姜、しょうゆ、片栗粉、大豆白絞油
	ごま酢あえ	キャベツ、にんじん、れんこん、わかめ、かつおぶし、酢、ごまあえの素【ごま、砂糖、粉末しょうゆ、混合節エキス、ごま油、食塩、鰹削り節エキス、昆布エキス、チキンエキス、でん粉、加工でん粉、調味料(アミノ酸等)、原材料の一部として、乳、小麦、さば、大豆、鶏肉を含む】
	きのこの味噌汁	にんじん、ぶなしめじ、白菜、油揚げ、ねぎ、だしパック※2、みそ
11 金	ごはん	米
	やきぎょうぎ	キャベツ、豚肉、玉ねぎ、にら、大豆蛋白、醤油、ねぎ油、さとうきび糖、にんにく、生姜、塩、米こうじ、酵母エキス、ポークエキス、カルシウム、クエン酸第一鉄Na、(皮)小麦粉、水
	いかと野菜のオイスターソース炒め	にんにく、ごま油、たけのこ、たまねぎ、いか、酒、赤ピーマン、黄ピーマン、ブロッコリー、オイスターソース【水あめ、かき、醤油、食塩、砂糖液糖、アルコール、加工でんぷん】、しょうゆ、片栗粉
	中華風コーンスープ	ぼたて、コーン、鶏卵、たまねぎ、えのきたけ、チンゲンサイ、ガラスープチキン※6、中華スープストック※10、酒、片栗粉 ※10 中華スープストック…食塩、チキンパウダー(原料鶏肉に卵のたんぱく成分含む)、鶏脂、粉末しょうゆ、デキストリン、酵母エキス、たん白加水分解物、野菜エキス、ごま油、調味料(アミノ酸等)、香辛料抽出物、カラメル色素、原材料の一部に小麦、大豆、鶏肉、豚肉、ゼラチン、ごまを含む
	オレンジ	オレンジ
14 月	ごはん	米
	シシャモフライ	カラフトししゃも、でん粉、米粉、甜菜糖、食用こめ油、生イースト、食塩、マッシュポテト、胡椒、ぶどう糖、加工デンプン、増粘剤(グァー)、大豆白絞油
	そばろひじき	鶏肉、しょうが、ごぼう、酒、ひじき、砂糖、しょうゆ、炒り卵※11、にんじん、枝豆、みりん ※11 炒り卵…鶏卵、砂糖、食酢、しょうゆ、発酵調味料、食塩、植物油、加工でん粉、調味料(アミノ酸等)
	なめこ汁	なめこ、大根、にんじん、豆腐、ねぎ、みそ、だしパック※2
15 火	ごはん	米
	ハムチーズピカタ	鶏卵、水、プロセスチーズ、ロースハム(卵・乳・大豆・豚肉を含む)、砂糖、醸造酢、食塩、植物油、加工デンプン(キャッサバ由来)、乳化剤・セルロース、加工でん粉(リン酸架橋デンプン)、カゼインナトリウム、リン酸塩(Na)、調味料(アミノ酸等)、増粘多糖類、酸化防止剤(V.C)、発色剤(亜硝酸Na)、着色料(コチニール色素)、香辛料抽出物、酢酸デンプン、原材料の一部に大豆を含む
	ビーンズサラダ	キャベツ、きゅうり、にんじん、大豆、砂糖、酢、しょうゆ、サラダ油、ごま
	ハヤシシチュー	にんにく、サラダ油、豚肉、こしょう、赤ワイン、玉葱、人参、じゃがいも、マッシュルーム、ハヤシフレーク※12、トマトピューレ、ケチャップ※5、中濃ソース※13、グリーンピース ※12 ハヤシフレーク…小麦粉、豚脂、砂糖、食塩、ブラウンルウ(小麦、豚肉)、トマトパウダー、でんぷん、粉末ソース(小麦、大豆)、トマト調味料、カラメル・パプリカ色素、加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、酸味料 ※13 中濃ソース…醸造酢、野菜・果実(トマト・プルーン・たまねぎ・にんじん)、砂糖類(砂糖・ぶどう糖果糖液糖、砂糖)、食塩、コーンスターチ、たんぱく加水分解物、酵母エキス、香辛料

※毎日おいしい牛乳がつきます。

16	水	レーズンパン	県産小麦粉(銀河のちから、ゆきちから)、食塩、砂糖、ショートニング、脱脂粉乳、イースト、マーガリン、レーズン
		ポテトカップグラタン	ポテトカップ(じゃがいも、でん粉、乾燥マッシュポテト、植物油、食塩、砂糖、コーンフラワー、香辛料、揚げ油(パーム油))、牛乳、プロセスチーズ、ほうれん草、玉葱、マーガリン、小麦粉、酵母エキス、食塩、砂糖、チキンエキス、香辛料、増粘剤(加工でん粉、アルギン酸Na)、加工でん粉、キシロース、乳化剤、香料、カロチノイド色素、原材料の一部に大豆を含む
		チリコンカン	豚肉、サラダ油、にんにく、こしょう、赤ワイン、人参、玉葱、マッシュルーム、白インゲン豆、グリーンピース、ベイシットマト※4、ケチャップ※5、中濃ソース※13、砂糖、チリパウダー
		卵スープ	ベーコン※3、にんじん、白菜、小松菜、片栗粉、鶏卵、ガラスープチキン※6、しょうゆ、コンソメ※7、こしょう
17	木	ごはん	米
		鶏肉のから揚げ	鶏肉、にんにく、パプリカ、酒、しょうゆ、片栗粉、大豆白絞油
		かみかみサラダ	さきいか※14、小松菜、きゅうり、にんじん、もやし、ごぼう、ごま、砂糖、しょうゆ、酢、ごま油 ※14 さきいか…いか、砂糖、乳糖、食塩、ソルビトール、調味料(アミノ酸等)、リン酸塩(Na)、酸味料、保存料(ソルビン酸K)、甘味料(ステビア、カンゾウ)
		キムチ汁	豚肉、サラダ油、酒、えのきたけ、白菜、砂糖、みそ、醤油、豆腐、白菜キムチ※1、チンゲン菜、にら、がらスープポーク&チキン※15 ※15 がらスープポーク&チキン…チキンエキス、ポークエキス、香味油、たん白加水分解物、ネギエキス、香辛料、調味料(アミノ酸等)、原材料の一部にゼラチン、大豆、小麦、ごまを含む
		冷凍みかん	みかん
18	金	ごはん	米
		さんまかば焼き	さんま、片栗粉、大豆白絞油、砂糖、しょうゆ、みりん、酒、生姜
		菊花あえ	菊、ほうれん草、もやし、にんじん、なめ茸※8、しょうゆ
		きのこひつまみ	すいとん【小麦粉、食塩、加工でん粉、乳化剤(小麦由来)、酸味料】、鶏肉、酒、大根、にんじん、なめこ、ぶなしめじ、油揚げ、だしパック※2、しょうゆ、ねぎ
23	水	食パン	県産小麦粉(銀河のちから、ゆきちから)、食塩、砂糖、ショートニング、脱脂粉乳、イースト
		いちごジャム	砂糖、水あめ、いちご、ゲル化剤(ペクチン)、酸味料(クエン酸)、仕込水
		ほうれん草グラタン	牛乳、ほうれん草、乾燥マカロニ、プロセスチーズ、無塩漬ベーコン、乳または乳製品を主要原料とする食品、ベシャメルソースベース(小麦粉、植物油、バター)、マーガリン、ソテーオニオン、食塩、香辛料、乳化剤、増粘剤(加工でんぷん)、セルロース
		花野菜サラダ	ブロッコリー、カリフラワー、きゅうり、炒り卵※11、マヨネーズ※16、砂糖、塩 ※16 マヨネーズ…食用植物油、水あめ、卵、醸造酢、食塩、調味料(アミノ酸)、レモン果汁、香辛料抽出物
		ポトフ	豚肉、白ワイン、こしょう、にんじん、じゃがいも、たまねぎ、ウインナー【豚肉(豚脂肪含む)、食塩、砂糖、白コショウ、カルワイ、キャラウエー、パン酵母】、キャベツ、かぶ、パセリ、チキンブイヨン【鶏骨・鶏肉、長ネギ、生姜】、コンソメ※7、しょうゆ
24	木	ごはん	米
		鮭のつぶつぶりんご焼き	鮭、塩、こしょう、マヨネーズ※16、玉ねぎ、りんご、パセリ
		ひじきの炒め煮	さつま揚げ【スケソウたらすり身、馬鈴薯澱粉、加工デンプン(タピオカ)、食用菜種油、大豆たんぱく、食塩、砂糖、発酵調味料、ブドウ糖、調味料】、ひじき、にんじん、たまねぎ、こんにゃく、枝豆、サラダ油、砂糖、しょうゆ、みりん
		白菜のみそ汁	まいたけ、えのきたけ、白菜、にんじん、板麩、ねぎ、だしパック※2、みそ
25	金	ごはん	米
		オムレツ	鶏卵、砂糖、大豆油、食塩、醸造酢、加工デンプン、食用卵殻粉、酸味料、原材料の一部に大豆を含む
		カリポリあえ	小松菜、白菜、もやし、つぼ漬【干し大根、砂糖、食塩、たん白加水分解物、醸造酢、かつお節エキス、昆布エキス、米ぬか、着色料、酸味料(乳酸、クエン酸)】
		カレー	豚肉、じゃがいも、人参、玉葱、サラダ油、にんにく、赤ワイン、カレーフレーク※17、給食用とろけるカレー※18、コータス中辛※19、中濃ソース※13、フルーツチャツネ【りんご、レモン、レーズン、砂糖、水あめ、酢酸、クエン酸、香辛料、食塩、カラメル色素、香料】、ガラムマサラ、ケチャップ※5 ※17 カレーフレーク…でん粉、食用油脂(パーム油、なたね油)、砂糖、食塩、カレー粉、オニオンパウダー、酵母エキス、さつまいもパウダー、香辛料、トマトパウダー、増粘剤(加工デンプン)、カラメル色素、乳化剤、酸味料、香料 ※18 給食用とろけるカレー…小麦粉、食用油脂(パーム油、なたね油)、砂糖、澱粉、食塩、カレー粉、デキストリン、さつまいもパウダー、酵母エキスパウダー、白菜パウダー、香辛料、キャベツパウダー、オニオンパウダー、カラメル色素 ※19 コータス中辛…小麦粉、カレー粉、砂糖、パーム油、玉ねぎ、にんにく、豚脂、トマトペースト、食塩、香辛料、チキンエキス、粉末ワイン、チャツネ(大豆含む)、たん白加水分解物、りんごペースト、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、酸味料
28	月	ごはん	米
		いわしのオレンジ煮	いわし、砂糖、しょうゆ、オレンジ果汁、還元水飴、本みりん、オレンジピール、食塩、増粘剤(加工でんぷん、とうもろこし)、香料
		五目豆	ごぼう、昆布、鶏肉、酒、にんじん、大豆、枝豆、こんにゃく、砂糖、しょうゆ
		わかめときのこのかきたま汁	にんじん、えのきたけ、鶏卵、片栗粉、わかめ、ねぎ、だしパック※2、しょうゆ、豆腐
29	火	古代米ごはん	米、紫米
		かりんとん揚げ	豚肉、生姜、酒、しょうゆ、片栗粉、大豆白絞油、砂糖、ごま、みりん
		切干といかのかみかみあえ	さきいか※14、小松菜、きゅうり、にんじん、キャベツ、切干大根、砂糖、しょうゆ、酢、ごま油
		春雨スープ	なると【すけそうたら、ぐち、馬鈴しよでん粉、食塩、みりん、調味料(アミノ酸等)、着色料(くちなし)】、大根、にんじん、緑豆春雨、ねぎ、ガラスープチキン※6、中華スープストック※10、こしょう、しょうゆ
		ヨーグルト	脱脂粉乳、ぶどう果糖液糖、砂糖、全粉乳、ゼラチン、寒天、乳酸カルシウム、香料、ピロリン酸鉄
30	水	コッペパン	県産小麦粉(銀河のちから、ゆきちから)、食塩、砂糖、ショートニング、脱脂粉乳、イースト
		鶏肉のママレード焼き	鶏肉、水飴、夏柑、温州みかん、砂糖、ペクチン(ゲル化剤)、クエン酸(酸味料)、グアガム(増粘多糖類)、クエン酸Na(pH調整剤)、硫酸Ca(ゲル化安定)、オレンジオイル(香料)、しょうゆ(大豆を含む)、みりん、醸造酢、カラメル色素、加工澱粉、増粘多糖類、食塩、こしょう
		きのこスパゲティ	スパゲティ、にんにく、エリンギ、キャベツ、ピーマン、オリーブ油、コンソメ※7、塩、こしょう
		かぼちゃのスープ	ベーコン※3、こしょう、サラダ油、たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、マッシュルーム、北海道シチューフ레이크※9、牛乳、パセリ

※毎日おいしい牛乳がつかます。