

日	曜	こんだて名	使っている食品
1	月	ごはん	米
		豆腐ハンバーグきのこあんかけ	豆腐ハンバーグ【たまねぎ、豆腐、鶏肉、おから、植物油、粒状植物性たん白、にんじん、粉末状植物性たん白、砂糖、食塩、水溶性食物繊維、小麦不使用しょうゆ、酵母エキス、にんにくペースト、液状混合調味料、しょうがペースト、香辛料、水、加工デンプン、炭酸Ca、凝固剤、安定剤(グァーガム)、ピロリン酸第二鉄】、えのき、干しいたけ、砂糖、みりん、酒、しょうゆ、片栗粉
		切干大根とツナのサラダ	切干大根、きゅうり、コーン、シーチキンオイル無添加フレーク※1、米酢、しょうゆ、砂糖、ごま油 ※1 シーチキンオイル無添加フレーク…きはだまぐろ、食塩、野菜エキス(キャベツ、人参、玉ねぎ)、水
		油揚げのみそ汁	人参、じゃがいも、しめじ、油揚げ、もやし、だしパック※2、みそ ※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、そだかつお節、酵母エキス
2	火	華やかご飯	米、五色の花むすび【食塩、野沢菜、砂糖、ぶどう糖、しば漬(きゅうり、なす、醸造酢、生姜、砂糖、食塩)、乳糖、青じそ、にんじん、デキストリン、梅酢、赤かぶ、調味料(アミノ酸等)、酸味料、赤キャベツ色素、酸化防止剤(ビタミンE)、(原材料の一部に乳、大豆を含む)】
		イワシの青のり揚げ	イワシ、パン粉、小麦粉、青のり、水、大豆白絞油
		白菜のおひたし	白菜、人参、小松菜、もやし、しょうゆ、みりん
		けんちん汁	大根、人参、ごぼう、豆腐、こんにゃく、干しいたけ、油揚げ、長ねぎ、だしパック※2、酒、しょうゆ、ごま油
		節分豆	大豆、もち米、醤油、砂糖、あおさ、加工澱粉(トウモロコシ、馬鈴薯)
3	水	コッペパン	県産小麦粉(ゆきちから、銀河のちから)、砂糖、ショートニング、塩、脱脂粉乳、イースト
		フライドチキン	鶏肉、白ワイン、レモン汁、にんにく、生姜、塩、しょうゆ、黒こしょう、片栗粉、小麦粉、大豆白絞油
		ウインナーのソテー	人参、ウインナー※3、キャベツ、コーン、ピーマン、サラダ油、ヘルシーファームコンソメ※4、塩、白こしょう ※3 ウインナー…豚肉(豚脂肪含)、食塩、砂糖、香辛料【白コショウ、カルワイ、(キャラウエー)】、パン酵母 ※4 ヘルシーファームコンソメ…食塩、デキストリン、麦芽糖、チキンコンソメパウダー、ぶどう糖、酵母エキスパウダー、たん白加水分解物、チキンエキスパウダー、鶏脂、砂糖、魚醤パウダー、香辛料、トマトパウダー、オニオンエキスパウダー、乳酸発酵トマトエキスパウダー、にんじんエキスパウダー、香辛料抽出物、酸味料、(原料の一部に豚肉を含む)
		オニオンスープ	玉ねぎ、えのき、人参、マッシュルーム、グリーンピース、ナチュラルポットスープストック※5、ヘルシーファームコンソメ※4、しょうゆ、塩、白こしょう ※5 ナチュラスポットスープストック…ぶどう糖、食塩、たん白加水分解物、でん粉、酵母エキス、野菜粉末、香辛料、魚介エキス粉末、デキストリン、植物油脂、昆布粉末、麦芽エキス粉末
		いちごジャム	食物繊維(難消化性デキストリン)、いちご、糖類(砂糖、水飴)、ゲル化剤(ペクチン)、酸味料(クエン酸)、V.C、仕込水
4	木	ごはん	米
		サバのカレー焼き	サバ、しょうゆ、酒、カレー粉、塩
		千草和え	人参、ほうれん草、キャベツ、もやし、炒り卵【鶏卵、でん粉、砂糖、食塩、かつおだし、酵母エキス、酸味料、植物油(ひまわり)、水】、しょうゆ、みりん、白ごま
		じゃがいもとわかめのみそ汁	じゃがいも、人参、大根、わかめ、長ねぎ、だしパック※2、みそ
5	金	ごはん	米
		野菜チヂミ	野菜のチヂミ【にんじん、米粉、たまねぎ、にら、ショートニング、乾燥マッシュポテト、おから、でん粉、水溶性食物繊維、ぶどう糖、粉末状植物性たん白、小麦不使用しょうゆ、チキンオイル、砂糖、植物油(ごま)、食塩、酵母エキス、液状混合調味料、にんにくペースト、香辛料、水、加工デンプン、セルロース、ピロリン酸第二鉄】、米酢、しょうゆ、砂糖
		いわて遠野牛ビビンバ	牛肉、砂糖、しょうゆ、人参、大豆もやし、いんげん、ぜんまい、サラダ油、にんにく、生姜、砂糖、みそ、しょうゆ、酒、豆板醤【唐辛子、味噌、食塩、酒精、(原材料の一部に大豆を含む)】
		春雨スープ	なると【魚すりみ(すけそうたら、ぐち)、馬鈴しょでん粉、食塩、みりん、調味料(アミノ酸等)、着色料(くちなし)、水】、人参、チンゲン菜、緑豆春雨、長ねぎ、がらスープチキン【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)、市水、(原材料の一部に豚肉、大豆、小麦、ゼラチン、ごまを含む)】、ヘルシーファーム中華スープの素※6、しょうゆ、白こしょう ※6 ヘルシーファーム中華スープの素…食塩、デキストリン、砂糖、たん白加水分解物、オニオンパウダー、ガーリックパウダー、魚醤パウダー、酵母エキスパウダー、食用植物油脂、ジンジャーパウダー、調味動物油脂、こしょう、乳酸発酵酵母エキスパウダー、乳酸発酵トマトエキスパウダー、チキンパウダー、カラメル色素、(原材料の一部に大豆、鶏肉、豚肉、ごまを含む)
		でこぼん	でこぼん
8	月	ごはん	米
		ブリの竜田揚げ	ブリ(イナダ)、澱粉(馬鈴薯)、醤油、みりん、小麦粉、水、大豆白絞油
		筑前煮	鶏肉、砂糖、酒、しょうゆ、人参、ごぼう、里芋、たけのこ、れんこん、いんげん、サラダ油、みりん
		もやしのみそ汁	人参、もやし、大根、干しいたけ、油揚げ、だしパック※2、みそ
9	火	ごはん	米
		鶏肉のくわ焼き	鶏肉、生姜、長ねぎ、しょうゆ、みりん、酒、砂糖
		生揚げの磯煮	生揚げ、ひじき、人参、玉ねぎ、突きこんにゃく、いんげん、サラダ油、砂糖、みりん、酒、しょうゆ
		小松菜のみそ汁	人参、じゃがいも、白菜、しめじ、小松菜、だしパック※2、みそ
		いよかん	いよかん
10	水	コッペパン	県産小麦粉(ゆきちから、銀河のちから)、砂糖、ショートニング、塩、脱脂粉乳、イースト
		ホキのピザソース	ホキ、塩、白こしょう、ピーマン、マッシュルーム、玉ねぎ、サラダ油、ピザソース【トマトペースト、果糖ぶどう糖液糖、砂糖、リンゴパルプ、植物油脂、食塩、醸造酢、香辛料、難消化性デキストリン、増粘剤(加工デンプン、キサンタン)、クエン酸、調味料(アミノ酸)、配合水、(原材料の一部にりんご、大豆を含む)】、トマトピューレ(トマト)
		ポテトサラダ	じゃがいも、きゅうり、人参、コーン、塩、黒こしょう、マヨネーズ卵不使用※7 ※7 マヨネーズ卵不使用…食用植物油脂、醸造酢、水あめ、食塩、粉末状植物性たん白(大豆)、大豆粉、増粘多糖類、香辛料、酵母エキス、レモン果汁、こんにゃく精粉
		ジュリアンヌスープ	キャベツ、えのき、人参、ベーコン※8、ほうれん草、ナチュラルポットスープストック※5、ヘルシーファームコンソメ※4、塩、酒、しょうゆ、白こしょう ※8 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)
		いちごのムース	乳又は乳製品を主要原料とする食品、いちご、砂糖、水あめ、水溶性食物繊維、豚ゼラチン、レモン濃縮果汁、水、酸味料、増粘剤(キサンタンガム)、乳化剤、香料、紅麴色素、安定剤(増粘多糖類)
12	金	ごはん	米
		キャベツメンチカツ	鶏肉、豚肉、たまねぎ、粒状植物性たん白、パン粉、にんじん、えだまめ、とうもろこし、でん粉、キャベツ、しょうゆ、砂糖、炭酸カルシウム、食塩、しょうが、香辛料、ピロリン酸第二鉄、水、衣【パン粉、米粉加工品、加工デンプン、大豆油、水、(原材料の一部に小麦、大豆を含む)】、大豆白絞油
		わかめサラダ	大根、きゅうり、人参、わかめ、米酢、砂糖、ごま油、塩、しょうゆ
		鶏ごぼう汁	鶏肉、ごぼう、人参、干しいたけ、豆腐、突きこんにゃく、油揚げ、長ねぎ、だしパック※2、みそ、酒、一味唐辛子

日	曜	こんだて名	使っている食品
15	月	ごはん	米
		タラのごま味噌だれ	タラでん粉付き【まだら、澱粉】、大豆白絞油、みそ、しょうゆ、砂糖、酒、みりん、白ごま
		高野豆腐の五目煮	高野豆腐、鶏肉、じゃがいも、人参、干しいたけ、いんげん、砂糖、しょうゆ、酒
		花麩のすまし汁	花麩【小麦粉、グルテン(小麦タンパク)、着色料(赤色3号・赤色106号・黄色4号・青色1号)】、絹さや、人参、豆腐、えのき、だしパック※2、しょうゆ、酒
16	火	ごはん	米
		鶏肉の一味焼き	鶏肉、生姜、にんにく、長ねぎ、ごま油、砂糖、酒、しょうゆ、一味唐辛子、白ごま
		ひじきとごぼうのサラダ	ごぼう、ひじき、キャベツ、人参、枝豆、大豆、しょうゆ、砂糖、米酢、マヨネーズ卵不使用※7
		にらたまみそ汁	人参、もやし、干しいたけ、豆腐、にら、だしパック※2、みそ、片栗粉、鶏卵
17	水	青のり小魚	かたくちいわし、砂糖、食塩、青のり、醤油、味醂、(原材料の一部に大豆、小麦を含む)
		コッペパン	県産小麦粉(ゆきちから、銀河のちから)、砂糖、ショートニング、塩、脱脂粉乳、イースト
		ハムチーズフライ	ソーセージ【豚肉、鶏肉、豚脂、たまねぎ、海藻ミネラル、食塩、粉末状植物性たん白、砂糖、香辛料、ポークエキス、水、加エデンパン、ピロリン酸第二鉄】、プロセスチーズ、乳化剤、衣【パン粉、小麦粉、ショートニング、ぶどう糖、水、乳化剤】、大豆白絞油
		いんげん豆の煮込み	4種豆のミックス【白インゲン豆、エジプト豆、赤インゲン豆、インゲン豆】、玉ねぎ、人参、ウイナー※3、いんげん、マッシュルーム、オリーブオイル、赤ワイン、デミグラスソース【小麦粉、牛脂豚脂混合油、トマトペースト、ウスターソース、砂糖、食塩、ソテーオニオン、にんじん、ビーフエキス、でんぷん、ブラウンルウ、香辛料、カラメル色素、調味料(アミノ酸等)、香料、(原材料の一部にりんご、大豆を含む)】、トマトケチャップ※9、トマトピューレ(トマト)、砂糖、ヘルシーファームコンソメ※4、塩 ※9 トマトケチャップ…トマト、糖類(砂糖・ぶどう糖果糖液糖・ぶどう糖)、醸造酢、食塩、たまねぎ、香辛料
18	木	まんまるスープ	人参、白菜、ブロッコリー、しめじ、肉団子【鶏肉、たまねぎ、豚肉、豚脂、粒状植物性たん白、水溶性食物繊維、粉末状植物性たん白、しょうがペースト、食塩、にんにくペースト、香辛料、砂糖、水、揚げ油(なたね油)、加エデンパン、セルロース、貝Ca(ホタテ)、ピロリン酸第二鉄】、ナチュラルポットスープストック※5、ヘルシーファームコンソメ※4、塩、白こしょう
		ごはん	米
		ベーコンエッグ	卵【鶏卵、でん粉、砂糖、植物油、みりん、しょうゆ、食塩、かつおエキス、水、pH調整剤、調味料(アミノ酸等)】、ベーコン【豚肉、食塩、粉末状植物性たん白、砂糖、乳糖、水、調味料(アミノ酸)、リン酸塩(Na)、発色剤(亜硝酸Na)】
		キャベツのサラダ	キャベツ、人参、ブロッコリー、コーン、青じそドレッシング【ぶどう糖果糖液糖、しょうゆ、醸造酢、調味液(かつお節だし、醸造酢、食塩)、米発酵調味料、食塩、こんぶだし、はくさいエキス、かつお節エキス、オニオンエキス、塩蔵青じそ、酵母エキスパウダー、香辛料、調味料(アミノ酸)、香料、水】
19	金	ビーフカレー	牛肉、じゃがいも、人参、玉ねぎ、サラダ油、にんにく、生姜、赤ワイン、カレーフレーク※10、給食用とろけるカレー※11、コータス中辛※12、中濃ソース※13、フルーツチャツネ【りんご、レモン、レーズン、水飴、砂糖、香辛料、酸味料(酢酸、クエン酸)、食塩、カラメル色素、香料、(原材料の一部に大豆を含む)】、ガラムマサラ【コリアンダー、シナモン、クミン、クローブ、ブラックペッパー、ホワイトペッパー、カルダモン】、トマトケチャップ※9 ※10 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(加エデンパン)、カラメル色素、乳化剤、酸味料、香料 ※11 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、でん粉、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、白菜エキスパウダー、香辛料、ローストキャベツパウダー、ローストオニオンパウダー、カラメル色素 ※12 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 ※13 中濃ソース…醸造酢、野菜・果実(トマト、プルーン、玉ねぎ、人参)、砂糖類(ぶどう糖果糖液糖、砂糖)、食塩、コーンスターチ、たん白加水分解物、酵母エキス、香辛料、水
		ごはん	米
		鮭の照り焼き	鮭、しょうゆ、みりん、砂糖
		野菜のうま煮	鶏肉、じゃがいも、こんにゃく、人参、玉ねぎ、油麩【小麦粉、グルテン、大豆油】、枝豆、サラダ油、砂糖、しょうゆ、白こしょう
20	土	ハ杯汁	人参、大根、ごぼう、えのき、昆布、油揚げ、豆腐、五色麩【小麦粉、グルテン(小麦タンパク)、着色料(赤色106号・黄色4号・青色1号)】、長ねぎ、だしパック※2、みりん、しょうゆ、片栗粉
		でこぼん	でこぼん
		ごはん	米
		春巻き	たけのこ、にんじん、キャベツ、たまねぎ、豚脂、粒状植物性たん白、でん粉、はるさめ、植物油(大豆油、ごま油)、しょうゆ、発酵調味料、チキンコンソメ、砂糖、きくらげ、おろしにんにく、おろししょうが、豚肉、ポークエキス、たん白加水分解物、こしょう、皮【小麦粉、糖類(水あめ、ぶどう糖)、大豆油、食塩】、調味料(アミノ酸等)、乳化剤、ベーキングパウダー、加エでん粉、酸味料、フラボノイド色素、大豆白絞油
21	日	もやしの炒め物	人参、もやし、たけのこ、黒きくらげ、豚肉、ピーマン、ごま油、にんにく、砂糖、ヘルシーファーム中華スープの素※6、しょうゆ
		味噌スープ	人参、玉ねぎ、コーン、干しいたけ、豆腐、長ねぎ、にら、だしパック※2、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)、市水、(原材料の一部に大豆、小麦、ゼラチン、ごまを含む)】、酒、みそ、にんにく、一味唐辛子
		りんごパン	県産小麦粉(銀河のちから、ゆきちから)、砂糖、ショートニング、塩、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】
		お豆とかぼちゃのコロッケ	かぼちゃ、砂糖、金時豆、黒豆、手亡豆、大豆、植物油、水溶性食物繊維、パン粉、小麦粉、酵母エキス、食塩、鉄含有パン酵母、衣【パン粉、小麦粉、植物油、ぶどう糖】、大豆白絞油
22	月	ブロッコリーのサラダ	ブロッコリー、シーチキンオイル無添加フレーク※1、コーン、人参、米酢、しょうゆ、砂糖、ごま油
		卵のふわふわスープ	鶏卵、パルメザンチーズ、パン粉、人参、玉ねぎ、えのき、ほうれん草、ナチュラルポットスープストック※5、ヘルシーファームコンソメ※4、しょうゆ、白こしょう
		飲むヨーグルト	生乳、砂糖、ぶどう糖果糖液糖、オリゴ糖、乳製品
		わかめごはん	米、わかめごはんの素【わかめ、還元水あめ、食塩、昆布エキス、酵母エキス】
23	火	サワラの西京焼き	サワラ、砂糖、味噌、みりん、醸造調味料、(原材料の一部に大豆を含む)
		大根の煮物	大根、人参、こんにゃく、豚肉、いんげん、サラダ油、にんにく、生姜、砂糖、みりん、酒、しょうゆ
		具沢山汁	里芋、人参、ごぼう、しめじ、油揚げ、小松菜、長ねぎ、だしパック※2、しょうゆ、酒、塩
		甘夏フレッシュ	甘夏、砂糖、水溶性食物繊維、水、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、ビタミンC、香料、クエン酸鉄Na
24	水	ごはん	米
		鶏肉のかりんと揚げ	鶏肉、生姜、酒、しょうゆ、片栗粉、大豆白絞油、砂糖、みりん、白ごま
		こぶ漬け和え	茎わかめ入りごぶ漬け【乾燥だいこん、わかめ、にんじん、還元水飴、しょうゆ、砂糖、醸造酢、食塩、酵母エキス、水、(原材料の一部に小麦、大豆を含む)】、キャベツ、もやし、きゅうり
		生揚げとあさりのみそ汁	人参、大根、じゃがいも、生揚げ、あさり、だしパック※2、みそ

※毎日おいしい牛乳がつかます。(2/24は牛乳ではなく、飲むヨーグルトがつかます。)