

日	曜	こんだて名	使っている食品
1	月	ごはん	米
		ほうれん草厚焼き卵	鶏卵、ほうれん草、砂糖、食酢、食用卵殻粉、しょうゆ、発酵調味料、食塩、かつおだし、こんぶだし、植物油脂、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 ※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
		なめこ汁	なめこ、大根、にんじん、豆腐、ねぎ、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、そうだかつお節、酵母エキス
2	火	ちらし寿司	米、砂糖、人参、たけのこ、醸造酢、れんこん、食塩、しょうゆ、かんぴょう、干しいたけ、鰹節エキス、昆布エキス、醸造調味料、みりん(原材料の一部に小麦、大豆を含む)
		花型豆腐ハンバーグ	玉ねぎ、豆腐、鶏肉、おから、植物油、粒状植物性たん白、人参、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
		いりどり	鶏肉、砂糖、酒、しょうゆ、里芋、たけのこ、ごぼう、こんにゃく、干しいたけ、グリーンピース、サラダ油
		すまし汁	にんじん、えのきたけ、白菜、はんぺん【魚肉すり身(さめ、すけそうたら)、馬鈴薯澱粉、みりん、砂糖、食塩、やまいも、増粘多糖類、着色料(カルミン酸)】、春雨、チンゲンサイ、だしパック※2、しょうゆ
		ひし餅	上新粉(うるち米)、砂糖、冷凍よもぎ、食塩、加工デンプン、酵素、着色料(ビートルレッド)
3	水	背割りコッペパン	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、パン粉、バター粉、大豆白絞油
		チリコンカン	豚肉、サラダ油、にんにく、食塩、こしょう、赤ぶどう酒、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(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)、ケチャップ※3、中濃ソース※4、砂糖、チリパウダー ※3 ケチャップ…トマト、果糖ぶどう糖液糖、醸造酢、食塩、たまねぎ、香辛料 ※4 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)、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
		卵スープ	ベーコン※5、にんじん、白菜、小松菜、片栗粉、鶏卵、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)】、しょうゆ、コンソメ※6、こしょう ※5 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) ※6 コンソメ…食塩、デキストリン、砂糖、たん白加水分解物、食用植物油脂、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)
4	木	ごはん	米
		ミニオムレット	鶏卵、じゃがいも、ウインナーソーセージ(卵、乳、鶏肉、豚肉)、でん粉、砂糖、みりん、食塩、乳酸(Na)、メタリン酸Na、あおさ粉、植物油
		かりぼりあえ	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(カラメル色素)、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※7、給食用とろけるカレー※8、コータス中辛※9、中濃ソース※4、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※3 ※7 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 ※8 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 ※9 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
		豆乳プリン	豆乳、水あめ、ショートニング、砂糖、水溶性食物繊維、食塩、水、ゲル化剤(加工デンプン、増粘多糖類)、乳化剤、香料、ピロリン酸第二鉄、カロチノイド色素)、カラメルソース(水あめ、砂糖、デキストリン、水、カラメル色素、ゲル化剤(増粘多糖類、加工デンプン)、香料
5	金	ごはん	米
		牛ひき肉コロッケ	馬鈴薯、牛肉、マッシュポテト、砂糖、玉葱、醤油、食塩、胡椒、調味料(アミノ酸等)、パン粉、バター液、サラダ油、(原材料の一部に小麦・大豆を含む)、大豆白絞油
		切干といかのかみかみあえ	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)】、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、米酢、ごま油
		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※10 ※10 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)
8	月	ごはん	米
		米粉パン粉の鮭フライ	鮭、米粉パン粉、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
		じゃがいものそぼろ煮	鶏肉、酒、しょうゆ、干しいたけ、たけのこ、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、砂糖、片栗粉、しょうが、さやいんげん
		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
		お祝いいちごゼリー	いちご、いちご果汁、砂糖、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、ブドウ糖、植物油脂、豆乳、水あめ、大豆粉、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、紅麴色素、乳化剤、香料、安定剤(増粘多糖類)、pH調整剤、ピロリン酸第二鉄

※毎日おいしい牛乳がつきます。

9	火	ごはん	米
		米粉入り春巻き	豚肉、玉葱、人参、キャベツ、乾燥しいたけ、植物油脂、春雨、醤油、小麦粉、ショートニング、豚脂、でん粉、生姜ペースト、ポークブイヨン、発酵調味料、ポークエキス、酵母エキス、砂糖、たん白加水分解物、香辛料、【皮】小麦粉、植物油脂、米粉、粉あめ、ショートニング、食塩、ソルビトール、乳化剤、クエン酸鉄ナトリウム、増粘剤(キサンタンガム)、水、(原材料の一部に大豆を含む)、大豆白絞油
		きのこと豚肉のピリ辛炒め	豚肉、にんにく、砂糖、酒、しょうゆ、たまねぎ、にんじん、エリンギ、きくらげ、ブロッコリー、サラダ油、豆板醤、しょうゆ、片栗粉
		わかめスープ	たけのこ、にんじん、えのきたけ、うずら卵、だしパック※2、中華スープストック※11、しょうゆ、カットわかめ、ねぎ ※11 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
10	水	黒糖パン	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、黒糖
		タンドリーチキン	鶏肉、塩、こしょう、プレーンヨーグルト、にんにく、しょうが、カレー粉、ケチャップ※3、しょうゆ、レモン果汁
		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、米酢、醤油、ごま油
		ミネストローネ	ベーコン※5、オリーブ油、マカロニ、白いんげん豆、たまねぎ、じゃがいも、トマト、にんじん、セロリ、ケチャップ※3、にんにく、チキンコンソメ【食塩、糖類(砂糖、ぶどう糖)、たんぱく加水分解物、デキストリン、食用とうもろこし油、チキンエキス、かつおエキス粉末、チキンオイル、香辛料、野菜エキス、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、香料、原材料の一部に小麦、大豆、豚肉、鶏肉を含む】、こしょう
11	木	ごはん	米
		高野豆腐のフライ	衣(パン粉、粉末状植物性たん白、植物油脂、食塩、香辛料、でん粉、食物繊維、酵母エキス)、こうや豆腐、醤油、砂糖、しょうが、かつおぶしエキス、加工でん粉、増粘剤(加工でん粉)、炭酸カリウム、大豆白絞油
		ごぼうサラダ	鶏ささみ水煮【鶏ささみ肉、加工デンプン、食塩、玉ねぎエキス、にんじんエキス】、ごぼう、きゅうり、にんじん、コーン、マヨネーズ卵不使用※12、すりごま、レモン果汁、しょうゆ ※12 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
		いもだんご汁	鶏肉、酒、いも餅【馬鈴薯、小麦粉、植物油脂、食塩、加工デンプン(酢酸デンプン)、トレハロース】、ぶなしめじ、にんじん、だいこん、ねぎ、だしパック※2、しょうゆ、みりん
12	金	ごはん	米
		さわらの南部焼	さわら、ごま、みりん、しょうゆ
		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
		キャベツのみそ汁	キャベツ、油揚げ、ぶなしめじ、にんじん、ねぎ、だしパック※2、みそ
		デコポン	デコポン
15	月	ごはん	米
		ぶりの照り焼き	ぶり、醤油、みりん、酒
		れんこんのきんぴら	ちくわ【スケソウタラすり身、エソすり身、加工でん粉、大豆白絞油、粉末状植物性たん白、砂糖、ブドウ糖、食塩、調味料(アミノ酸)】、にんじん、糸こん、きくらげ、れんこん、枝豆、ごま油、酒、米酢、砂糖、みりん、しょうゆ、とうがらし
		三陸スープ	にんじん、えのきたけ、ホタテ、いか、酒、しょうゆ、白菜、わかめ、ふのり、ねぎ、だしパック※2、こしょう
16	火	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
		茎わかめのサラダ	茎わかめ、キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン、ロースハム【豚ロース肉、食塩、砂糖、香辛料、ナツメグ、カルダモン、コリアンダー、オールスパイス】、鰹節、塩、米酢、オリーブ油、こしょう
		レタスと卵のスープ	ベーコン※5、にんじん、なめこ、醤油、コンソメ※6、片栗粉、鶏卵、豆腐、レタス、ごま油

※毎日おいしい牛乳がつきます。