

日 曜	こんだて名	使っている食品
7 水	ナン	小麦粉、なたね油、砂糖、食塩、イースト、乳化剤、ビタミンC、水
	ハーブフライドチキン	鶏肉、にんにく、砂糖、白ワイン、米酢、レモン果汁、塩、黒こしょう、ドライパセリ、ドライバジル、片栗粉、小麦粉、大豆白絞油
	野菜たっぷりドライカレー	豚肉、玉ねぎ、人参、コーン、グリーンピース、サラダ油、塩、白こしょう、カレー粉【ターメリック、コリアンダー、クミン、フェヌグリーク、チリペッパー、オールスパイス、その他香辛料】、小麦粉、チキンブイヨン【鶏骨・鶏肉、長ネギ、生姜、水】、給食用とろけるカレー※1、トマトケチャップ※2
		※1 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
	ポテトスープ	人参、じゃがいも、白菜、ベーコン※3、マッシュルーム、ほうれん草、ナチュラルポットスープストック※4、ヘルシーファームコンソメ※5、しょうゆ、塩、白こしょう
		※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 ナチュラル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、昆布粉末、麦芽エキス粉末		
清美オレンジ	清美オレンジ	
8 木	ごはん	米
	鮭のみそマヨネーズ焼き	鮭、玉ねぎ、砂糖、みそ、マヨネーズ卵不使用※6、ドライパセリ
	ほうれん草のごま和え	ほうれん草、キャベツ、もやし、人参、しょうゆ、砂糖、白ごま
	五目汁	大根、人参、ごぼう、糸こんにゃく、油揚げ、干しいたけ、絹さや、だしパック※7、酒、しょうゆ、塩
※7 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		
9 金	ごはん	米
	ユーリンチー	鶏肉、塩、白こしょう、片栗粉、大豆白絞油、サラダ油、長ねぎ、しょうゆ、砂糖、米酢、生姜、にんにく
	中華炒め	豚肉、人参、チンゲン菜、もやし、ピーマン、ごま油、砂糖、ヘルシーファーム中華スープの素※8、しょうゆ、塩
	※8 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、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)	
磯スープ	ホタテ、アサリ、わかめ、白菜、人参、えのき、鶏がらスープ丸鶏パウダー使用※9、ヘルシーファームコンソメ※5、酒、しょうゆ、塩	
※9 鶏がらスープ丸鶏パウダー使用…食塩、デキストリン、チキンエキスパウダー、鶏脂、オニオンエキスパウダー、丸鶏パウダー、キャベツエキスパウダー、こしょう、にんじんエキスパウダー、発酵酵母エキスパウダー、調味料(アミノ酸等)、pH調整剤、(原材料の一部に鶏肉を含む)		
12 月	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】
	とんかつ	豚肉、衣(パン粉、バターミックス、粉末状大豆たん白、食塩、加水)、(原材料の一部に小麦、大豆を含む)、大豆白絞油
	大根サラダ	大根、きゅうり、人参、もやし、米酢、砂糖、ごま油、塩、しょうゆ
	豆腐のみそ汁	人参、じゃがいも、豆腐、油揚げ、長ねぎ、だしパック※7、みそ
13 火	ごはん	米
	スコッチエッグ	鶏卵、鶏肉、たまねぎ、つなぎ(パン粉、卵白、乾燥卵白)、水あめ、しょうゆ、粉末状植物性たん白、食用卵殻粉、植物油、でん粉、米発酵調味料、かつお風味調味料、砂糖、酵母エキスパウダー、酵母、香辛料、乾燥卵白、衣(パン粉、でん粉、植物油、鶏卵)、調味料(アミノ酸等)、増粘剤(キサンタンガム)、硫酸カルシウム、pH調整剤、乳化剤、揚げ油(大豆油)、(原材料の一部に卵・小麦・大豆・鶏肉を含む)
	フルーツゼリーミックス	ブロックゼリー【りんご果汁、ぶどう糖果糖液糖、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、香料、V.C、水】、ミックスフルーツ【パイナップル、黄桃、りんご、砂糖、ぶどう糖果糖液糖、酸味料(クエン酸、りんご酸)、酸化防止剤(ビタミンC)、乳酸カルシウム】、野菜入りファイバーゼリー【果糖ぶどう糖液糖、食物繊維、りんご果汁、にんじん、かぼちゃ、オレンジ果汁、デキストリン、ゲル化剤(増粘多糖類)、乳酸Ca、酸味料、香料、酸化防止剤(V.C)】
	ポークカレー	豚肉、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※1、コータス中辛※11、中濃ソース※12、フルーツチャツネ※13、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※2
		※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(加エデンプン)、カラメル色素、乳化剤、酸味料、香料
※11 コータス中辛…小麦粉、カレー粉、砂糖、パーム油、野菜(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(大豆を含む)、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、(原材料の一部に小麦、豚肉、鶏肉、大豆、りんごを含む)		
※12 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(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		
※13 フルーツチャツネ…フルーツ(りんご、レモン、レーズン)、糖類(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、(原材料の一部にりんご、大豆を含む)		
14 水	りんごパン	県産小麦粉(ゆきちから、銀河のちから)、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】
	チキンのハニーグリル	鶏肉、塩、白こしょう、生姜、しょうゆ、はちみつ、赤ワイン
	かぼちゃのサラダ	かぼちゃ、人参、きゅうり、マヨネーズ卵不使用※6、塩、黒こしょう
	コンソメスープ	キャベツ、ベーコン※3、人参、コーン、ほうれん草、ナチュラルポットスープストック※4、ヘルシーファームコンソメ※5、塩、白こしょう
	いちごクレープ	豆乳、砂糖、加工油脂、米粉、水あめ、いちごピューレ(いちご、砂糖、水あめ、ぶどう糖果糖液糖)、植物油、調整豆乳粉末、いちご果汁(濃縮還元)、砂糖、ぶどう糖果糖液糖、麦芽糖、水、加エデンプン、増粘多糖類、乳化剤、安定剤(増粘多糖類)、香料、凝固剤、紅麴色素、ビタミンC、メタリン酸Na、カラメル色素、酸味料、ベーキングパウダー、ピロリン酸第二鉄、カロチノイド色素、(原材料の一部に大豆を含む)
15 木	ごはん	米
	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)
	ひじきと大豆の煮物	さつま揚げ※14、ひじき、人参、玉ねぎ、糸こんにゃく、油揚げ、大豆、サラダ油、砂糖、みりん、酒、しょうゆ
	※14 さつま揚げ…スケウウタラすり身、馬鈴薯澱粉、加工澱粉(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、水、(原材料の一部に大豆を含む)	
沢煮椀	豚肉、ごぼう、たけのこ、人参、大根、えのき、長ねぎ、だしパック※7、酒、みりん、しょうゆ	

日	曜	こんだて名	使っている食品
16	金	ごはん	米
		鶏肉の塩唐揚げ	鶏肉、酒、塩、砂糖、白こしょう、生姜、にんにく、片栗粉、大豆白絞油
		小松菜のおひたし	白菜、人参、小松菜、もやし、しょうゆ、みりん
		ごぼうのみそ汁	人参、ごぼう、じゃがいも、油揚げ、干しいたけ、だしパック※7、みそ
19	月	ごはん	米
		アジ磯辺フライ	アジ、衣(生パン粉、小麦粉、海藻カルシウム、青さ、米粉、ピロリン酸鉄、食塩、こしょう、水)、大豆白絞油
		切干大根の煮物	切干大根、かるしおしらす【しらす、食塩】、さつま揚げ※14、人参、油揚げ、いんげん、サラダ油、砂糖、酒、しょうゆ
		わかたけ汁	わかめ、たけのこ、人参、豆腐、みつば、だしパック※7、だし昆布【昆布】、しょうゆ、みりん、酒
20	火	ごはん	米
		鶏肉の照り焼き	鶏肉、しょうゆ、みりん、砂糖
		ツナじゃが	人参、じゃがいも、玉ねぎ、枝豆、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】、サラダ油、砂糖、みりん、酒、しょうゆ、白こしょう、みそ
		油揚げのみそ汁	人参、大根、しめじ、油揚げ、小松菜、だしパック※7、みそ
21	水	黒糖パン	県産小麦粉(ゆきちから、銀河のちから)、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
		豚肉のトマトソース	豚肉、生姜、しょうゆ、酒、片栗粉、大豆白絞油、カゴメトマトケチャップ【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)、中濃ソース※12、赤ワイン
		コールスロー	人参、キャベツ、きゅうり、コーン、マヨネーズ卵不使用※6、砂糖、米酢、塩、白こしょう、レモン果汁
		オニオンスープ	玉ねぎ、えのき、人参、マッシュルーム、ベーコン※3、ナチュラルポットスープストック※4、ヘルシーファームコンソメ※5、しょうゆ、塩、白こしょう
22	木	ごはん	米
		マスの塩焼き	マス、塩
		生揚げの煮物	豚肉、じゃがいも、人参、生揚げ、いんげん、サラダ油、砂糖、みりん、酒、生姜、しょうゆ、片栗粉
		キャベツのみそ汁	人参、キャベツ、大根、もやし、小松菜、だしパック※7、みそ
		オレンジ	オレンジ
23	金	ごはん	米
		中華ラビオリ	キャベツ、たまねぎ、しょうが、にんにく、豚肉、鶏肉、豚脂、粒状植物性たん白、しょうゆ、でん粉、砂糖、魚介エキス、豚骨エキス、香辛料、食塩、皮(小麦粉、水あめ、食塩、植物油、粉末状植物性たん白)、乳化剤、(調整水)、(原材料の一部に小麦、大豆、鶏肉、豚肉を含む)、大豆白絞油
		バンバンジーサラダ	緑豆春雨、キャベツ、人参、きゅうり、鶏ささみ水煮フレーク【鶏ささみ肉、加工でん粉、食塩、たまねぎエキス、にんじんエキス、水】、棒棒鶏ソース※15 ※15 棒棒鶏ソース…醤油、醸造酢、砂糖、葱、生姜、胡麻油、胡麻、食塩、ラージャン、大ウイキョウ、調味料(アミノ酸等)、増粘剤(加エデンプン、キサンタン)、水、(原材料の一部に小麦、大豆、ごまを含む)
		マーボースープ	豚肉、人参、玉ねぎ、干しいたけ、豆腐、サラダ油、にんにく、生姜、しょうゆ、酒、みそ、砂糖、甜麺醬【味噌、砂糖、植物油、発酵調味料、香辛料、酒精、カラメル色素、(原材料の一部に大豆、ごまを含む)】、豆板醬【唐辛子、味噌、食塩、酒精、(原材料の一部に大豆を含む)】、ヘルシーファーム中華スープの素※8、鶏がらスープ丸鶏パウダー使用※9、片栗粉、ごま油
26	月	ごはん	米
		ハンバーグみぞれかけ	ハンバーグ【鶏肉、たまねぎ、豚脂、粒状植物性たん白、豚肉、水溶性食物繊維、粉末状植物性たん白、砂糖、ぶどう糖、食塩、酵母エキス、にんにくペースト、香辛料、しょうがペースト、水、加エデンプン、セルロール、炭酸Ca、ピロリン酸第二鉄、(原材料の一部に鶏肉、豚肉、大豆を含む)】、大根、青じそドレッシング※16 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、(原材料の一部に小麦、大豆を含む)
		茎わかめ炒め	茎わかめ、人参、れんこん、玉ねぎ、ちくわ【スケソウタラ、イトヨリダイ、加工澱粉、醸造みりん、砂糖、魚介エキス、食塩、調味料(アミノ酸)】、いんげん、サラダ油、砂糖、みりん、しょうゆ、一味唐辛子
		えのきのみそ汁	人参、じゃがいも、油揚げ、えのき、長ねぎ、だしパック※7、みそ
27	火	ごはん	米
		イカのスタミナ焼き	イカ、長ねぎ、生姜、にんにく、酒、みりん、しょうゆ、白こしょう
		すき焼き煮	牛肉、人参、白菜、長ねぎ、焼き豆腐、糸こんにゃく、干しいたけ、えのき、サラダ油、砂糖、みりん、酒、しょうゆ
		にらたまみそ汁	人参、もやし、玉ねぎ、にら、だしパック※7、みそ、片栗粉、鶏卵
28	水	コッペパン	県産小麦粉(ゆきちから、銀河のちから)、食塩、砂糖、ショートニング、脱脂粉乳、イースト
		ホキのパン粉焼き	ホキ、マヨネーズ卵不使用※6、粒入りマスタード【マスタード、りんご酢、ワオンビネガー、還元水飴、食塩、ソルビトール、増粘多糖類、水、(原材料の一部にりんごを含む)】、塩、白こしょう、パン粉、ドライパセリ
		彩りマリネ	ひじき、きゅうり、黄ピーマン、人参、キャベツ、砂糖、しょうゆ、米酢、塩、オリーブオイル
		コーンポタージュ	人参、じゃがいも、玉ねぎ、ベーコン※3、コーン、ナチュラルポットスープストック※4、ポターージュエースコーン※17、牛乳、生クリーム【生乳】、白こしょう ポターージュエースコーン…スイートコーンパウダー、デキストリン、食用精製加工油脂、馬鈴しょでん粉、小麦粉、食塩、脱脂粉乳、粉末動物油脂、ぶどう糖、小麦たん白発酵調味料、砂糖、乳糖、全粉乳、チキンコンソメパウダー、チーズ、ほたてエキスパウダー、乳等を主要原料とする食品、香辛料、調味料(アミノ酸等)、香料、増粘剤(グァーガム)、(原材料の一部に小麦、乳、豚肉、鶏肉を含む)
30	金	ごはん	米
		イワシのねぎだれ	開きいわし澱粉付【真いわし、衣(でん粉(馬鈴薯)、コーンスターチ)】、大豆白絞油、ごま油、長ねぎ、しょうゆ、酒、米酢、砂糖
		こんにゃくのおかか炒め	突きこんにゃく、さつま揚げ※14、人参、れんこん、ピーマン、サラダ油、砂糖、みりん、しょうゆ、かつお節
		もやしのみそ汁	人参、大根、ごぼう、もやし、干しいたけ、だしパック※7、みそ
		はちみつレモンゼリー	糖類(水あめ、果糖ぶどう糖液糖)、レモン果汁、はちみつ、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、クエン酸鉄Na、香料、着色料(ビタミンB2)、水

◎毎日牛乳がつかます。