

日 曜	こんだて名	使っている食品
1 木	ごはん	米
	ますの塩焼き	ます、塩
	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、玉ねぎ、人参、白菜キムチ※1、糸こんにゃく、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
	もやしのみそ汁	人参、もやし、干しいたけ、油揚げ、キャベツ、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 金	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】
	クリスピーチキン	鶏肉、還元水あめ、しょうゆ、食塩、おろしにんにく、たんぱく加水分解物、香辛料、衣【小麦粉、てんぷん、糖類(ぶどう糖、砂糖)、デキストリン、香辛料、食塩、大豆粉、植物油脂、粉末しょうゆ】、揚げ油(なたね油、パーム油)、加工デンプン、重曹、酸味料
	かみかみサラダ	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)、酸味料、保存料(ソルビン酸K)、リン酸塩(Na)、甘味料(ステビア、カンゾウ)、(原材料の一部に乳を含む)】、小松菜、きゅうり、人参、もやし、ごぼう、砂糖、しょうゆ、米酢、ごま油、白ごま
	ひつつみ	大根、ごぼう、人参、鶏肉、しめじ、すいとん【小麦粉、塩水、水】、長ねぎ、だしパック※2、酒、しょうゆ
	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)
5 月	ごはん	米
	きびなごカリカリ揚げ	きびなご、還元水飴、たんぱく加水分解物、砂糖、しょうが、食塩、発酵調味料、衣【じゃがいも、でん粉、米粉パン粉(米粉、甜菜糖、こめ油、生イースト、食塩)、玄米粉、植物油脂、食塩、酵母エキス、香辛料】、揚げ油(なたね油、パーム油)、水、大豆白絞油
	生揚げの磯煮	生揚げ、ひじき、人参、玉ねぎ、突きこんにゃく、さやいんげん、サラダ油、砂糖、みりん、酒、しょうゆ
	えのきのみそ汁	人参、大根、じゃがいも、もやし、えのき、だしパック※2、みそ
6 火	華やかごはん	米、五色の花むすび【乾燥野菜(野沢菜、食塩、砂糖、ぶどう糖)、乾燥青じそ(食塩、砂糖、青じそ、乳糖、ぶどう糖)、乾燥赤かぶ(食塩、乳糖、ぶどう糖、梅酢、赤かぶら漬)、乾燥しば漬(デキストリン、きゅうり、なす、食塩)、食塩、乾燥調味にんじん、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)、(原材料の一部に乳を含む)】
	鶏肉の照り焼き	鶏肉、しょうゆ、みりん、砂糖
	五目とえ	白菜、きゅうり、人参、もやし、小松菜、しょうゆ、砂糖、米酢、塩、ごま油、白ごま
	七夕のお汁	魚めん【魚肉すり身(すけそうだら)、とうもろこし澱粉、水飴、オリゴ糖、米発酵調味料、食塩、水】、人参、星型なると【魚肉すり身(すけそうだら、いとよりだい)、馬れいしよ粉、砂糖、食塩、着色料(紅麴)、水】、オクラ、油揚げ、干しいたけ、だしパック※2、しょうゆ、みりん
	天の川ゼリー	ぶどうゼリー【ぶどう果汁(濃縮還元)、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、砂糖、水溶性食物繊維、水、乳酸Ca、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、ベニバナ黄色素、香料、クエン酸鉄Na、クチナシ青色素】、りんごゼリー【りんご果汁(濃縮還元)、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、砂糖、水溶性食物繊維、水、乳酸Ca、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、香料、クエン酸鉄Na】、モチーフ【うんしゅうみかん果汁(濃縮還元)、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、水あめ、砂糖、ぶどう果汁(濃縮還元)、粉末油脂、寒天、水、乳化剤、ゲル化剤(キサンタンガム)、紅麴色素、香料、カロチノイド色素】
7 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※3、トマトピューレ【トマト】、トマトケチャップ※4 ※3 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)、増粘剤(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) ※4 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
	キャベツソテー	キャベツ、ベーコン※5、人参、コーン、サラダ油、ヘルシーファームコンソメ※6、塩、白こしょう ※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 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、たんぱく加水分解物、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、(原材料の一部に鶏肉、豚肉を含む)
	まんまるスープ	人参、白菜、ブロッコリー、しめじ、肉団子※7、ナチュラルポットスープストック※8、ヘルシーファームコンソメ※6、塩、白こしょう ※7 肉団子…鶏肉、たまねぎ、豚肉、豚脂、粒状植物性たんぱく、水溶性食物繊維、粉末状植物性たんぱく、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)、加工デンプン、セルロース、貝Ca、ピロリン酸第二鉄 ※8 ナチュラルポットスープストック…ぶどう糖、食塩、たんぱく加水分解物、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
	マーマレード	糖類(水あめ、砂糖)、果実(なつみかん、みかん、いよかん)、ゲル化剤(ペクチン)、香料、酸味料
	ごはん	米
8 木	春巻き	野菜(たけのこ、にんじん、キャベツ、たまねぎ)、豚脂、粒状植物性たんぱく、でん粉、はるさめ、植物油脂(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、たんぱく加水分解物、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、加工でん粉、酸味料、フラボノイド色素、(一部に小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉を含む)、大豆白絞油
	切干大根の中華サラダ	切干大根、人参、ロースハム※9、きゅうり、キャベツ、しょうゆ、砂糖、ごま油、米酢、白ごま ※9 ロースハム…豚ロース肉、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)
	磯かきたまスープ	わかめ、人参、玉ねぎ、えのき、鶏卵、長ねぎ、ナチュラルポットスープストック※8、ヘルシーファーム中華スープの素※10、しょうゆ、塩、白こしょう、片栗粉 ※10 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、たんぱく加水分解物、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)
9 金	ごはん	米
	サバのカレー焼き	サバ、しょうゆ、酒、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】、塩
	なめたけ和え	ほうれん草、もやし、人参、なめたけ※11、みりん、しょうゆ、刻みのり ※11 なめたけ…えのき茸、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、甘味料(甘草、ステビア)、カラメル色素、(原材料の一部に小麦、大豆を含む)
	じゃがいものみそ汁	じゃがいも、人参、豆腐、ごぼう、油揚げ、だしパック※2、みそ
12 月	ごはん	米
	きんぴら包み焼き	鶏肉、たまねぎ、ごぼう、豆腐、鶏皮、粒状植物性たんぱく、小麦不使用しょうゆ、にんじん、砂糖、みりん、植物油、ぶどう糖、しょうがペースト、食塩、豚ゼラチン、酵母エキス、液状混合調味料、ごま、香辛料、水、加工デンプン、セルロース、凝固剤、安定剤(グァーガム)、ピロリン酸第二鉄
	すき昆布の煮物	すき昆布、さつま揚げ※12、人参、突きこんにゃく、枝豆、砂糖、酒、みりん、しょうゆ、白ごま ※12 さつま揚げ…スケソウタラすり身、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)
	高野豆腐のみそ汁	人参、じゃがいも、しめじ、高野豆腐、長ねぎ、だしパック※2、みそ

日	曜	こんだて名	使っている食品
13	火	ごはん	米
		鶏肉の唐揚げ	鶏肉、にんにく、パプリカ、酒、しょうゆ、片栗粉、大豆白絞油
		かりぼり和え	小松菜、キャベツ、もやし、つぼ漬け【だいこん、ぶどう糖果糖液糖、砂糖、アミノ酸液、醸造酢、かつお節エキス、食塩、カラメル色素、酸味料、酒精、仕込水】
		豚キムチ汁	豚肉、サラダ油、酒、えのき、白菜、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※13、砂糖、みそ、しょうゆ ※13 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)、(原材料の一部に小麦、ごま、大豆、豚肉、ゼラチンを含む)
		プリン	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(加エデンブ、増粘多糖類)、乳化剤、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、加エデンブ)、香料】
14	水	丸コッペパン	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
		白身魚フライ	すけそうだら、難消化性デキストリン、パン粉、植物油脂、還元水飴、衣(パン粉、でん粉、植物油脂、加工でんぷん)、炭酸カルシウム、調味料(アミノ酸)、増粘剤(キサンタン)、ピロリン酸第二鉄、水、(原材料の一部に小麦、大豆を含む)、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※14、さやいんげん、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※15、トマトケチャップ※4、トマトピューレ【トマト】、砂糖、ヘルシーファームコンソメ※6、塩 ※14 ウイナー…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 ※15 デミグラスソース…小麦粉、牛豚脂混合油、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)、香辛料
		ジュリアンヌスープ	キャベツ、人参、ベーコン※5、セロリ、ほうれん草、ナチュラルポットスープストック※8、ヘルシーファームコンソメ※6、塩、酒、しょうゆ、白こしょう
		タルタルソース	食用植物油脂、醸造酢、砂糖類(水あめ、砂糖)、ピクルス、大豆粉、食塩、粉末状植物性たん白(大豆)、乾燥たまねぎ、香辛料、酵母エキス、オニオンエキス、レモン果汁、こんにやく精粉、増粘多糖類、香辛料抽出物、(一部に大豆・りんごを含む)
		ごはん	米
15	木	オムレツ	液卵、油脂加工品(植物油脂、卵黄、食塩)、でん粉発酵調味料、食用卵殻粉、植物油脂、トレハロース、加工でん粉、(一部に卵・大豆を含む)
		こんにやくサラダ	人参、サラダ用こんにやく【こんにやく精粉、水酸化カルシウム、市水】、ブロッコリー、きゅうり、キャベツ、青じそドレッシング※16 ※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)
		なすとズッキーニのカレー	鶏肉、じゃがいも、トマト、玉ねぎ、人参、なす、ズッキーニ、サラダ油、にんにく、生姜、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※20、フルーツチャツネ※21、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※4 ※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(加エデンブ)、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、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 ※19 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) ※20 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 ※21 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)
		ごはん	米
		富士山コロッケ	ばれいしょ、たまねぎ、鶏肉、豚肉、豚脂、砂糖、乾燥マッシュポテト、食塩、香辛料、衣(パン粉、小麦粉、コーンフラワー、デキストリン、植物油脂、還元水あめ、でん粉)、水、炭酸Ca、ピロリン酸鉄、(原材料の一部に鶏肉、豚肉、小麦、大豆を含む)、大豆白絞油
		牛井の具	牛肉、しょうゆ、酒、干しいたけ、玉ねぎ、糸こんにやく、人参、グリーンピース、サラダ油、生姜、みりん、砂糖、塩
		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※2、酒、みりん、しょうゆ
冷凍みかん	みかん		
19	月	給食なし	
20	火	ごはん	米
		いわしの甘酢野菜がけ	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、赤ピーマン、玉ねぎ、ピーマン、米酢、しょうゆ、みりん、砂糖
		ごぼうサラダ	ごぼう、人参、きゅうり、枝豆、ごま醤油ドレッシング【しょうゆ、醸造酢、砂糖類(砂糖・ぶどう糖果糖液糖、水あめ)、食用植物油脂、ごま、発酵調味料、食塩、たんぱく加水分解物、調味料(アミノ酸)、増粘多糖類、ローストオニオンペースト、香辛料抽出物、(原材料の一部に小麦、ごま、大豆を含む)】
		小松菜のみそ汁	人参、白菜、大根、豆腐、小松菜、だしパック※2、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
		鶏肉のチーズ焼き	鶏肉、赤ワイン、塩、白こしょう、チーズ、ドライパセリ
		ポテトのベーコン煮	じゃがいも、玉ねぎ、人参、コーン、グリーンピース、ベーコン※5、オリーブオイル、しょうゆ、ヘルシーファームコンソメ※6
		ミネストローネ	ウイナー※14、人参、キャベツ、ズッキーニ、トマト、白いんげん豆、セロリ、シェルマカロニ、オリーブオイル、ナチュラルポットスープストック※8、ヘルシーファームコンソメ※6、トマトケチャップ※4、塩、白こしょう

◎毎日 牛乳がつかます。