

日	曜	こんだて名	使っている食品
19	木	遠野産枝豆ごはん	米、塩、枝豆
		豚肉のオイスターソース焼き	豚肉、生姜、にんにく、しょうゆ、オイスターソース※1、酒、砂糖、サラダ油、豆板醤【唐辛子、味噌、食塩、酒精、(原材料の一部に大豆を含む)】 ※1 オイスターソース…すりつぶしかき(かき、食塩)、水あめ、醤油、(アルコール)、砂糖液糖、食塩、加工でん粉、酒精、水、(原材料の一部に大豆、小麦を含む)
		きゅうりの酢の物	わかめ、キャベツ、もやし、きゅうり、ちくわ※2、砂糖、米酢、しょうゆ、塩 ※2 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)
		八杯汁	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※3、みりん、しょうゆ、片栗粉 ※3 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
20	金	ごはん	米
		いかフライ	アカイカ切り身、パン粉、小麦粉、水、大豆白絞油
		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)】
		夏野菜カレー	鶏肉、じゃがいも、トマト、玉ねぎ、人参、なす、ピーマン、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※4、給食用とろけるカレー※5、コータス中辛※6、中濃ソース※7、フルーツチャツネ※8、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 ※4 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 ※5 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 ※6 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) ※7 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 ※8 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) ※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
23	月	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、植物油脂、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
		ラーメンサラダ	冷凍ラーメン【小麦粉、小麦たん白、かんすい、カロチノイド色素、(調整水)】、ロースハム※10、きゅうり、もやし、コーン、人参、しょうゆ、米酢、砂糖、ごま油、白ごま ※10 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)
		わかめスープ	わかめ、人参、たけのこ、えのき、長ねぎ、ナチュラルポットスープストック※11、ヘルシーファーム中華スープの素※12、しょうゆ、塩、白こしょう、片栗粉 ※11 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、植物油脂、昆布粉末、麦芽エキス粉末 ※12 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)
24	火	ごはん	米
		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、でんぷん、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、白ごま、砂糖、しょうゆ、米酢、ごま油
		豚キムチ汁	豚肉、サラダ油、酒、えのき、白菜、豆腐、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】、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)
		牛乳プリン	牛乳、砂糖、加糖れん乳、ミルクカルシウム、水、ゲル化剤(増粘多糖類)、香料、ピロリン酸第二鉄
25	水	食パン	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
		あじの香草揚げ	あじ、香草パン粉(香草:粉末ガーリック、レッドテルペッパー、ホワイトペッパー、パセリ、バジル、ブラックペッパー)、小麦粉、乳化剤、食塩、増粘多糖類、水、打ち粉、大豆白絞油
		キャベツのコンソメ煮	キャベツ、人参、コーン、ブロッコリー、ベーコン※14、ヘルシーファームコンソメ※15、塩、白ワイン ※14 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) ※15 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、(原材料の一部に鶏肉、豚肉を含む)
		ミネストローネ	ウインナー※16、玉ねぎ、じゃがいも、人参、トマト、ズッキーニ、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※11、ヘルシーファームコンソメ※15、トマトケチャップ※9、塩、白こしょう ※16 ウインナー…豚肉(豚脂肪含)、食塩、砂糖、香辛料【白こしょう、カルワイ、(キャラウェイ)】、パン酵母
		ブルーベリージャム	ブルーベリー、ビートグラニュー糖、ペクチン、ミニットPS、クエン酸、水、(原材料の一部にりんごを含む)
26	木	ごはん	米
		かつおの生姜醤油	カツオ澱粉付【カツオ、澱粉(馬鈴薯)】、大豆白絞油、米酢、砂糖、みりん、酒、しょうゆ、生姜、ごま油
		小松菜のごま和え	小松菜、白菜、もやし、人参、しょうゆ、砂糖、白ごま
		夕顔のみそ汁	夕顔、人参、油揚げ、わかめ、長ねぎ、だしパック※3、みそ

日	曜	こんだて名	使っている食品
27	金	ごはん	米
		鶏肉の梅焼き	鶏肉、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、ねり梅※17 ※17 ねり梅…梅肉(梅、食塩)、還元水あめ、醸造酢、発酵調味料、食塩、昆布エキス、煮干エキス、赤シソエキス、増粘剤(加エデンプン)、酸味料、トウガラシ抽出物、野菜色素、ビタミンB1
		干し大根の煮物	切干大根、かるしおしらす【しらす、食塩】、さつま揚げ※18、人参、油揚げ、さやいんげん、サラダ油、砂糖、酒、しょうゆ ※18 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)
		じゃがいものみそ汁	じゃがいも、人参、ごぼう、白菜、小松菜、だしパック※3、みそ
		オレンジ	オレンジ
30	月	ごはん	米
		さばの味噌煮	さば、タレ(みそ、砂糖、発酵調味料、でん粉、水)、(一部にさば・大豆を含む)
		ひじきの五目炒め	ひじき、人参、糸こんにゃく、さつま揚げ※18、大豆、枝豆、サラダ油、砂糖、みりん、酒、しょうゆ
		なめこ豆腐のみそ汁	人参、油揚げ、なめこ、豆腐、長ねぎ、だしパック※3、みそ
		冷凍みかん	みかん
31	火	ごはん	米
		鶏肉のねぎだれ	鶏肉、しょうゆ、酒、生姜、片栗粉、大豆白絞油、サラダ油、長ねぎ、米酢、砂糖
		なすのピリ辛炒め	なす、豚肉、玉ねぎ、人参、コーン、ピーマン、サラダ油、砂糖、みりん、しょうゆ、みそ、豆板醤【唐辛子、味噌、食塩、酒精、(原材料の一部に大豆を含む)】、白ごま
		もずくのすまし汁	もずく、花なると【魚肉(タラ)、加エデンプン(酢酸)、加エデンプン(リン酸架橋)、還元水飴、調味料(アミノ酸等)、発酵調味料、食塩、炭酸Ca、pH調整剤・ミョウバン、着色料(コチニール)、着色料(クチナシ)、飲料水】、人参、えのき、みつば、だしパック※3、しょうゆ、酒、塩

◎毎日 牛乳がつけます。