

10月10日(木)		10月11日(金)		10月15日(火)		10月16日(水)		10月17日(木)		10月18日(金)		10月21日(月)	
献立名/食品名	グラム	献立名/食品名	グラム	献立名/食品名	グラム	献立名/食品名	グラム	献立名/食品名	グラム	献立名/食品名	グラム	献立名/食品名	グラム
【牛乳】		【牛乳】		【牛乳】		【牛乳】		【牛乳】		【牛乳】		【牛乳】	
牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206
【かぼちゃの子キンカレー】		【パンプキンパン】		【ごはん】		【ごはん】		【ひじきごはん】		【メロンパン】		【ビビンバ】	
金賞健康米	95	パンプキンパン	1個	金賞健康米	95	金賞健康米	95	金賞健康米	95	メロンパン	1個	金賞健康米	95
鶏肉もも(皮付き)	45	【豚肉のデミグラスソース】		【酢豚】		【鶏肉の山椒焼き】		鶏ひき肉	20	【サーモンフライ】		鶏ひき肉	60
かぼちゃ(冷凍)	40	豚モモ(脂身付き)	70	豚モモ(脂肪なし)	60	鶏肉もも(皮付き)	70	油揚げ	4	しろさけ	70	にんにく	0.3
たまねぎ	50	白ワイン	1.5	こいくちしょうゆ	1.3	たまねぎ	20	にんじん	10	食塩	0.4	ごま油	0.7
にんじん	20	食塩	0.3	しょうが	1.5	料理酒	1.0	干し椎茸	0.3	白こしょう	0.0	三温糖	2.2
グリーンピース(冷凍)	6	こしょう	0.02	料理酒	2.0	こいくちしょうゆ	2.1	干ひじき	4.0	薄力粉	7.0	料理酒	1.5
トマト(缶)	24	たまねぎ	20	片栗粉	6.0	粉さんしょう	0.1	うすくちしょうゆ	4.0	パン粉	7.0	こいくちしょうゆ	3.0
なたね油	0.5	デミグラスソース	12.1	なたね油	6.0	【キャベツのゆかりあえ】		料理酒	3.0	なたね油	7.0	コチジャン	0.8
にんにく	0.5	ウスターソース	2.0	にんじん	15	キャベツ	50	本みりん	3.0	中濃ソース	10.0	だいこん	40
しょうが	0.5	トマトケチャップ	2.4	たまねぎ	30	えのきたけ	10	なたね油	0.5	【グリーンサラダ】		ほうれんそう(冷凍)	30
食塩	0.2	三温糖	1.0	ピーマン	10	ゆかり	0.3	削り節・こんぶだし	100	キャベツ	30	りよくとうもやし	15
ローレル	0.0	【マッシュポテト】		黄パプリカ	10	ごま油	0.8	【芋煮】		きゅうり	20	にんじん	15
アレルゲンフリーカレーフレーク	17.0	じゃがいも	60	なたね油	1.0	【さつまいものみそ汁】		和牛モモ(脂身付き)	30	三温糖	1.0	三温糖	1.4
カレー粉	0.8	調製豆乳	9.8	中華スープ	1.5	油揚げ	7	さといも(冷凍)	40	食塩	0.4	食塩	0.2
ウスターソース	1.0	食塩	0.2	三温糖	3.0	さつまいも	40	にんじん	15	りんご酢	2.0	こいくちしょうゆ	2.9
りんごピューレ	2.2	コンソメ	0.5	こいくちしょうゆ	4.5	だいずもやし	20	たまねぎ	40	オリーブ油	0.3	ごま油	0.6
とりがらスープ	2.4	黒こしょう	0.02	トマトケチャップ	4.1	にんじん	10	板こんにゃく	15	黒こしょう	0.02	【中華スープ】	
【キャベツと枝豆のサラダ】		【ウインナーのスープ】		米酢	5.0	だしこんぶ	0.5	ぶなしめじ	10	【スープ煮】		とうふ	30
キャベツ	40	カットウインナー	15	片栗粉	1.0	削り節	2.5	白ねぎ	10	カットウインナー	10	小松菜(冷凍)	30
えだまめ(冷凍)	3	キャベツ	30	【はくさいの中華あえ】		赤みそ	8.0	三温糖	3.5	じゃがいも	20	たまねぎ	15
りんご酢	2	たまねぎ	30	はくさい	40	白みそ	6.5	本みりん	1.0	たまねぎ	30	にら	5
三温糖	1.8	にんじん	15	さやいんげん(冷凍)	20			こいくちしょうゆ	3.0	にんじん	15	にんじん	10
オリーブ油	0.5	食塩	0.3	三温糖	0.2			赤みそ	5.0	ぶなしめじ	10	干し椎茸	0.5
こしょう	0.02	こしょう	0.02	米酢	0.8			だしこんぶ	0.5	コーン(冷凍)	5	しょうが	0.5
【みかん(缶)】		コンソメ	1.0	こいくちしょうゆ	1.0			削り節	2.0	なたね油	0.3	こいくちしょうゆ	1.4
みかん(缶)	50			ごま油	0.2			【小松菜のおろしあえ】		食塩	0.2	食塩	0.2
				【チンゲンサイのスープ】				小松菜(冷凍)	40	こいくちしょうゆ	1.0	こしょう	0.0
				チキンささみ(水煮)	30			はくさい	20	コンソメ	0.5	うすくちしょうゆ	0.6
				料理酒	1.0			えのきたけ	5	本みりん	1.0	中華スープ	1.3
				チンゲンサイ	30			大根おろし(冷凍)	30			【栗のムース】	
				たまねぎ	20			こいくちしょうゆ	1.0			栗のムース	45
				にんじん	10			米酢	4.0				
				中華スープ	1.0			食塩	0.2				
				うすくちしょうゆ	2.0			三温糖	2.0				
				こしょう	0.02			【りんご(缶)】					
				ごま油	0.5			りんご(缶)	50				
エネルギー 754キロカロリー		エネルギー 735キロカロリー		エネルギー 728キロカロリー		エネルギー 740キロカロリー		エネルギー 718キロカロリー		エネルギー 784キロカロリー		エネルギー 742キロカロリー	

10月22日(火)		10月23日(水)		10月24日(木)		10月25日(金)		10月28日(月)		10月29日(火)		10月30日(水)	
献立名/食品名	グラム	献立名/食品名	グラム	献立名/食品名	グラム	献立名/食品名	グラム	献立名/食品名	グラム	献立名/食品名	グラム	献立名/食品名	グラム
【牛乳】		【牛乳】		【牛乳】		【牛乳】		【牛乳】		【牛乳】		【牛乳】	
牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206
【ごはん】		【牛丼】		【ごはん】		【おさつパン】		【ごはん】		【ごはん】		【コッペパン】	
金賞健康米	95	金賞健康米	95	金賞健康米	95	おさつパン	1個	金賞健康米	95	金賞健康米	95	コッペパン	1個
【たらの竜田揚げ】		和牛モモ(脂身付き)		【焼きとり(塩味)】		【鶏肉のマーマレード煮】		【肉みそキャベツ】		【さばのみそ煮】		【はちみつ(小袋)】	
まだら	70	料理酒	1.0	鶏肉もも(皮付き)	80	鶏肉もも(皮付き)	75	豚ひき肉	50	さば	70	はちみつ(個包装)	8.0
こいくちしょうゆ	3.0	しょうが	1.0	しょうが	1.0	白ワイン	1.0	キャベツ	40	料理酒	4.0	【鶏肉のパン粉香草焼き】	
料理酒	2.0	すきやきふ(あっさく麩)	2	料理酒	1.0	たまねぎ	20	ピーマン	20	赤みそ	5.0	鶏肉もも(皮付き)	60
三温糖	1.2	にんじん	15	食塩	0.2	クックマーマレード	17	にんじん	10	しょうが	1.0	白ワイン	1.0
しょうが	0.5	たまねぎ	50	白ねぎ	20	こいくちしょうゆ	3.0	しょうが	0.5	三温糖	3.0	ウスターソース	3.0
片栗粉	6.0	干し椎茸	0.4	【高野豆腐のそぼろあん】		三温糖	0.9	なたね油	0.7	本みりん	2.0	つぶ入りマスタード	3.0
なたね油(揚げ油)	6.0	えのきたけ	15	高野豆腐	15	【コールスローサラダ】		こいくちしょうゆ	1.5	だしこんぶ	0.5	食塩	0.5
【キャベツの磯香あえ】		白ねぎ	10	鶏ひき肉	20	キャベツ	40	三温糖	0.5	【ささみともやしの和え物】		こしょう	0.0
キャベツ	40	こいくちしょうゆ	4.5	グリーンピース(冷凍)	3	にんじん	5	トウバンジャン	0.1	チキンささみ(水煮)	20	薄力粉	1.4
小松菜(冷凍)	20	うすくちしょうゆ	4.5	削り節・こんぶだし	10.0	コーン(冷凍)	5	料理酒	1.5	りよくとうもやし	30	パン粉	4.0
きざみのり	1.5	三温糖	2.6	うすくちしょうゆ	3.0	なたね油	1.0	赤みそ	7.0	きゅうり	10	オリーブ油	1.0
塩こんぶ	1.5	本みりん	1.0	本みりん	3.0	三温糖	1.0	片栗粉	1.0	にんじん	10	パセリ(乾)	0.02
うすくちしょうゆ	0.5	【吉野汁】		三温糖	3.0	りんご酢	2.0	【ブロッコリーの昆布あえ】		なたね油	0.5	バジル(粉)	0.02
【じゃがいもとたまねぎのみそ汁】		油揚げ	8	片栗粉	1.0	食塩	0.3	ブロッコリー(冷凍)	50	こいくちしょうゆ	1.4	【カリフラワーのピクルス】	
油揚げ	9	さといも(冷凍)	35	【わかめのみそ汁】		こしょう	0.02	塩こんぶ	1.8	食塩	0.1	カリフラワー(冷凍)	30
じゃがいも	35	はくさい	30	油揚げ	7	【豆乳コーンスープ】		ごま油	0.8	ごま油	0.4	赤パプリカ	7
たまねぎ	30	にんじん	10	カットわかめ	0.5	スイートコーンクリーム(缶)	40	【小松菜のスープ】		本みりん	0.6	ヤングコーン	10
えのきたけ	10	食塩	0.3	えのきたけ	10	たまねぎ	40	鶏肉もも(皮付き)	15	【けんちん汁】		三温糖	2.8
葉ねぎ	5	うすくちしょうゆ	4.0	たまねぎ	30	にんじん	10	とうふ	30	あつあげ	20	食塩	0.3
赤みそ	8.0	だしこんぶ	0.5	葉ねぎ	5	調製豆乳	50	えのきたけ	10	さといも(冷凍)	35	りんご酢	4.0
白みそ	6.5	削り節	2.5	赤みそ	8.0	食塩	0.2	りよくとうもやし	15	だいこん	20	うすくちしょうゆ	0.3
だしこんぶ	0.5	【金時豆の煮物】		白みそ	6.5	こしょう	0.03	小松菜(冷凍)	25	にんじん	10	【ミネストローネ】	
削り節	2.8	金時豆(乾)	12	だしこんぶ	0.5	コンソメ	1.0	食塩	0.3	葉ねぎ	5.0	ベーコン	10
		三温糖	2.0	削り節	2.5	とりがらスープ	3.0	こしょう	0.02	干し椎茸	0.5	大豆(水煮)	10
		食塩	0.1					うすくちしょうゆ	1.2	つきこんにやく	5.0	たまねぎ	20
		うすくちしょうゆ	1.0					中華スープ	1.5	だしこんぶ	0.5	キャベツ	20
								片栗粉	1.5	削り節	2.5	じゃがいも	25
										うすくちしょうゆ	4.0	にんにく	0.2
										本みりん	2.0	トマト(缶)	20
										食塩	0.3	トマトケチャップ	10
										ごま油	0.5	とりがらスープ	2.5
												食塩	0.3
												こしょう	0.03
												オリーブ油	0.5
												三温糖	0.8
												コンソメ	1.2
エネルギー 705キロカロリー		エネルギー 811キロカロリー		エネルギー 824キロカロリー		エネルギー 794キロカロリー		エネルギー 686キロカロリー		エネルギー 752キロカロリー		エネルギー 761キロカロリー	

10月31日(木)	
献立名/食品名	グラム
【アシドミルクPLUS】	
アシドミルクPLUS	180
【カレーピラフ】	
金賞健康米	85
とりがらスープ	3.0
コンソメ	0.5
豚ひき肉	15
たまねぎ	30
にんじん	10
コーン(冷凍)	6.0
オリーブ油	0.2
うすくちしょうゆ	2.0
カレー粉	0.3
食塩	0.6
こしょう	
【スパイシーチキン】	
鶏肉もも(皮付き)	90
にんにく	0.5
しょうが	0.5
トウバンジャン	0.5
こいくちしょうゆ	2.0
カレー粉	0.1
食塩	0.1
三温糖	2.0
【ABCマカロニスープ】	
アルファベットマカロニ	5
ブロッコリー(冷凍)	20
キャベツ	20
たまねぎ	30
にんじん	15
食塩	0.3
こしょう	0.02
コンソメ	1.0
【パンプキンババロア】	
パンプキンババロア	28
ハロウィン献立	
	
エネルギー 726キロカロリー	

加工品の原材料について

10月21日(月) 栗のムース

原材料	ショートニング、砂糖、水あめ、マーガリン、粉あめ、食物繊維(イヌリン)、ぶどう糖果糖液糖、栗あん、粉末状大豆たん白、ココアパウダー、ゼラチン、食塩、香料、ゲル化剤(増粘多糖類)、乳化剤、着色料(カロチノイド)、ピロリン酸第二鉄、水
表示対象アレルゲン	大豆・ゼラチン

10月31日(木) パンプキンババロア(2024)

原材料	<p>【パンプキンババロア】</p> <p>かぼちゃペースト、砂糖、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、豆乳加工食品(植物油脂、豆乳クリーム、砂糖類、その他)、食塩、水、ゲル化剤(増粘多糖類、加工デンプン)、炭酸Ca、乳化剤使用、ph調整剤使用、香料使用、ピロリン酸第二鉄使用、セルロース使用</p> <p>【絞りクリーム】</p> <p>豆乳加工食品(植物油脂、豆乳クリーム、砂糖類、その他)、砂糖、水あめ、安定剤(増粘多糖類)、乳化剤、ph調整剤使用、セルロース使用、香料使用</p>
表示対象アレルゲン	大豆