



月	火	水	木	金
<p>3 たきこみいなり みそしる △いわしのスパイスあげ 温州みかんゼリー</p> <p>たきこみいなり/胚芽精米、米粒麦、上白糖、酢、塩、油揚げ、人参、干しいたけ、ひじき、醤油、きび砂糖、酒、みりん風調味料、白ごま、あまのり</p> <p>味噌汁/豆腐、なめこ、長ねぎ、みそ、むろあじ、昆布</p> <p>いわし/いわし、しょうが、にんにく、酒、醤油、塩、片栗粉、小麦粉、カレー粉、チリパウダー、黒こしょう、油ゼリー/みかん果汁、砂糖、粉飴、ゲル化剤、酸味料、ビタミンC</p>	<p>4 ◎△★よこわりパンズ △★白花豆ポタージュ ハンバーグ (ケチャップソース) りんご</p> <p>ポタージュ/紅花いんげん、バター、じゃがいも、玉ねぎ、パセリ、小麦粉、バター、油、牛乳、豆乳、チーズ、スチミル、塩、こしょう、白ワイン、鶏がらスープ</p> <p>ハンバーグ/鶏肉、豚肉、玉ねぎ、しょうが、豚脂、植物性たん白、でん粉、米粉、難消化性デキストリン、ドローミト、酵母エキス、トマトペースト、ローリエ、砂糖、塩、マサード、パソ酵母、香辛料、油、ケチャップ、ウスターソース、きび砂糖、赤ワイン、からし</p>	<p>5 ごはん ◎たまごどうふ なっとう ごまあえ</p> <p>卵豆腐/全卵、豆乳、醤油、きび砂糖、酒、塩、むろあじ、昆布、鶏肉、つと、たけのこ、人参、干しいたけ、ほうれん草、醤油、きび砂糖、片栗粉</p> <p>納豆/大豆</p> <p>ごまあえ/小松菜、白菜、白すりごま、醤油、きび砂糖</p>	<p>6 △カレーうどん あおのりポテト いよかん</p> <p>うどん/ソフトめん、鶏肉、酒、油揚げ、人参、玉ねぎ、たけのこ、ごぼう、干しいたけ、ほうれん草、たまごだけ、長ねぎ、小麦粉、油、カレー粉、醤油、きび砂糖、本みりん、カレールウ、むろあじ、昆布</p> <p>ポテト/じゃがいも、油、塩、青のり</p>	<p>7 ツナライス △チキンナゲット ◎ココロサラダ</p> <p>ツナライス/胚芽精米、米粒麦、酒、塩、焼き豆腐、まぐろ水煮、人参、ごぼう、干しいたけ、グリーンピース、油、醤油、きび砂糖、みりん風調味料、塩</p> <p>ナゲット/鶏肉、植物性たん白、パン粉、でん粉、おから、砂糖、塩、香辛料、小麦粉、クラッカー粉、コーンフラワー、米粉、ぶどう糖、醤油、油</p> <p>サラダ/ハム、凍り豆腐、きび砂糖、醤油、酒、みりん風調味料、人参、きゅうり、ホールコーン、醤油、酢、きび砂糖、塩、こしょう、白ごま</p>
<p>10 △ハヤシライス もやしのごまサラダ パインかん</p> <p>ハヤシ/ごはん、豚肉、玉ねぎ、人参、じゃがいも、セロリ、しょうが、にんにく、マッシュルーム、グリーンピース、油、小麦粉、カレー粉、トマトピューレ、ケチャップ、トマト缶、デミグラスソース、ウスターソース、中濃ソース、醤油、塩、こしょう、オールのスパイス、ナツメグ、赤ワイン、鶏がらスープ</p> <p>サラダ/小松菜、もやし、ホールコーン、人参、醤油、きび砂糖、酢、赤みそ、酒、豆板醤、白すりごま</p>	<p>11 けんこ(きねん)ひ 建国記念の日</p> 	<p>12 ごはん ◎△青菜丸子湯 △ひじきはるまき デコポン</p> <p>丸子湯/豚肉、焼き豆腐、パン粉、しょうが、全卵、塩、片栗粉、チンゲンツァイ、きくらげ、醤油、酒、塩、こしょう、むろあじ、昆布</p> <p>春巻/たけのこ、人参、豚肉、ひじき、油、醤油、でん粉、砂糖、酒、発酵調味料、オイスターソース、香辛料、小麦粉、塩、加工でんぷん、クエン酸鉄 Na、キシロース</p>	<p>13 △しょうゆラーメン だいがくいも はるみ</p> <p>ラーメン/ソフトラーメン、豚肉、メンマ、しょうが、にんにく、醤油、酒、油、つと、もやし、玉ねぎ、人参、長ねぎ、ほうれん草、茎わかめ、みりん風調味料、塩、こしょう、鳥がら、豚骨、昆布</p> <p>大学芋/さつまいも、油、水あめ、黒砂糖、醤油、酢、黒ごま</p>	<p>14 ★チキンライス △★カレーコロッケ ★ヨーグルトあえ</p> <p>チキンライス/胚芽精米、米粒麦、バター、トマト缶、白ワイン、塩、醤油、酒、油、つと、人参、マッシュルーム、グリーンピース、油、ケチャップ、こしょう</p> <p>コロッケ/じゃがいも、豚肉、玉ねぎ、三温糖、みりん、酒、塩、醤油、カレー粉、油、牛乳、小麦粉、パン粉</p> <p>ヨーグルトあえ/みかん缶、パン缶、黄桃缶、なし缶、なつみかん缶、ヨーグルト</p>
<p>17 ごはん △◆とうふとえびの チリソースに △あげきょうざ ナムル</p> <p>チリソース煮/とうふ、えび、酒、片栗粉、小麦粉、油、人参、長ねぎ、干しいたけ、グリーンピース、しょうが、にんにく、ケチャップ、醤油、中濃ソース、きび砂糖、パプリカ、チリパウダー、片栗粉、鶏がらスープ</p> <p>きょうざ/キャベツ、豚肉、鶏肉、大豆たんぱく、加工でんぷん、玉ねぎ、長ねぎ、にら、油、醤油、酒、塩、香辛料、砂糖、小麦粉</p> <p>ナムル/小松菜、もやし、人参、醤油、酢、きび砂糖、一味、ごま油、白ごま</p>	<p>18 ◎△★ツイストパン △★ポーク クリームシチュー こまつなと コーンのサラダ いちご</p> <p>シチュー/豚肉、白ワイン、じゃがいも、玉ねぎ、人参、パセリ、油、小麦粉、バター、牛乳、豆乳、チーズ、スキムミルク、塩、こしょう、白ワイン、鶏がらスープ</p> <p>サラダ/小松菜、ホールコーン、白ごま、油、きび砂糖、酢、醤油</p>	<p>19 △ぶたミックスどん みそしる りんご</p> <p>豚ミックス/ごはん、豚肉、酒、醤油、しょうが、片栗粉、小麦粉、厚揚げ、油、玉ねぎ、たけのこ、人参、ピーマン、きび砂糖、みりん風調味料、白ごま</p> <p>味噌汁/あさり、酒、ごぼう、小松菜、長ねぎ、みそ、むろあじ、昆布</p>	<p>20 ◎△◆たぬきうどん ★チーズポテト はっさく</p> <p>うどん/ソフトめん、えび、あさり、人参、春菊、ごぼう、切り干し大根、ひじき、小麦粉、全卵、油、鶏肉、酒、つと、ほうれん草、長ねぎ、たまごだけ、干しいたけ、醤油、きび砂糖、酒、本みりん、酢、一味、むろあじ、昆布</p> <p>ポテト/じゃがいも、上白糖、バター、チーズ、牛乳、スキムミルク、塩</p>	<p>21 △ドライカレー コールスローサラダ</p> <p>カレー/胚芽精米、米粒麦、油、オリーブ油、カレー粉、塩、白ワイン、豚肉、赤ワイン、玉ねぎ、人参、セロリ、しょうが、にんにく、大豆、ピーマン、レーズン、小麦粉、ウスターソース、中濃ソース、ケチャップ、醤油、赤ワイン、こしょう、オールのスパイス、ナツメグ</p> <p>サラダ/キャベツ、人参、ホールコーン、酢、油、上白糖、塩、こしょう、からし</p>
<p>24 7thの7thひび 天皇誕生日 ひがなきゅうり 振替休日</p> 	<p>25 ◎△★かぼちゃパン △★チキングラタン △あさりの カリッとサラダ デコポン</p> <p>グラタン/鶏肉、白ワイン、マカニ、玉ねぎ、人参、油、小麦粉、バター、牛乳、豆乳、スチミル、チーズ、塩、こしょう、鶏がらスープ、パン粉、パセリ</p> <p>サラダ/あさり、しょうが、醤油、みりん風調味料、小麦粉、片栗粉、きゅうり、キャベツ、人参、醤油、酢、きび砂糖、からし、ごま油、白ごま</p>	<p>26 ごはん けのじる △ぶりのなんぷあげ のりのつくだに</p> <p>けの汁/凍り豆腐、油揚げ、つきこんやく、大根、人参、ごぼう、ふき、わらび、白みそ、酒、むろあじ、昆布</p> <p>南部揚げ/ぶり、醤油、塩、こしょう、酒、小麦粉、全卵、白ごま、油</p> <p>佃煮/もみのり、ひじき、醤油、酒、みりん風調味料、てんさい糖、水あめ</p>	<p>27 △パスタミートソース ◎ストローポテトサラダ</p> <p>パスタ/ソフトパスタ、豚肉、大豆、玉ねぎ、人参、マッシュルーム、セロリ、にんにく、油、パセリ、小麦粉、カレー粉、ケチャップ、トマトピューレ、トマト缶、デミグラスソース、ウスターソース、中濃ソース、醤油、塩、こしょう、赤ワイン、オールのスパイス、ナツメグ、鶏がらスープ</p> <p>サラダ/じゃがいも、油、ハム、キャベツ、きゅうり、ホールコーン、酢、きび砂糖、醤油、塩、こしょう、白ごま</p>	<p>28 さけちらし ◎△すましじる △ぶたにくのたつたあげ いちごのデザート</p> <p>ちらし/胚芽精米、米粒麦、上白糖、酢、塩、昆布、鮭、酒、干しいたけ、かんぴょう、人参、醤油、きび砂糖、酒、みりん風調味料、白ごま</p> <p>すまし汁/素麺、はんぺん、干しいたけ、長ねぎ、ほうれん草、醤油、塩、酒、むろあじ、昆布</p> <p>竜田揚げ/豚肉、醤油、酒、しょうが、片栗粉、小麦粉、油</p> <p>デザート/いちご、いちご果汁、砂糖、ゲル化剤</p>

卵を使った献立には◎、小麦粉を使った献立には△
乳製品を使った献立には★、えびを使った献立には◆
をつけています。

☆ 野菜・くだものは、入荷状況によって変更する場合があります。ご了承ください。
☆ 牛乳は、毎日 200ml つきます。