※牛乳(赤の仲間)は毎日つきます。
※食材入荷の都合により、献立及び食材を変更することがあります。
※加工品は枠の中に原材料及びアレルギー表示を記載しています。

《よく使用する調味料のアレルギー表示》

Table listing various condiments and their ingredients. Columns include: 薄口しょうゆ, 濃口しょうゆ, 麦みそ, 赤みそ, がらスープ, ウスターソース, デミグラスソース, 濃縮トマトソース, ケチャップ, ブイヨン, コンソメ, 洋風スープ, 中華だし, こしょう, Fホワイトルウ, クリームポタージュ, Fカレールウ, とろけるカレーフレーク.

Main menu table with columns: 曜日, 献立名 (主食, 献立), 献立, 血や肉をつくるもの (赤の食品), 熱や力になるもの (黄の食品), 体の調子を整えるもの (緑の食品), 調味料, 原材料およびアレルギー表示, エネルギー (小, 中), たんぱく質 (小, 中). Rows include meals like ごはん, サラダうどん, チキンのトマト煮, マーシャルビーンズ, マーボーなす, いわしの梅味噌煮, 減量チーズパン, 焼きそば, 夏野菜カレー, フルーツジュレ.

曜日	献立名		血や肉をつくるもの 赤の食品	熱や力になるもの 黄の食品	体の調子を整えるもの 緑の食品	調味料	原材料およびアレルギー表示	エネルギー 小中	たんぱく質 小中	
	主食	献立								
11 金	ミルクパン	ぎゅうにく 牛肉コロッケ	キハダマグロ・野菜工 キス・塩 (大豆)	じゃがいも・たまねぎ・牛肉・砂糖・パン粉・しょうゆ・マーガリン・大豆たんぱく・塩・香辛料・小麦粉・コーンフラワー・パーム油・でん粉 (小麦・乳・牛肉・大豆)	ぎゅうにくコロッケ こめあぶら	キャベツ きゅうり スイートコーン	イタリアンドレッシング 酢 塩		609	23.4
		イタリヤンサラダ								
14 月	ごはん	いろど やさい たまごや 彩り野菜の卵焼き	卵・植物油・砂糖・にんじん・豚肉・たまねぎ・でん粉・しょうゆ・ほうれん草・塩・かつお節・ゼラチン・昆布・魚介エキス (卵・小麦・大豆・豚肉・ゼラチン)		いろどりやさいのたまご焼き				614	23.9
		ゴーヤチャンプル								
15 火	ごはん	しめじとほうれん草のみそ汁	あぶらあげ むぎみそ		しめじとほうれん草のみそ汁	たまねぎ にんじん しめじ ほうれんそう	煮干し		739	27.9
		タコライス								
16 水	マヨネーズパン	れいとう 冷凍ムース	れいとうムース	加糖練乳・クリーム・脱脂粉乳・水あめ・植物油・塩・牛乳 (乳)	れいとうムース	たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ	中華だし 塩 こしょう 薄口しょうゆ		598	23.7
		ひむか地産地消の日	ひむか地産地消の日						713	27.5
17 木	マヨネーズパン	みやぎぎゅう 宮崎牛のビーフシチュー	ぎゅうにく ひよこまめ	じゃがいも	じゃがいも	たまねぎ にんじん マッシュ ルーム トマト	赤ワイン がらスープ ケチャップ Fハイシルウ デミグラスソース ウスターソース		592	22.7
		グリーンサラダ	みょうろ	ホキフライ	ホキフライ こめあぶら	キャベツ きゅうり にんじん	たまねぎドレッシング	【たまねぎドレッシング】 調味酢・しょうゆ・大豆油・なたね油・玉ねぎ・砂糖・椎茸・かつおだし・にんにく(小麦・大豆・豚肉)	736	30.9
18 金	減量コッペパン	なすとトマトのスパゲティ	ウィンナー	スパゲティ こめあぶら	たまねぎ なす トマト しめじ	卸しにんにく トマトソース ケチャップ 赤ワイン コンソメ ウスターソース 塩			589	22.7
		キャベツのサラダ	キャベツ	ホキフライ	ホキフライ こめあぶら	キャベツ きゅうり にんじん	たまねぎドレッシング	【たまねぎドレッシング】 調味酢・しょうゆ・大豆油・なたね油・玉ねぎ・塩・マスタード・にんにく・香辛料 (小麦・大豆・豚肉)	726	27.0
22 火	わかめごはん	かたぬ 片抜きチーズ	チーズ	魚肉・でん粉・砂糖・塩・植物油・寒天・大豆たんぱく・ぶどう糖 (大豆)	魚肉・でん粉・砂糖・塩・植物油・寒天・大豆たんぱく・ぶどう糖 (大豆)	小麦粉・塩・かつおぶし・こんぶ・煮干し・でん粉・ベーキングパウダー (小麦)				
		てづく このや 手作りお好み焼き	たまご はんげつちくわ ぶたにく かつおぶし あおさ	おこのみやきこ こめあぶら	小麦粉・塩・かつおぶし・こんぶ・煮干し・でん粉・ベーキングパウダー (小麦)	キャベツ ねぎ	おこのみやきソース	【お好みソース】 りんご・もも・酢・塩・しょうゆ・香辛料・オ イスター・エキス・肉エキス・昆布・しいたけ (小麦・大豆・豚肉・鶏肉・りんご・もも)	647	23.9
22 火	わかめごはん	たまごふしよ 卵不使用1食マヨネーズ	卵不使用1食マヨネーズ	鶏肉・玉ねぎ・大豆たんぱく・にんじん・パン粉・でん粉・砂糖・香辛料・塩 (小麦・大豆・鶏肉)	鶏肉・玉ねぎ・大豆たんぱく・にんじん・パン粉・でん粉・砂糖・香辛料・塩 (小麦・大豆・鶏肉)	にんじん たまねぎ ちんげん さい	薄口しょうゆ 中華だし 塩 こしょう がらスープ	【卵不使用1食マヨネーズ】 なたね油・大豆油・酢・塩 砂糖・大豆 たんぱく・香辛料・酵母エキス・でん 粉・調味料 (大豆)	796	29.5
		にくだんごの中華スープ	にくだんご ブチとうふ	豆乳 でん粉 (大豆)	豆乳 でん粉 (大豆)					