

日 曜	献立名	使用する食品名				アレルギー表示義務7品目	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		エネルギーになるもの	からだをつくるもの	からだの調子を整えるもの	調味料他		
1 金	カレーライス 麦ごはん	米 麦	ぶた肉 牛乳 うずら卵	にんじん たまねぎ			674 21.8
	牛乳	じゃがいも 油 カレールウ	牛乳		トマトケチャップ 中濃ソース	小麦 乳 卵	
	鉄骨サラダ	砂糖 油	ひじき ちりめんじゃこ	こまつな もやし きゅうり とうもろこし	醤油 清酒	小麦	
4 月	ごはん	米					666 28.5
	牛乳		牛乳			乳	
	つくね焼き	砂糖 かつくり粉 パン粉 小麦粉	とり肉 牛乳 卵	れんこん たまねぎ 切り干しだいこん	塩 こしょう 醤油 酢	小麦 卵 乳	
	即席漬け	砂糖		だいこん だいこんの葉 にんじん しょうが	醤油 酢 みりん	小麦	
5 火	肉じゃが	じゃがいも 油 砂糖	ぶた肉	にんじん たまねぎ ごぼう 干しいたけ さやいんげん こんにゃく	醤油 清酒	小麦	647 25.2
	【むし菌予防のこんだて】						
	かみかみ丼 ごはん	米					
	具	かつくり粉 油 砂糖 ごま	だいたい とり肉 かえり煮干し	ごぼう	醤油 みりん	小麦	
	牛乳		牛乳			乳	
6 水	山型食パン いちごジャム	パン ジャム					672 29.3
	牛乳		牛乳			乳	
	ムサカ	オリーブ油 じゃがいも 小麦粉 砂糖 油	ぶた肉 チーズ	なす にんじん たまねぎ	塩 こしょう コンソメ トマトケチャップ ウスターソース	小麦 乳	
	お豆のソテー	油	だいたい ひよこまめ	えだまめ こまつな	コンソメ 塩 こしょう	小麦	
7 木	とうもろこしスープ	かつくり粉	とり肉 卵	とうもろこし にんじん たまねぎ	塩 こしょう 鶏がら	卵	606 22.8
	ひじきごはん	米 砂糖 油	ひじき 油揚げ	干しいたけ にんじん たけのこ	醤油 清酒 塩	小麦	
	牛乳		牛乳			乳	
	あじの新たまねぎソース	かつくり粉 油 砂糖	あじ	しょうが たまねぎ	醤油 清酒 酢 レモン果汁	小麦	
8 金	きんぴらごぼう	油 砂糖 ごま		にんじん ごぼう こんにゃく こまつな	醤油	小麦	605 25.2
	ごはん	米					
	牛乳		牛乳			乳	
	ぶた肉のオイスターソース焼き	ごま	ぶた肉	しょうが	オイスターソース 醤油 清酒 みりん	小麦	
11 月	磯香和え	じゃがいも	のり	ほうれんそう もやし にんじん	醤油 清酒 だし(削り節)	小麦	588 28.4
	こしね汁	じゃがいも	油揚げ みそ	こんにゃく 干しいたけ ねぎ にんじん だいこん ごぼう	だし(削り節・煮干し)	小麦	
	黒パン	パン				小麦 乳	
	牛乳		牛乳			乳	
12 火	ハーブチキン		とり肉		塩 こしょう バジルペースト 白ワイン		614 29.7
	アスパラサラダ	ドレッシング		アスパラガス キャベツ ピーマン			
	洋風かき玉スープ	じゃがいも	ベーコン 卵	たまねぎ にんじん こまつな	コンソメ 醤油 塩 こしょう	小麦 卵	
	ピピンバ ごはん	米					
13 水	具	ごま油 砂糖 油 ごま	ぶた肉	ぜんまい しょうが こまつな だいたいもやし	醤油 清酒	小麦	651 26.7
	牛乳		牛乳			乳	
	鮭フライ	小麦粉 パン粉 油	さけ		塩 こしょう	小麦	
	小松菜とメンマのソテー	ごま油		こまつな メンマ もやし	塩 こしょう 醤油	小麦	
14 木	磯煮	じゃがいも 油 砂糖	ひじき 油揚げ だいたい	にんじん こんにゃく 干しいたけ さやいんげん	醤油 清酒 だし(削り節)	小麦	614 24.3
	タンメン 中華めん	中華めん	ぶた肉 あさり	にら たまねぎ にんじん もやし キャベツ	清酒 醤油 塩 こしょう 鶏がら	小麦	
	汁	油 ごま	牛乳			小麦	
	牛乳		牛乳			乳	
15 金	エスニック春巻き	小麦粉 油 はるまきの皮	ぶた肉 だいたい	たまねぎ	白ワイン カレー粉 トマトケチャップ ウスターソース コンソメ	小麦	651 24.1
	中華サラダ	砂糖 ごま油		えのきたけ チンゲンサイ にんじん きゅうり	醤油 酢	小麦	
	ごはん	米					
	牛乳		牛乳			乳	
18 月	とりのねぎみそ焼き	砂糖	とり肉 みそ	しょうが ねぎ	みりん 醤油 清酒	小麦	681 25.2
	切り干し大根の和え物	砂糖		こまつな にんじん 切り干しだいこん	醤油 清酒	小麦	
	じゃがいものそぼろ煮	じゃがいも 油 砂糖 かつくり粉	ぶた肉	にんじん たまねぎ こんにゃく さやいんげん しょうが	醤油 清酒	小麦	
	【ワールドカップ応援献立】						
19 火	ターメリックライス	米 麦			ターメリック		609 26.2
	牛乳		牛乳			乳	
	ストロガノフ	小麦粉 バター	ぶた肉 牛乳	たまねぎ マッシュルーム にんじん	塩 こしょう デミグラスソース ウスターソース 赤ワイン コンソメ	小麦 乳	
	ロシアンサラダ	じゃがいも ドレッシング	だいたい	ビート こまつな		小麦	
20 水	ヨーグルト		ヨーグルト			乳	665 29.3
	【食育の日の献立】						
	ごはん	米					
	牛乳		牛乳			乳	
21 木	さわらの照り焼き	砂糖	さわら	しょうが	醤油 清酒 みりん	小麦	621 27.0
	小松菜のごま和え	砂糖 ごま		こまつな もやし	醤油 清酒	小麦	
	打ち込み汁	うどん じゃがいも	とり肉 油揚げ みそ	にんじん ごぼう だいこん ねぎ	醤油 だし(煮干し)	小麦	
	打ち込み汁	うどん じゃがいも	とり肉 油揚げ みそ	にんじん ごぼう だいこん ねぎ	醤油 だし(煮干し)	小麦	
22 金	ごはん	米					604 607
	牛乳		牛乳			乳	
	わらじカツ	小麦粉 パン粉 油 砂糖	ぶた肉		塩 こしょう 醤油 みりん	小麦	
	キャベツのからしあえ	砂糖		キャベツ にんじん もやし きゅうり	醤油 辛子	小麦	
23 月	凍り豆腐の煮物	砂糖	凍り豆腐 ひじき	にんじん 干しいたけ こんにゃく	醤油 みりん だし(削り節)	小麦	621 27.0
	こぎつねごはん	米 砂糖 油	とり肉 油揚げ	にんじん えだまめ	醤油 清酒 だし(削り節)	小麦	
	牛乳		牛乳			乳	
	さばのみりん焼き	砂糖 ごま油 ごま	さば	しょうが	醤油 清酒 みりん	小麦	
24 火	青菜と焼き豚のソテー	ごま油 油	焼きぶた	こまつな もやし	塩 こしょう 醤油	小麦	673 25.8
	オレンジゼリー	ジュース 砂糖	寒天				
	子どもパン	パン				小麦 乳	
	牛乳		牛乳			乳	
25 水	春日部コロッセ	じゃがいも バター 油 小麦粉 パン粉	ぶた肉 だいたい スキムミルク 卵	たまねぎ	塩 こしょう	小麦 乳 卵	604 607
	ゆでキャベツ			キャベツ	中濃ソース	小麦	
	春雨スープ	はるさめ ごま油	とり肉	にんじん たまねぎ こまつな	醤油 塩 こしょう 鶏がら	小麦	
	ごはん	米					
26 火	牛乳		牛乳			乳	604 607
	影の国ねぎみそ餃子	油	ぎょうざ			小麦	
	ナムル	砂糖 ごま油 ごま		もやし にんじん きゅうり	醤油 酢 塩	小麦	
	マーボー豆腐	油 ごま油 かつくり粉	豆腐 ぶた肉	にんじん たけのこ にら ねぎ しょうが	醤油 甜麺醤 豆板醤 オイスターソース 清酒 コンソメ	小麦	
27 水	パイパン	パン				小麦 乳	607 19.9
	牛乳		牛乳			乳	
	ポテトグラタン	じゃがいも バター 小麦粉 油	牛乳 ハム チーズ	たまねぎ	塩 こしょう	小麦 乳	
	キャベツのサラダ	ドレッシング		にんじん きゅうり キャベツ		小麦	
28 木	ミネストローネ	マカロニ	とり肉	たまねぎ にんじん セロリ トマト	コンソメ 塩 こしょう	小麦	590 24.0
	キャロットライス	米 油	えび	にんじん たまねぎ マッシュルーム とうもろこし さやいんげん	コンソメ 塩 こしょう	えび	
	牛乳		牛乳			乳	
	とり肉のエスカベッシュ	オリーブ油	とり肉	たまねぎ にんじん ピーマン	塩 こしょう 酢	小麦	
29 金	ビーンズサラダ	ドレッシング	ひよこ豆 赤いんげん豆 えんどう豆	キャベツ こまつな えだまめ		小麦	619 23.2
	五目うどん 地粉うどん	地粉うどん				小麦	
	汁		とり肉 油揚げ	干しいたけ ほうれんそう にんじん たまねぎ	塩 醤油 みりん だし(削り節・煮干し)	小麦	
	牛乳		牛乳			乳	
30 日	かき揚げ	じゃがいも 小麦粉 油	ちくわ 卵	たまねぎ ごぼう にんじん	塩	小麦 卵	615 25.8
	おろし和え		ツナ	こまつな だいこん えのきたけ	醤油 みりん	小麦	
	ごはん	米					
	牛乳		牛乳			乳	
31 日	ほっけの塩焼き		ほっけ				615 25.8
	みそ炒め	油 砂糖	みそ	こまつな にんじん キャベツ	醤油 清酒	小麦	
	筑前煮	油 じゃがいも 砂糖	とり肉 凍り豆腐	たけのこ にんじん ごぼう こんにゃく 干しいたけ さやいんげん	醤油 清酒 だし(削り節)	小麦	
	筑前煮	油 じゃがいも 砂糖	とり肉 凍り豆腐	たけのこ にんじん ごぼう こんにゃく 干しいたけ さやいんげん	醤油 清酒 だし(削り節)	小麦	

* 食品衛生法に基づいて「アレルギー表示義務7品目」について表示しています。

* コンタミネーション(原材料としては使用されていなくても、製造工程で混入する恐れがある場合や、しらす干し等の魚介類とその加工品及びわかめ等の海藻類に混入している場合等)については、記載しておりません。

* 一部、材料入荷の都合により献立を変更したり、記入されていない材料を使用したりすることもあります。詳しい材料・調味料・加工品の配合等が知りたい方は、お申し出ください。

基準	6~7歳 8~9歳 10~11歳 今月平均			
	エネルギー(kcal)	530	640	750
たんぱく質(g)	20.0	24.0	28.0	25.5