令和6年10月 詳細献立表(アレルギー)

※「詳細献立表」には、使用する食材と、アレルギー表示義務のある8品目及び下記の品目について表示しています。

那覇市立泊小学校(給食室直通) 917-3474

表示義務(特定原材料)8品目 卵、乳、小麦、落花生(ピ ナッツ)、えび、そば、かに、くるみ

- ※ 醤油と酢に含まれる「小麦」は表示しておりませんが、微量の小麦成分が含まれております。
- ※ 詳しい情報が必要な方、または不明な点がある場合は、給食室(給食センター)までお問い合わせください。 ※ 給食を食べる前に、必ず内容を確認してください。 ※ 材料、天候等により、献立を変更する場合があります。

- ※ 配合表を基に表記しているため、表示義務8品目以外の食品については表記されていない場合もあります。
- ※ 給食で使用するもずくやアーサ、チリメンなどにエビ・カニが混ざる可能性があります。
- ※ くるみは、表示義務の経過措置期間が2025年3月31日までとされているため、把握できる範囲にて表示しています。

日	曜日		こんだて	(あか) おもに体をつくる もとになる食品	(きいろ) おもにエネルギーの もとになる食品	(みどり) おもに体の調子を 整えるもとになる食品	調味料由来
1	火		ごはん		*		
'		牛乳	シカムドゥチ 切干大根と小松菜の和え物	ぶた肉,油揚げ,かまぼこ	ごま,さとう	こんにゃく,しいたけ,だいこん 千切大根,きゅうり,にんじん,こまつな	
			魚のカレー焼き	さば,みそ	卵なしマヨネーズ	にんにく	
2	水		きびごはん	. ,	米,もちきび		
_	小	牛乳	高野豆腐のたまごとじ	高野豆腐,とり肉,卵,かまぼこ	さとう	たまねぎ,にんじん,ごぼう,しいたけ,いんげん	
	木	-	ごまじゃこあえ 麦ごはん	しらす	ごま,さとう,ごま油 米,麦	きゅうり,だいこん,にんじん	
3		4.5	なめこ汁	豆腐,わかめ,みそ	不,友	なめこ,えのき,長ねぎ	赤だし(いわし粉末)
		牛乳	野菜の五目塩炒め	ぶた肉,かまぼこ	油,ごま油,でん粉	たまねぎ,にんじん,チンゲンサイ,たけのこ	, ,
						しょうが、ヤングコーン	
,			オレンジ	キャルハ	ふく小生 別く 油 関軸 ナレン コココ	オレンジ	
4	金月	#乳	2色あげパン(きなこ&ココア) ミネストローネ	きな粉とり肉	パン(小麦,乳),油,黒糖,さとう,ココア じゃがいも,マカロニ(小麦),油	たまねぎ,にんじん,セロリー,トマト,にんにく	
			ハニーサラダ	- //3	はちみつ、油	キャベツ,きゅうり,ブロッコリー,コーン	
7			ゆかりごはん		米,さとう	しそ	
'	刀	牛乳	かきたま汁	卵,とり肉	でん粉	しいたけ、こまつな、えのき、にんじん	
8			マーミナーチャンプルーごはん	ぶた肉,かまぼこ,豆腐	油米	にんじん,もやし,キャベツ,からし菜	
	火		大根と椎茸のコクうま煮	とり肉,厚揚げ,かまぼこ,油揚げ	さとう,油	だいこん,にんじん,しいたけ,たけのこ,えだまめ	
		[华 乳]			·	こんにゃく,しょうが,にんにく	
			ほうれんそうのおひたし	ちくわ,削り節	さとう	ほうれんそう,はくさい,にんじん	
			納豆	納豆	米,もちきび、麦、黒米、赤米		タレ(小麦)
9	水	华乳	五穀ごはん クーリジシ	ぶた肉,油揚げ,卵	不,もらごび,友, 無不, 小不 でん粉	とうがん,しいたけ,ねぎ	
			クーブイリチー	ぶた肉,かまぼこ,昆布	油,さとう	千切大根、こんにゃく、にんじん	
			梨			なし	
10	木		ジョア	脱脂粉乳(乳)	さとう	ブルーベリー,アロニア	
	´'`		きのこスパゲティ	ポーク,ベーコン,チーズ(乳)	スパゲティ(小麦),油,バター(乳)	しめじ,まいたけ,しいたけ,たまねぎ,こまつな にんじん,にんにく, パセリ	
			ツナサラダ	ツナ	卵なしマヨネーズ,さとう, ドレッシング	きゅうり,ピクルス,赤ピーマン,キャベツ	
			レンコンつくね	とり肉,大豆	油,パン粉(小麦),でん粉,さとう	たまねぎ、れんこん、にんにく、しょうが、にんじん	ほたてエキス
<u> </u>	^	$\overline{}$	キムタクごはん	ぶた肉	米,ごま油,油,ごま	にんじん,きくらげ,えだまめ,たくあん	
	金	牛乳				白菜キムチ (小麦、さば・かつおエキス)	
		الشا	もやしのナムル		さとう,ごま油,ごま	もやし,こまつな,にんじん	
			春巻 アセロラゼリー	とり肉	小麦粉,油,はるさめ,さとう,でん粉 さとう,でん粉	たまねぎ, キャベツ, にんじん, もやし, たけのこ アセロラ	
2 1	* **		まではん	<u> </u>	うきやすみ	*********	
22		[#乳] #乳	ポークハヤシ キャベツとコーンのサラダ	ぶた肉,鶏レバー,豆乳	じゃがいも,米粉,バター(乳),油 ドレッシング	にんじん,たまねぎ,しめじ,にんにく キャベツ,にんじん,コーン	小麦
			きびごはん		米,もちきび	4 (1),12,12,12,12,12	
	火		たまごスープ	卵,豆腐	でん粉	こまつな,えのき	
		T+t	ホイコーロー	ぶた肉,厚揚げ,みそ	油,ごま油,でん粉	にんにく,しょうが,キャベツ,にんじん,ピーマン	
						40.0	小麦
			ポークシュウフィ	*** *	パン粉(小丰) ブ 4 粉 小丰粉	黄ピーマン,しめじ,たけのこ たまわぎ しょうが	小麦
23	水		ポークシュウマイ	ぶた肉	パン粉(小麦), でん粉, 小麦粉 さとう	黄ピーマン,しめじ,たけのこ たまねぎ,しょうが	小麦
23	小	/ ^	ポークシュウマイ 麦ごはん	ぶた肉	パン粉(小麦), でん粉, 小麦粉 さとう 米,麦		小麦
		(#乳	麦ごはんさつま汁	ぶた肉,油揚げ,みそ	さとう	たまねぎ、しょうが たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ	小麦
~ /		华乳	麦ごはん さつま汁 おかかあえ	ぶた肉,油揚げ,みそ 削り節	さとう	たまねぎ,しょうが たまねぎ,にんじん,しいたけ,ねぎ こまつな,キャベツ,もやし	小麦
24	1	华乳	麦ごはん さつま汁 おかかあえ 魚のもみじ焼き	ぶた肉,油揚げ,みそ	さとう 米.麦 さつまいも 卵なしマヨネーズ	たまねぎ、しょうが たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ	小麦
	木		麦ごはん さつま汁 おかかあえ	ぶた肉,油揚げ,みそ 削り節	さとう	たまねぎ,しょうが たまねぎ,にんじん,しいたけ,ねぎ こまつな,キャベツ,もやし	小麦
	木	牛乳 牛乳 牛乳	表ごはん さつま汁 おかかあえ 魚のもみじ焼き 野菜そば(麺)	ぶた肉,油揚げ,みそ 削り節	さとう 米.麦 さつまいも 卵なしマヨネーズ	たまねぎ,しょうが たまねぎ,にんじん,しいたけ,ねぎ こまつな,キャベツ,もやし にんじん,パセリ	小麦
	木		表ごはん さつま汁 おかかあえ 魚のもみじ焼き 野菜そば(麺) 野菜そば(汁) 野菜そば(具) ひじきとれんこんの梅マヨサラダ	ぶた肉、油揚げ、みそ 削り節 パンガシウス ぶた肉、かまぽこ ちくわ、ひじき	さとう 米,麦 さつまいも 卵なしマヨネーズ 小麦粉,油 油 ごま,さとう,卵なしマヨネーズ	たまねぎ、しょうが たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ こまつな、キャベツ、もやし にんじん、パセリ しょうが	小麦
0.			表ごはん さつま汁 おかかあえ 魚のもみじ焼き 野菜そば(麺) 野菜そば(汁) 野菜そば(具) ひじきとれんこんの梅マヨサラダ ブチたい焼	ぶた肉,油揚げ,みそ 削り節 パンガシウス ぶた肉,かまぼこ	さとう 米麦 さつまいも 卵なしマヨネーズ 小麦粉,油 油 ごま,さとう,卵なしマヨネーズ 小麦粉,さとう,油,米粉,とうもろこし粉	たまねぎ、しょうが たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ こまつな、キャベツ、もやし にんじん、パセリ しょうが キャベツ、からし菜、もやし、にんじん、ねぎ	小麦
25	木金	##	表ごはん さつま汁 おかかあえ 魚のもみじ焼き 野菜そば(麺) 野菜そば(汁) 野菜そば(具) ひじきとれんこんの梅マヨサラダ	ぶた肉、油揚げ、みそ 削り節 パンガシウス ぶた肉、かまぽこ ちくわ、ひじき	さとう 米,麦 さつまいも 卵なしマヨネーズ 小麦粉,油 油 ごま,さとう,卵なしマヨネーズ	たまねぎ、しょうが たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ こまつな、キャベツ、もやし にんじん、パセリ しょうが キャベツ、からし菜、もやし、にんじん、ねぎ	小麦
25			表ごはん さつま汁 おかかあえ 魚のもみじ焼き 野菜そば(麺) 野菜そば(汁) 野菜そば(1) ウじきとれんこんの梅マヨサラダ ブチたい焼 麦ごはん	ぶた肉、油揚げ、みそ 削り節 パンガシウス ぶた肉、かまぽこ ちくわ、ひじき 小豆	さとう 米,麦 さつまいも 卵なしマヨネーズ 小麦粉,油 油 ごま,さとう,卵なしマヨネーズ 小麦粉,さとう,卵なしマヨネーズ 小麦粉,さとう,油,米粉,とうもろこし粉 米,麦	たまねぎ,しょうが たまねぎ,にんじん,しいたけ,ねぎ こまつな,キャベツ,もやし にんじん,パセリ しょうが キャベツ,からし菜,もやし,にんじん,ねぎ きゅうり,にんじん,れんこん,うめ	
25		##	表ごはん さつま汁 おかかあえ 魚のもみじ焼き 野菜そば(独) 野菜そば(汁) 野菜そば(具) ひじきとれんこんの梅マヨサラダ ブチたい焼 表ごはん ビビンバ(肉) ビビンバ(肉) はるさめスープ	ぶた肉、油揚げ、みそ 削り節 パンガシウス ぶた肉、かまぽこ ちくわ、ひじき 小豆	さとう 米,麦 さつまいも 卵なしマヨネーズ 小麦粉,油 油 ごま,さとう,卵なしマヨネーズ 小麦粉,さとう,油,米粉,とうもろこし粉 米,麦 ごま油,さとう,ブん粉	たまねぎ, しょうが たまねぎ, にんじん, しいたけ, ねぎ こまつな, キャベツ, もやし にんじん, パセリ しょうが キャベツ, からし菜, もやし, にんじん, ねぎ きゅうり, にんじん, れんこん, うめ たまねぎ, しょうが, にんにく こまつな, もやし, にんじん しいたけ, にんじん, ねぎ, はくさい	
	金	##	表ごはん さつま汁 おかかあえ 魚のもみじ焼き 野菜そば(種) 野菜そば(汁) 野菜そば(汁) 野菜そば() びじきとれんこんの梅マヨサラダ ブチたい焼 表ごはん ビビンバ(肉) ビビンバ(野菜) はるさめスープ みかん	ぶた肉、油揚げ、みそ 削り節 パンガシウス ぶた肉、かまぼこ ちくわ、ひじき 小豆 牛肉、ぶた肉、ぶたレバー	さとう 米表 さつまいも 卵なしマヨネーズ 小麦粉,油 油 ごまさとう,卵なしマヨネーズ 小麦粉,さとう,油,米粉,とうもろこし粉 米,麦 ごま油,さとう,でん粉 ドレッシング(小麦),ごま はるさめ,でん粉	たまねぎ,しょうが たまねぎ,にんじん,しいたけ,ねぎ こまつな,キャベツ,もやし にんじん,パセリ しょうが キャベツ,からし菜,もやし,にんじん,ねぎ きゅうり,にんじん,れんこん,うめ たまねぎ,しょうが,にんにく こまつな,もやし,にんじん	
25 28		##	表ごはん さつま汁 おかかあえ 魚のもみじ焼き 野菜そば(畑) 野菜そば(共) ひじきとれんこんの梅マヨサラダ ブチたい焼 表ごはん ビビンバ(野菜) はるさめスープ みかん 表ごはん マーポー大根	ぶた肉、油揚げ、みそ 削り節 パンガシウス ぶた肉、かまぼこ ちくわ、ひじき 小豆 牛肉、ぶた肉、ぶたレバー 豆腐	さとう 米麦 さつまいも 卵なしマヨネーズ 小麦粉,油 油 ごま,さとう,卵なしマヨネーズ 小麦粉,さとう,油,米粉,とうもろこし粉 米麦 ・麦油,さとう,でん粉 ドレッシング(小麦),ごま はるさめ,でん粉 ・ボース・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール	たまねぎ,にんじん,しいたけ,ねぎ こまつな,キャベツ,もやし にんじん,パセリ しょうか キャベツ,からし菜,もやし,にんじん,ねぎ きゅうり,にんじん,れんこん,うめ たまねぎ,しょうが,にんにく こまつな,もやし,にんじん しいたけ,にんじん,ねぎ,はくさい みかん だいこん,たけのこ,たまねぎ,にんじん,にら しいたけ,にんにく	
	金	+乳	表ごはん さつま汁 おかかあえ 魚のもみじ焼き 野菜そば(麺) 野菜そば(注) 野菜そば(チ) ひじきとれんこんの梅マヨサラダ ブチたい焼 麦ごはん ビビンバ(肉) ヒビンバ(肉) はるさめスープ みかん 麦ごはん マーボー大根	ぶた肉,油揚げ,みそ 削り節 パンガシウス ぶた肉,かまぽこ ちくわ,ひじき 小豆 牛肉,ぶた肉,ぶたレバー	さとう 米,麦 さつまいも 卵なしマヨネーズ 小麦粉,油 油 ごま、さとう、卵なしマヨネーズ 小麦粉、さとう、卵なしマヨネーズ 小麦粉、さとう、油、米粉、とうもろこし粉 米,麦 ごま油、さとう、でん粉 ドレッシング(小麦)、ごま はるさめ、でん粉	たまねぎ、しょうが たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ こまつな、キャベツ、もやし にんじん、パセリ しょうが きゅうり、にんじん、れんこん、うめ たまねぎ、しょうが、にんにく こまつな、もやし、にんじん、ねぎ、はくさい みかん だいこん、たけのこ、たまねぎ、にんじん、にら しいたけ、にんけんこん、く キャベツ、きゅうり、こまつな	小麦
	金	+乳	表ごはん さつま汁 おかかあえ 魚のもみじ焼き 野菜そば(種) 野菜そば(汁) 野菜そば(汁) 野菜そば(具) ひじきとれんこんの梅マヨサラダ ブチたい焼 麦ごはん ビビンバ(肉) ビビンバ(野菜) はるさめスープ みかん 麦ごはん マーボー大根 キャベツの中華サラダ	ぶた肉、油揚げ、みそ 削り節 パンガシウス ぶた肉、かまぽこ ちくわ、ひじき 小豆 牛肉、ぶた肉、ぶたレバー 豆腐 豆腐、ぶた肉、ぶたレバー、大豆、みそ とり肉	さとう 米,麦 さつまいも 卵なしマヨネーズ 小麦粉,油 油 ごま,さとう,卵なしマヨネーズ 小麦粉,さとう,油,米粉,とうもろこし粉 米,麦 ごま油 さとう,でん粉 ドレッシング(小麦),ごま はるさめ,でん粉 米,麦 でん粉,油,ごま油 ごま,さとう,ごま油	たまねぎ,しょうが たまねぎ,にんじん,しいたけ,ねぎ こまつな,キャベツ,もやし にんじん,パセリ しょうが しょうが きゅうり,にんじん,れんこん,うめ たまねぎ,しょうが,にんにく こまつな,もやし,にんじん,ねぎ きゅうり,にんじん,れんこん,うめ たまねぎ,しょうが,にんにく こいたけ,にんじん,れんごん,しいたけ,にんじん,れんごん,わかん	小麦
28	金月	牛乳	表ごはん さつま汁 おかかあえ 魚のもみじ焼き 野菜そば(麺) 野菜そば(注) 野菜そば(チ) ひじきとれんこんの梅マヨサラダ ブチたい焼 麦ごはん ビビンバ(肉) ヒビンバ(肉) はるさめスープ みかん 麦ごはん マーボー大根	ぶた肉、油揚げ、みそ 削り節 パンガシウス ぶた肉、かまぼこ ちくわ、ひじき 小豆 牛肉、ぶた肉、ぶたレバー 豆腐	さとう 米麦 さつまいも 卵なしマヨネーズ 小麦粉,油 油 ごま,さとう,卵なしマヨネーズ 小麦粉,さとう,油,米粉,とうもろこし粉 米麦 ・麦油,さとう,でん粉 ドレッシング(小麦),ごま はるさめ,でん粉 ・ボース・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール	たまねぎ、しょうが たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ こまつな、キャベツ、もやし にんじん、パセリ しょうが きゅうり、にんじん、れんこん、うめ たまねぎ、しょうが、にんにく こまつな、もやし、にんじん、ねぎ、はくさい みかん だいこん、たけのこ、たまねぎ、にんじん、にら しいたけ、にんけんこん、く キャベツ、きゅうり、こまつな	小麦
	金	+乳	表ごはん さつま汁 おかかあえ 魚のもみじ焼き 野菜そば(麺) 野菜そば(注) 野菜そば(具) ひじきとれんこんの梅マヨサラダ ブチたい焼 麦ごはん ビビンパ(肉) ビビンパ(野菜) はるさめスープ みかん 麦ごはん マーポー大根 キャベツの中華サラダ 柿 うっちんライス こまつなときのこの和え物	ぶた肉、油揚げ、みそ 削り節 パンガシウス ぶた肉、かまぽこ ちくわ、ひじき 小豆 牛肉、ぶた肉、ぶたレバー 豆腐 豆腐、ぶた肉、ぶたレバー、大豆、みそ とり肉	さとう 米表 さつまいも 卵なしマヨネーズ 小麦粉,油 油 ごまさとう,卵なしマヨネーズ 小麦粉,さとう,油,米粉,とうもろこし粉 米、麦 ごま油さとう,でん粉 ドレッシング(小麦),ごま はるさめ,でん粉 米 麦 でん粉,油,ごま油 ごま,さとう,ごま油 米、パター(乳),油 ごま,さとう	たまねぎ、しょうが たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ こまつな、キャベツ、もやし にんじん、パセリ しょうが たまねぎ、しょうが、にんじん、ねぎ きゅうり、にんじん、れんこん、うめ たまねぎ、しょうが、にんにく こまつな、もやし、にんじん、ねぎ、はくさい みかん だいこん、たけのこ、たまねぎ、にんじん、にら しいたけ、にんじん。 たいさん、たけのこ、たまねぎ、にんじん、にら しいたけ、にんじん、なる。 さんじん、たまれぎ、長ねぎ、からし菜 マッシュルーム、グリンピース、ウコン こまつな、キャベツ、にんじん、しめじ、コーン	小麦 小麦, オイスターエキス
28	金月	牛乳	表ごはん さつま汁 おかかあえ 魚のもみじ焼き 野菜そば(麺) 野菜そば(種) 野菜そば(汁) 野菜そば(具) ひじきとれんこんの梅マヨサラダ ブチたい焼 麦ごはん ビビンバ(肉) ビビンバ(野菜) はるさめスープ みかん 麦ごはん マーボー大根 キャベツの中華サラダ 柿 うっちんライス	ぶた肉,油揚げ,みそ 削り節 パンガシウス ぶた肉,かまぽこ ちくわ,ひじき 小豆 牛肉,ぶた肉,ぶたレバー 豆腐 豆腐,ぶた肉,ぶたレバー,大豆,みそ とり肉	さとう 米麦 でつまいも 卵なしマヨネーズ 小麦粉,油 油 ごま,さとう,卵なしマヨネーズ 小麦粉,さとう,油,米粉,とうもろこし粉 米麦 ごま油,さとう,でん粉 ドレッシング(小麦),ごま はるさめ,でん粉 米、麦 でん粉,油,ごま油 こま,さとう,ごま油	たまねぎ,にんじん,しいたけ,ねぎ こまつな,キャベツ,もやし にんじん,パセリ しょうか キャベツ,からし菜,もやし,にんじん,ねぎ きゅうり,にんじん,れんこん,うめ たまねぎ,しょうが,にんにく こまつな,もやし,にんじん しいたけ,にんじん,ねぎ,はくさい みかん だいこん,たけのこ,たまねぎ,にんじん,にら しいたけ,にんにく キャベツ,きゅうり,こまつな かき にんじん,たまねぎ,長ねぎ,からし菜 マッシュルーム,グリンピース,ウコン	小麦
28 29	金月火	牛乳	表ごはん さつま汁 おかかあえ 魚のもみじ焼き 野菜そば(麺) 野菜そば(注) 野菜そば(具) ひじきとれんこんの梅マヨサラダ ブチたい焼 麦ごはん ビビンパ(肉) ビビンパ(野菜) はるさめスープ みかん 麦ごはん マーポー大根 キャベツの中華サラダ 柿 うっちんライス こまつなときのこの和え物	ぶた肉、油揚げ、みそ 削り節 パンガシウス ぶた肉、かまぽこ ちくわ、ひじき 小豆 牛肉、ぶた肉、ぶたレバー 豆腐 豆腐、ぶた肉、ぶたレバー、大豆、みそ とり肉	さとう 米,麦 さつまいも 卵なしマヨネーズ 小麦粉,油 油 ごま,さとう,卵なしマヨネーズ 小麦粉,さとう,油,米粉,とうもろこし粉 米,麦 ごま油さとう,でん粉 ドレッシング(小麦),ごま はるさめ,でん粉 米,麦 でん粉,油,ごま油 ごま,さとう,ごま油 米,バター(乳),油 ごま,さとう ドレッシング(小麦,ほたてエキス) 油,パン粉(小麦),さとう,小麦粉	たまねぎ、しょうが たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ こまつな、キャベツ、もやし にんじん、パセリ しょうが たまねぎ、しょうが、にんじん、ねぎ きゅうり、にんじん、れんこん、うめ たまねぎ、しょうが、にんにく こまつな、もやし、にんじん、ねぎ、はくさい みかん だいこん、たけのこ、たまねぎ、にんじん、にら しいたけ、にんじん。 たいさん、たけのこ、たまねぎ、にんじん、にら しいたけ、にんじん、なる。 さんじん、たまれぎ、長ねぎ、からし菜 マッシュルーム、グリンピース、ウコン こまつな、キャベツ、にんじん、しめじ、コーン	小麦 小麦, オイスターエキス
28	金月	牛乳	表ごはん さつま汁 おかかあえ 魚のもみじ焼き 野菜そば(麺) 野菜そば(汁) 野菜そば(汁) 野菜そば(汁) 野菜そば(臭) ひじきとれんこんの梅マヨサラダ ブチたい焼 麦ごはん ビビンパ(肉) ピビンパ(肉) はるさめスープ みかん 麦ごはん マーボー大根 キャベツの中華サラダ 柿 うっちんライス こまつなときのこの和え物 やわらかカツオカツ 麦ごはん 豆腐とわかめのみそ汁	ぶた肉、油揚げ、みそ 削り節 パンガシウス ぶた肉、かまぽこ ちくわ、ひじき 小豆 牛肉、ぶた肉、ぶたレバー 豆腐 豆腐、ぶた肉、ぶたレバー、大豆、みそ とり肉 とり肉 とり肉	さとう 米麦 でつまいも 卵なしマヨネーズ 小麦粉,油 油 ごま、さとう、卵なしマヨネーズ 小麦粉、さとう、油、米粉、とうもろこし粉 米麦 ごま油、さとう、でん粉 ドレッシング(小麦)、ごま はるさめ、でん粉 米麦 でん粉、油、ごま油 ごま、さとう、ごま油 米、パター(乳)、油 ごま、さとう ドレッシング(小麦、ほたてエキス) 油、パン粉(小麦)、さとう、小麦粉 でん粉 米、麦	たまねぎ, しょうが たまねぎ, にんじん, しいたけ, ねぎ こまつな, キャベツ, もやし にんじん, パセリ しょうが たまねぎ, しょうが, にんじん, れんこん, うめ たまねぎ, しょうが, にんにく こまつな, もやし, にんじん しいたけ, にんじん, ねぎ, はくさい みかん だいこん, たけのこ, たまねぎ, にんじん, にら しいたけ, にんにく キャベツ, きゅうり, こまつな かき にんじん, たまねぎ, 長ねぎ, からし菜 マッシュルーム, グリンピース, ウコン こまつな, キャベツ, にんじん, しめじ, コーン たまねぎ, しょうが	小麦 小麦, オイスターエキス
28 29	金月火	牛乳	表ごはん さつま汁 おかかあえ 魚のもみじ焼き 野菜そば(種) 野菜そば(汁) 野菜そば(汁) 野菜そば(具) ひじきとれんこんの梅マヨサラダ ブチたい焼 麦ごはん ビビンバ(肉) ビビンバ(野菜) はるさめスープ みかん 麦ごはん マーボー大根 キャベツの中華サラダ 柿 うっちんライス こまつなときのこの和え物 やわらかカツオカツ 麦ごはん 豆腐とわかめのみそ汁 きんびらごぼう	ぶた肉、油揚げ、みそ 削り節 パンガシウス ぶた肉、かまぼこ ちくわ、ひじき 小豆 牛肉、ぶた肉、ぶたレバー 豆腐 豆腐、ぶた肉、ぶたレバー、大豆、みそ とり肉 とり肉 とり肉 とり肉 をり肉 をり肉 をり肉	さとう 米表 さつまいも 卵なしマヨネーズ 小麦粉,油 油 ごまさとう,卵なしマヨネーズ 小麦粉,さとう,油,米粉,とうもろこし粉 米,麦 ごま油さとう,でん粉 ドレッシング(小麦),ごま はるさめ,でん粉 米麦 でん粉,油,ごま油 ごま,さとう,ごま油 米,パター(乳),油 ごまさとう ドレッシング(小麦,ほたてエキス) 油,バシ粉(小麦),さとう,小麦粉 でん粉 米,麦 さとう,油,ごま,ごま油	たまねぎ, しょうが たまねぎ, にんじん, しいたけ, ねぎ こまつな, キャベツ, もやし にんじん, パセリ しょうが キャベツ, からし菜, もやし, にんじん, ねぎ きゅうり, にんじん, れんこん, うめ たまねぎ, しょうが, にんにく こまつな, もやし, にんじん しいたけ, にんじん, ねぎ, はくさい みかん だいこん, たけのこ, たまねぎ, にんじん, にら しいたけ, にんにく キャベツ, きゅうり, こまつな かき にんじん, たまねぎ, 最ねぎ, からし菜 マッシュルーム, グリンピース, ウコン こまつな, キャベツ, にんじん, しめじ, コーン たまねぎ, しょうが	小麦 小麦, オイスターエキス
28 29 30	金月火水	牛乳	表ごはん さつま汁 おかかあえ 魚のもみじ焼き 野菜そば(麺) 野菜そば(種) 野菜そば((汁) 野菜そば((汁)) 野菜そば(具) ひじきとれんこんの梅マヨサラダ ブチたい焼 麦ごはん ビビンバ(野菜) はるさめスープ みかん 麦ごはん マーボー大根 キャベツの中華サラダ 柿 うっちんライス こまつなときのこの和え物 やわらかカツオカツ 麦ごはん 豆腐とわかめのみそ汁 きんびらごぼう ふりかけ	ぶた肉、油揚げ、みそ 削り節 パンガシウス ぶた肉、かまぽこ ちくわ、ひじき 小豆 牛肉、ぶた肉、ぶたレバー 豆腐 豆腐、ぶた肉、ぶたレバー、大豆、みそ とり肉 とり肉 かつお 豆腐、わかめ、みそ ぶた肉、かまぽこ	さとう 米,麦 さつまいも 卵なしマヨネーズ 小麦粉,油 油 ごま,さとう,卵なしマヨネーズ 小麦粉, 油 ボー	たまねぎ, しょうが たまねぎ, にんじん, しいたけ, ねぎ こまつな, キャベツ, もやし にんじん, パセリ しょうが たまねぎ, しょうが, にんじん, れんこん, うめ たまねぎ, しょうが, にんにく こまつな, もやし, にんじん しいたけ, にんじん, ねぎ, はくさい みかん だいこん, たけのこ, たまねぎ, にんじん, にら しいたけ, にんにく キャベツ, きゅうり, こまつな かき にんじん, たまねぎ, 長ねぎ, からし菜 マッシュルーム, グリンピース, ウコン こまつな, キャベツ, にんじん, しめじ, コーン たまねぎ, しょうが	小麦 小麦, オイスターエキス
28 29	金月火	4 乳 4 乳 4 乳	表ごはん さつま汁 おかかあえ 魚のもみじ焼き 野菜そば(種) 野菜そば(汁) 野菜そば(汁) 野菜そば(具) ひじきとれんこんの梅マヨサラダ ブチたい焼 麦ごはん ビビンバ(肉) ビビンバ(野菜) はるさめスープ みかん 麦ごはん マーボー大根 キャベツの中華サラダ 柿 うっちんライス こまつなときのこの和え物 やわらかカツオカツ 麦ごはん 豆腐とわかめのみそ汁 きんびらごぼう	ぶた肉、油揚げ、みそ 削り節 パンガシウス ぶた肉、かまぼこ ちくわ、ひじき 小豆 牛肉、ぶた肉、ぶたレバー 豆腐 豆腐、ぶた肉、ぶたレバー、大豆、みそ とり肉 とり肉 とり肉 とり肉 をり肉 をり肉 をり肉	さとう 米表 さつまいも 卵なしマヨネーズ 小麦粉,油 油 ごまさとう,卵なしマヨネーズ 小麦粉,さとう,油,米粉,とうもろこし粉 米,麦 ごま油さとう,でん粉 ドレッシング(小麦),ごま はるさめ,でん粉 米麦 でん粉,油,ごま油 ごま,さとう,ごま油 米,パター(乳),油 ごまさとう ドレッシング(小麦,ほたてエキス) 油,バシ粉(小麦),さとう,小麦粉 でん粉 米,麦 さとう,油,ごま,ごま油	たまねぎ, しょうが たまねぎ, にんじん, しいたけ, ねぎ こまつな, キャベツ, もやし にんじん, パセリ しょうが たまねぎ, しょうが, にんじん, れんこん, うめ たまねぎ, しょうが, にんにく こまつな, もやし, にんじん しいたけ, にんじん, ねぎ, はくさい みかん だいこん, たけのこ, たまねぎ, にんじん, にら しいたけ, にんにく キャベツ, きゅうり, こまつな かき にんじん, たまねぎ, 長ねぎ, からし菜 マッシュルーム, グリンピース, ウコン こまつな, キャベツ, にんじん, しめじ, コーン たまねぎ, しょうが	小麦 小麦, オイスターエキス
28 29 30	金月火水	牛乳	表ごはん さつま汁 おかかあえ 魚のもみじ焼き 野菜そば(類) 野菜そば(料) のじきとれんこんの梅マヨサラダ ブチたい焼 麦ごはん ビビンバ(野菜) はるさめスープ みかん 麦ごはん マーボー大根 キャベツの中華サラダ 柿 うっちんライス こまつなときのこの和え物 やわらかカツオカツ 麦ごはん ら風能とわかめのみそ汁 きんびらごぼう ぶりかけ 全粒粉パン	ぶた肉、油揚げ、みそ 削り節 パンガシウス ぶた肉、かまぽこ ちくわ、ひじき 小豆 牛肉、ぶた肉、ぶたレバー 豆腐 ・	きとう 米麦 さつまいも 卵なしマヨネーズ 小麦粉,油 油 ごま,さとう,卵なしマヨネーズ 小麦粉,さとう,油,米粉,とうもろこし粉 米麦 であめ,でとう,油,米粉,とうもろこし粉 ドレッシング(小麦),ごま はるさめ,でん粉 ドルッシング(小麦),ごま はるさめ,でん粉 ・ボース・ボース・ボース・ボース・ボース・ボース・ボース・ボース・ボース・ボース	たまねぎ,にんじん,しいたけ,ねぎ こまつな,キャベツ,もやし にんじん,パセリ しょうか キャベツ,からし菜,もやし,にんじん,ねぎ きゅうり,にんじん,れんこん,うめ たまねぎ,しょうが,にんにく こまつな,もやし,にんじん しいたけ,にんじん,れぎ,はくさい みかん だいこん,たけのこ,たまねぎ,にんじん,にら しいたけ,にんにく キャベツ,きゅうり,こまつな かき にんじん,たまねぎ,長ねぎ,からし菜 マッシュルーム,グリンピース,ウコン こまつな,キャベツ,にんじん,しめじ,コーン たまねぎ,しょうが えのき,ねぎ ごぼう,にんじん,こんにゃく,えだまめ	小麦 小麦, オイスターエキス
28 29 30	金月火水	4 乳 4 乳 4 乳	表ごはん さつま汁 おかかあえ 魚のもみじ焼き 野菜そば(類) 野菜そば(料) のじきとれんこんの梅マヨサラダ ブチたい焼 麦ごはん ビビンバ(野菜) はるさめスープ みかん 麦ごはん マーボー大根 キャベツの中華サラダ 柿 うっちんライス こまつなときのこの和え物 やわらかカツオカツ 麦ごはん ら風能とわかめのみそ汁 きんびらごぼう ぶりかけ 全粒粉パン	ぶた肉、油揚げ、みそ 割り節 パンガシウス ぶた肉、かまぼこ ちくわ、ひじき 小豆 牛肉、ぶた肉、かまたレバー 豆腐 豆腐、ぶた肉、ぶたレバー 豆腐 豆腐、かかめ、みそ とり肉 とり肉 とり肉 とり肉 脱脂粉乳(乳) ペーコン、とり肉、いんげん豆、豆乳 白花豆 ひよこ豆、青えんどう豆	きとう 米麦 さつまいも 卵なしマヨネーズ 小麦粉,油 油 ごま,さとう,卵なしマヨネーズ 小麦粉,さとう,油,米粉,とうもろこし粉 米麦 であめ,でとう,油,米粉,とうもろこし粉 ドレッシング(小麦),ごま はるさめ,でん粉 ドルッシング(小麦),ごま はるさめ,でん粉 ・ボース・ボース・ボース・ボース・ボース・ボース・ボース・ボース・ボース・ボース	たまねぎ,にんじん,しいたけ,ねぎ こまつな,キャベツ,もやし にんじん,パセリ しょうか キャベツ,からし菜,もやし,にんじん,ねぎ きゅうり,にんじん,れんこん,うめ たまねぎ,しょうが,にんにく こまつな,もやし,にんじん しいたけ,にんじん,れぎ,はくさい みかん だいこん,たけのこ,たまねぎ,にんじん,にら しいたけ,にんにく キャベツ,きゅうり,こまつな かき にんじん,たまねぎ,長ねぎ,からし菜 マッシュルーム,グリンピース,ウコン こまつな,キャベツ,にんじん,しめじ,コーン たまねぎ,しょうが えのき,ねぎ ごぼう,にんじん,こんにゃく,えだまめ	小麦 小麦, オイスターエキス
28 29 30	金月火水	4 乳 4 乳 4 乳	表ごはん さつま汁 おかかあえ 魚のもみじ焼き 野菜そば(麺) 野菜そば(注) 野菜そば(子) 野菜そば(子) かじきとれんこんの梅マヨサラダ ブチたい焼 麦ごはん ビビンパ(肉) ビビンパ(野菜) はるさめスープ みかん 麦ごはん マーポー大根 キャベツの中華サラダ 柿 うっちんライス こまつなときのこの和え物 やわらかカツオカツ 麦ごはん 豆腐とわかめのみそ汁 きんびらごぼう ふりかけ 全粒粉パシ パンプキンスープ	ぶた肉、油揚げ、みそ 削り節 パンガシウス ぶた肉、かまぼこ ちくわ、ひじき 小豆 牛肉、ぶた肉、ぶたレバー 豆腐 豆腐、ぶた肉、ぶたレバー 、大豆、みそ とり肉 とり肉 とり肉 とり肉 とり肉 とり肉 とり肉 がつお ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	さとう 米表 さつまいも 卵なしマヨネーズ 小麦粉,油 油 ごま、さとう、卵なしマヨネーズ 小麦粉,さとう、油、米粉,とうもろこし粉 米、麦 ごま油、さとう、でん粉 ドレッシング(小麦)、ごま はるさめ、でん粉 米、麦 でん粉、油、ごま油 ごま、さとう、ごま油 ボ、パター(乳)、油 ごま、さとう、い麦粉 でん粉 米、麦 さとう、はたてエキス) 油、パン粉(小麦)、さとう、小麦粉 でん粉 米、麦 さとう、油、ごま、ごま油 ごま、さとう い麦粉、さとう、油、全粒粉 じゃがいも、米粉、パター(乳)	たまねぎ、しょうが たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ こまつな、キャベツ、もやし にんじん、パセリ しょうが きゅうり、にんじん、れんこん、うめ たまねぎ、しょうが、にんにく こまつな、もやし、にんじん。ねぎ、さからし、にんじん、れんごん、など、しいたけ、にんじん しいたけ、にんじん、ねぎ、はくさい みかん だいこん、たけのこ、たまねぎ、にんじん、にらしいたけ、にんにく キャベツ、きゅうり、こまつな かき にんじん、たまねぎ、長ねぎ、からし菜 マッシュルーム、グリンピース、ウコン こまつな、キャベツ、にんじん、しめじ、コーン たまねぎ、しょうが えのき、ねぎ ごぼう、にんじん、こんにゃく、えだまめ かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、えだまめ、パセリ	小麦 小麦, オイスターエキス