

日	献立名	★	アレルギー	使 わ れ て い る 食 品 と お も な 働 き	エネルギー (Kcal)	備考				
				体を作る食品(赤色)	体の調子を 整える食品(緑色)	エネルギーの もとになる食品(黄色)	調味料	たん白質(g)		
1 木	ソフトフランスパン 牛乳		小麦 乳	牛乳		ソフトフランスパン				
	チーズいりハンバーグ		豚 りんご 小麦 乳	鶏肉 豚肉 チーズ	たまねぎ しょうが にんじん トマト りんご	パン粉 でんぷん 油 水あめ マーガリン 小麦粉	しお さとう しょうゆ ワイン 香辛料 ポークエキス	760	ベスカトーレ には、地場 産物のア メーラトマ を使用して います。	
	ベスカトーレ		豚 貝類 えび 乳 小麦	ベーコン いか あさり えび	アメーラトマ たまねぎ にんにく	スパゲティ 油	トマトチップ トマトピューレ 白ワイン 中のうソース コソメスープ しお	33.7		
	豆乳ポタージュ		乳 小麦 豚 貝類	豆乳 牛乳 生クリーム	とうもろこし たまねぎ にんじん パセリ	バター	ベシャメルソース しお スープストック こしょう			
2 金	ご飯 牛乳 ポークカレー		乳 小麦	牛乳	豚肉 チーズ	にんじん たまねぎ セロリ にんにく しょうが	じゃがいも 油		939	桃の節句を お祝いで、 ひなあられ がついでい ます。
	えびフライ		えび 小麦	えび 大豆粉		パン粉 でんぷん 小麦粉 砂糖 油	香辛料 しお			
	海藻サラダ(青じそドレッシング)		(小麦 貝類)	海藻ミックス	キャベツ きゅうり		白ごま	(青じそドレッシング)	34.5	
	ひなあられ		えび 卵 りんご	青のり えび		もちごめ うるちまい あぶら マヨネーズ さとう でんぷん	とうがらし			
5 月	スタミナパン 牛乳 牛乳添加物		卵 乳 小麦	牛乳		スタミナパン 牛乳添加物(コーヒー)			810	リクエスト献 立です。
	ハムとチーズのオムレツ		卵 乳 豚	卵 ハム チーズ		砂糖 でんぷん 油	チキンスープ す			
	マカロニサラダ (マヨネーズ)	リクエスト	(小麦 卵 りんご)		とうもろこし きゅうり にんじん	マカロニ (マヨネーズ)	しお こしょう		29.1	
	じゃがいものポトフ		豚 乳 小麦	ベーコン 鶏肉 豚肉	たまねぎ にんじん キャベツ	じゃがいも 小麦粉 水あめ でんぷん 油	コンソメスープ トマトケチャップ しお こしょう 香辛料			
6 火	ご飯 牛乳 レバーいりユーリンチー		乳 小麦	牛乳	鶏肉 鶏レバー		でんぷん あぶら ごまあぶら	さけ こしょう しょうゆ いちみつとうがらし す	909	「はるみ」 は、2種類の みかみをか けてあわ せてつ くられた、 静岡生まれ の果物で す。
	春雨のいためもの		豚 貝類 小麦	豚肉	にんじん さやいんげん しょうが にんにく	はるさめ ごまあぶら	酒 しょうゆ 塩 かつおのぼし かつおのぼし かつおのぼし			
	わかめスープ		豚 小麦	わかめ	キャベツ にんじん こまつな		白ごま	チキンブイヨン 塩 しょうゆ 中かスープのもと こしょう	30.5	
	はるみ				はるみ					
7 水	食パン はちみつ&マーガリン 牛乳		小麦 乳			食パン はちみつ マーガリン			835	鉄分たっぷ りのあさり を 使った献立 です。
	サモサ		えび 小麦 豚	えび	たまねぎ かわい ねぎ にんにく しょうが	油 砂糖 でんぷん 小麦粉	トマトケチャップ しょうゆ トウバンジャン さけ しお			
	野菜ソテー		乳 豚		キャベツ にんじん もやし	バター	しお こしょう コンソメスープ	40.6		
	クラムチャウダー		豚 乳 貝類 小麦	ベーコン あさり 牛乳 生クリーム	にんじん たまねぎ とうもろこし	じゃがいも 油	ベシャメルソース しお コンソメスープ こしょう			
8 木	ソフトめん 牛乳		小麦 乳	牛乳		ソフトめん	トマトピューレ クッキングソース スープストック トマトケチャップ デミグラスソース 中のうソース ベシャメルソース みりん こしょう		899	かにの甲羅 を器にした グラタンで す。
	ミートソース		豚 小麦 貝類 乳	ぶたにく みそ	たまねぎ にんじん にんにく	あぶら				
	かにこらグラタン		小麦 乳 かに 卵 豚	乳等を主原料とする食品 チーズ かに 魚肉練り製品	たまねぎ	マカロニ マーガリン 小麦粉 水あめ でんぷん さとう	ホワイトルウ かにエキス しお こしょう	31.7		
	フルーツサラダ		りんご		みかんかん パインかん りんごかん					
9 金	黒豆入りくちなしおこわ 牛乳		乳 小麦	黒豆 牛乳		米	くちなし しお さけ		907	藤枝市の地 場産物を使 用した献立 です。竹輪 に使った玉 露は藤枝市 岡部産のも のです。
	竹輪の玉露揚げ		卵 小麦	竹輪 卵	おちや	小麦粉 でんぷん 油				
	たけのこサラダ (ごまドレッシング)		小麦 乳 (小麦 卵)		たけのこ ほうれんそう	白ごま 砂糖 (ごまドレッシング)	しょうゆ わふうだしのもと しお こしょう	27.5		
	貝だくさん汁 みかんムース		さば いわし 乳 ゼラチン	わかめ みそ 脱脂濃縮乳	しいたけ だいこん にんじん 白ねぎ みかん	里芋 油 砂糖 バターオイル 水あめ	ゼラチン			
12 月	ナン 牛乳		小麦 乳	牛乳		ナン			810	ナンをドライ カレーにつ けて食べてく ださい。
	チキンナゲット		卵 小麦 りんご ゼラチン	鶏肉 卵		とうもろこしでんぷん 油 小麦粉	しお さとう ゼラチンエキス しょうゆ ブドウとう 香辛料			
	ドライカレー		豚 りんご 小麦	豚肉	たまねぎ にんじん レーズン しょうが にんにく	油 小麦粉	アップルピューレ 中のうソース カレー スープストック トマトケチャップ チョコ 塩	35.0		
	ミネストローネ		豚 乳	ベーコン 大豆	たまねぎ にんじん トマト パセリ にんにく		しお コンソメスープ こしょう			
13 火	アーモンドフィッシュ		いわし アーモンド	いわし		アーモンド 砂糖 でんぷん ごま 米 黒ごま とうもろこしでんぷん	しお			
	赤飯(ごま塩) 牛乳		乳 小麦	牛乳					930	卒業・進級を お祝した 献立です。 お赤飯は、 昔からおめ だいたいに 食べる習慣 があります。
	あじのみりんしょうゆ漬け ゆかりあえ		小麦	あじ	キャベツ きゅうり	白ごま	しょうゆ みりん ゆかりこ			
	筑前煮		小麦 卵 乳	鶏肉 竹輪	にんじん たけのこ ごぼう こんにやく しいたけ さやいんげん	油 砂糖	わふうだしのもと みりん しょうゆ	39.1		
お祝いデザート		卵 小麦 乳 ゼラチン	卵 クリームチーズ 脱脂粉乳	いちご	砂糖 小麦粉 油 バター チョコレート こなあめ	レモンかじゅう よう酒 香料 ゼラチン				
14 水	飯缶ほたてご飯 牛乳		貝類 小麦 乳	ほたて	たけのこ	米 砂糖 油	かきエキス しょうゆ しお さけ みりん		737	ふかひれが 入ったスー プです。独 特の食感を 味わってくだ さい。
	餃子		卵 乳 小麦 豚 貝類	鶏肉 豚肉 大豆粉 卵白	キャベツ たら たまねぎ	小麦粉 油 でんぷん ごまあぶら 砂糖 米粉	しお さけ オイスターソース しょうゆ 香辛料			
	ナムル		小麦		こまつな もやし にんじん	黒ごま ごま油	しょうゆ			
	ふかひれスープ		小麦 豚 卵 ゼラチン	ふかひれ 卵	たけのこ しいたけ ほうれんそう	でんぷん	ふかひれスープ しお ちゅうかスープのもと	31.9		
15 木	桜ごはん 牛乳	リクエスト	小麦 さば 乳	牛乳		こめ	うすくちしょうゆ しお 発酵調味料		826	リクエスト献 立です。
	黒はんぺんフライ		さば 小麦	くろはんぺん		こむぎこ でんぷん パンこ あぶら				
	お浸し		小麦	かつおぶし	キャベツ ほうれんそう にんじん	白ごま	しょうゆ みりん			
	味噌汁		いわし さば	とうふ あぶらあげ みそ	だいこん はねぎ えのきだけ	じゃがいも	にぼし さばうすけずり	23.5		
りんごデザート		りんご		りんご		さとう				

★下記の食品を『アレルギー物質』欄に記載します。

(乳・小麦・そば・卵・落花生・えび・かに・ゼラチン・さば・いわし・さんま・豚・りんご・クウィ・桃・バナナ・梨・すいか・びわ・さくらんぼ・柿・貝類・アーモンド・ナッツ類・いくら・山芋)

★『🐟』のマークは、魚介類を使ったメニューです。

★『🌿』のマークは、天然だし(鰹節・さば・煮干し)を使ったメニューです。

★物資の購入の都合により献立や使用材料を変更することがあります。

★『🍷』のマークは、どんぶりが付くメニューです。