

クラス：

名前：

18日 (木) 有 ・ 無	主食	ポークカレー	ごはん 豚肉、じゃがいも、玉葱、人参 まるやかカレー（やし油クリーミングパウダー、砂糖、乾燥マッシュポテト、食塩、コーンスターチ、マッシュルームエキス、カレーパウダー、米粉、スイートコーンパウダー、ローストオニオンパウダー、酵母エキス、ガーリックパウダー、フライドジンジャー、デキストリン、ターメリック、増粘剤（加工デンプン）、乳化剤、着色料（カラメル、パプリカ色素）、香料、酸味料）、キャノーラ油、中濃ソース（野菜・果実（トマト、りんご）、糖類（果糖ぶどう糖液糖、砂糖）、醸造酢、食塩、香辛料、増粘剤（加工でんぷん）、調味料（アミノ酸）、カラメル色素）、砂糖	カロリー 485kcal	豚肉：フランス、スペイン、デンマーク じゃがいも：北海道
	副食	りんごゼリー	りんご果汁、糖類（ぶどう糖、果糖、水あめ、グラニュー糖）、食物繊維（難消化性デキストリン）、加工でんぷん、ゲル化剤（増粘多糖類）、酸味料、ビタミンC	蛋白質 8.9g	玉葱：北海道 人参：茨城、千葉
22日 (月) 有 ・ 無	主食	ご飯	ごはん	カロリー 384kcal	豚肉：フランス、スペイン、デンマーク キャベツ：北海道、愛知
	副食	豚肉の甘みそ炒め	豚肉、キャベツ、人参、味噌（大豆）、みりん風調味料、醤油（大豆、小麦）、キャノーラ油、砂糖	蛋白質 11.7g	人参：茨城、千葉
		ツナとしめじのスパゲティ	スパゲティ（小麦）、しめじ、ツナ水煮フレーク（きはだまぐろ、でんぷん、野菜エキス、食塩）、ピーマン、醤油（大豆、小麦）、キャノーラ油、みりん風調味料、だしの素（調味料（アミノ酸等）、食塩、砂糖類（グラニュー糖、ぶどう糖）、風味原料（かつおぶし粉末、そうだかつおぶし粉末）	脂質 10.7g	しめじ：長野、北海道 まぐろ：中西部太平洋
		白菜と水菜のサラダ	白菜、水菜 【ごましょうゆドレッシング】醤油（大豆、小麦）、醸造酢、砂糖類（砂糖、ぶどう糖果糖液糖、水あめ）、食用植物油脂（なたね、ごま）、ごま、発酵調味料、食塩、たんぱく加水分解物（小麦）、調味料（アミノ酸）、増粘多糖類、香辛料、香辛料抽出物	食塩 0.9g	ピーマン：宮崎、熊本、鹿児島 白菜：茨城、鹿児島
		さつまいものオレンジ煮	さつまいも、濃縮還元ボンジュース（オレンジ、うんしゅうみかん、香料）、砂糖		水菜：茨城、北海道
		パンケーキ	小麦粉、全卵、植物油脂、砂糖、ぶどう糖、全脂粉乳、脱脂粉乳、食塩/pH調整剤、ベーキングパウダー、加工でん粉、乳化剤、香料、着色料（V.B2）、（一部に小麦、卵、乳成分、大豆、豚肉を含む）		さつまいも：茨城
25日 (木) 有 ・ 無	主食	菜めしごはん	ごはん、菜めし（青菜（広島菜、京菜、大根葉）、砂糖、食塩、昆布エキス、粉末みそ（大豆）、鰹削り節粉末、調味料（アミノ酸等）、加工でんぷん）	カロリー 403kcal	豚肉：アメリカ、カナダ、チリ、デンマーク リーフレタス：茨城、熊本、北海道、佐賀
	副食	星のコロック&皮なしウインナー	【星のコロック】じゃがいも、たまねぎ、鶏肉、豚肉、豚脂、乾燥マッシュポテト、パン粉（小麦、大豆）、小麦粉、コーンフラワー、デキストリン、植物油脂、還元水あめ、でん粉、調味料（砂糖、食塩、香辛料、炭酸Ca、ピロリン酸鉄）、揚げ油（キャノーラ脂） 【皮なしウインナー】豚肉、豚脂肪、還元水あめ、食塩、香辛料、水あめ、ポークエキス/加工デンプン、未焼成Ca、リン酸塩（Na）、調味料（アミノ酸）、pH調整剤、酸化防止剤（ビタミンC）、発色剤（亜硝酸Na）、香辛料抽出物、（一部に豚肉を含む）	蛋白質 9.5g	玉葱：北海道 ピーマン：宮崎、熊本、鹿児島
		リーフレタス	リーフレタス	脂質 13.6g	鶏肉：北海道 小葱：福岡、大分、宮崎
		ナポリタン	スパゲティ（小麦）、トマトケチャップ（トマト、糖類（果糖ぶどう糖液糖、砂糖）、醸造酢、食塩、玉葱、香辛料、増粘剤（タマリンドシードガム））、玉葱、ベーコン（豚ばら肉、還元水あめ、食塩、卵たん白、水あめ、大豆たん白、乳たん白、ポークエキス、リン酸塩（Na）、調味料（アミノ酸）、酸化防止剤（ビタミンC）、発色剤（亜硝酸Na））、ピーマン、中濃ソース（野菜・果実（トマト、りんご）、糖類（果糖ぶどう糖液糖、砂糖）、醸造酢、食塩、香辛料、増粘剤（加工でんぷん）、調味料（アミノ酸）、カラメル色素）、キャノーラ油、砂糖、食塩	食塩 1.2g	キャベツ：北海道、愛知 まぐろ：中西部太平洋 グレープフルーツ：アメリカ、イスラエル
		厚揚げのそぼろあんかけ	生揚げ（丸大豆、植物油脂（なたね油）/豆腐用凝固剤、グリセリン脂肪酸エステル、炭酸カルシウム、レシチン）、鶏挽肉、醤油（大豆、小麦）、砂糖、小葱、みりん風調味料、片栗粉、だしの素（調味料（アミノ酸等）、食塩、砂糖類（グラニュー糖、ぶどう糖）、風味原料（かつおぶし粉末、そうだかつおぶし粉末）		
		ツナマヨサラダ	キャベツ、ツナ水煮フレーク（きはだまぐろ、でんぷん、野菜エキス、食塩） 卵不使用マヨネーズタイプ（食用植物油脂（大豆）、醸造酢（りんご）、食塩、砂糖、粉末状植物性たん白（大豆）、香辛料、酵母エキスパウダー/増粘剤（加工でんぷん、キサンタンガム）、調味料（有機酸等）、香辛料抽出物）、砂糖		
		グレープフルーツ	グレープフルーツ（生）		

お米は、北海道産（ふっくりんこ、ゆめぴりか、きらら）を使用しております。

※今月は代替希望献立が **あります** ・ **ありません** （必ずどちらかに○をつけてください）