

クラス：

名前：

21日 (月)	主食	ご飯	ごはん	カロリー	鶏肉：日本
	副食	鶏肉の西京焼き	鶏肉、味噌（大豆）、みりん風調味料、料理酒、醤油（大豆、小麦）、砂糖	370kcal	チンゲン菜：遠軽
		チンゲン菜としめじのソテー	チンゲン菜、しめじ、キャノーラ油、醤油（大豆、小麦）、食塩、こしょう	蛋白質	しめじ：北海道
		春雨の中華サラダ	春雨（甘薯澱粉、馬鈴薯澱粉、糊料（CMC）、ミョウバン）、きゅうり、ハム（豚肉、でんぷん（小麦）、豚コラーゲン、食塩、大豆たん白、水あめ、砂糖、卵たん白、香辛料、調味料（有機酸等）、リン酸塩（Na）、増粘多糖類、酸化防止剤（ビタミンC）、発色剤（亜硝酸Na）、コチニール色素、香辛料抽出物）、醤油（大豆、小麦）、穀物酢（小麦）、砂糖、ごま油（大豆）	14.2g	甘薯：九州
				脂質	馬鈴薯・じゃがいも：北海道
		ちくわの磯辺揚げ	ちくわ（魚肉（えび、かにを食べている魚種を使用）、小麦、大豆）、衣（小麦粉、植物油（大豆）、砂糖、あおさ、しょうゆ（小麦、大豆））、大豆油、加工デンプン、ピロリン酸鉄、揚げ油（キャノーラ油）	10.2g	きゅうり：北海道、宮崎
				食塩	豚肉：アメリカ、カナダ、デンマーク
じゃがいものバター風味	じゃがいも、バター（乳）、砂糖、食塩、こしょう、乾燥パセリ	1.2g	メロン：北海道		
メロン	メロン（生）				
24日 (木)	主食	ご飯	ごはん	カロリー	豚肉：ハンガリー
	副食	豚肉の甘辛炒め	豚肉、キャベツ、人参、醤油（大豆、小麦）、みりん風調味料、砂糖、キャノーラ油、生姜、食塩、こしょう	374kcal	キャベツ：北海道
		カップグラタン	生乳、マカロニ（小麦）、ベーコン（卵、乳、大豆、豚肉）、たまねぎ、小麦粉、なたね油、パン粉（小麦、大豆）、チキンフイヨン（乳、小麦、大豆、鶏肉）、食塩、砂糖、チーズ（乳）、チーズシーズニング（乳）、ベーコンシーズニング（乳、小麦、大豆、鶏肉、豚肉、ゼラチン）、たん白加水分解物（大豆）、こしょう、乾燥パセリ、増粘剤（加工でんぷん、増粘多糖類）、グリシン、調味料（アミノ酸等）、pH調整剤、リン酸塩（Na）、乳化剤、キシロース、セルロース、着色料（カラメル、コチニール（乳）、ラック、カロチノイド）、カゼインNa（乳）、酸化防止剤（V.C）、ビタミンB1、香料、発色剤（亜硝酸Na）、香辛料抽出物、<ん液	10.6g	ばれいしょ：北海道
				脂質	大根：北海道
				12.1g	白菜：北海道
		揚げじゃがもち	ばれいしょ、植物油（大豆）、でんぷん、乾燥マッシュポテト、小麦粉、食塩、加工でんぷん、膨張剤、酸化防止剤（ビタミンC）、揚げ油（キャノーラ油）	1.5g	すいか：北海道
		大根と油揚げの煮物	大根、きざみ揚げ（大豆）、醤油（大豆、小麦）、砂糖、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）		
		2色おひたし	白菜、ほうれん草、醤油（大豆、小麦）、みりん風調味料		
すいか	すいか（生）				
28日 (月)	主食	冷やしきつねうどん	うどん（小麦粉、小麦たん白、食塩、加工でんぷん）	カロリー	鶏肉：日本
			鶏肉、ほうれん草、小揚げ（大豆、凝固剤、消泡剤（オレンジ、大豆、小麦）、食用植物油（なたね））、醤油（大豆、小麦）、砂糖、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））、食塩	380kcal	ほうれん草：北海道
			天かす（小麦粉（小麦を含む）、なたね油、食塩/膨張剤、安定剤（キサンタン）、酸化防止剤（ビタミンE）	14.1g	蛋白質
			赤かまぼこ（魚肉、卵白、砂糖、食塩、発酵調味液、植物油（大豆）、魚肉エキス、加工でんぷん（小麦）、調味料（アミノ酸等）、コチニール色素）	13.7g	脂質
			つゆストレート（醤油（小麦、大豆）、砂糖、果糖ぶどう糖液糖、かつおぶし、食塩、うるめいわしだし、そうだかつおぶし、いわしにほしエキス、醸造酢、こんぶエキス、調味料（アミノ酸等）	2.3g	食塩
	副食	蒸しケーキバナナ風味	小麦粉、鶏卵、砂糖、食用植物油、イソマルトオリゴ糖シロップ、食塩、乳化剤、膨張剤、香料		

クラス：

名前：

31日 (木)	主食	ご飯	ごはん	カロリー	豚肉：ハンガリー、日本、アメリカ、カナダ、デンマーク
	副食	チンジャオロースー	豚肉、玉葱、ピーマン、赤ピーマン、醤油（大豆、小麦）、料理酒、オイスターソース（牡蠣エキス（大豆）、たん白加水分解物（大豆）、砂糖、でんぷん、食塩、昆布エキス、香辛料、調味料（アミノ酸等）、カラメル色素、酸味料）、キャノーラ油、砂糖、片栗粉	370kcal	玉葱：佐賀、愛知、大阪、北海道
				蛋白質	ピーマン：北海道
	アンパンマンポテト	乾燥マッシュポテト、ぶどう濃縮果汁、でん粉、さつまいもペースト、かぼちゃペースト、にんじんペースト、なたね油、食塩、ほうれん草パウダー、加工でんぷん、貝カルシウム、調味料（アミノ酸）、揚げ油（キャノーラ油）	脂質	小松菜：北海道	
			12.4g	コーン：アメリカ	
	小松菜とウインナーのソテー	小松菜、ウインナーライス（豚肉、鶏肉、豚脂、粉末水あめ、粉末状植物性たんぱく（大豆）、食塩、でん粉、砂糖、香辛料、かつお節エキス調味料）、キャノーラ油、食塩、こしょう	食塩	きゅうり：北海道、宮崎	
			1.6g	まくろ：中西部太平洋	
	ビーフン炒め	ビーフン（米、タピオカでん粉、コーンスターチ、せんい素グリコール酸ナトリウム、グリセリン脂肪酸エステル、リン酸塩製剤）、ハム（豚肉、でんぷん（小麦）、豚コラーゲン、食塩、大豆たん白、水あめ、砂糖、卵たん白、香辛料、調味料（有機酸等）、リン酸塩（Na）、増粘多糖類、酸化防止剤（ビタミンC）、発色剤（亜硝酸Na）、コチニール色素、香辛料抽出物）、コーン、キャノーラ油、からスープ（動物油脂（豚、鶏）、デキストリン、食塩、粉末醤油（小麦）、砂糖、オニオンエキス、ゼラチン、チキンエキス、たん白加水分解物（大豆）、植物油脂（ごま）、調味料（アミノ酸等））、食塩、こしょう		パイナップル：フィリピン	
	きゅうりとツナの和え物	きゅうり、ツナ水煮フレーク（きはだまくろ、でんぷん、野菜スープ、食塩）、醤油（大豆、小麦）、みりん風調味料			
	パイナップル	パイナップル（生）			

お米は、北海道産（きらら、ゆめぴりか）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）