

※都合により食材の一部を変更することがあります。□

※調理加工品を使用した場合は、主な材料で赤・黄・緑に分類しています。□

Table for 1st week (Monday to Friday). Columns include date, material name, quantity, color, allergen, and energy/nutrient values. Includes a small deer illustration.

Table for 2nd week (Saturday to Friday). Columns include date, material name, quantity, color, allergen, and energy/nutrient values. Includes a small deer illustration.

Table for 3rd week (Monday to Friday). Columns include date, material name, quantity, color, allergen, and energy/nutrient values. Includes a small boy illustration.

※都合により食材の一部を変更することがあります。□
※調理加工品を使用した場合は、主な材料で赤・黄・緑に分類しています。□

日	材料名	分量	3色	アレルギー	日	材料名	分量	3色	アレルギー	日	材料名	分量	3色	アレルギー	日	材料名	分量	3色	アレルギー					
21日 (水)	ポークカレーライス				22日 (木)	ごはん				23日 (金)	ごはん				26日 (月)	ごはん								
	こめ	57.6g	黄			こめ	64g	黄			こめ	57.6g	黄			こめ	64g	黄		こめ	64g	黄		
	むぎ	6.4g	黄	豚		ぎゅうにゅう	0.5本	赤	乳		むぎ	6.4g	黄			ぎゅうにゅう	0.5本	赤	乳	ぎゅうにゅう	0.5本	赤	乳	
	ぶたにく	16g	赤			ぎゅうにゅう	0.5本	赤	乳		ぎゅうにゅう	0.5本	赤	乳		ぎゅうにゅう	0.5本	赤	乳	あじのぞりやき	1こ	赤	麦豆	
	こめあぶら	0.4g	黄			ざわらのいそべてんぷら	1こ	赤	麦		シューマイ	1こ	赤	麦豚		あじのてりやき	1こ	赤	麦豆	こうやどうぶ	4g	赤	豆	
	あかぶどうしゅ	0.8g	黄			さわらのいそべてんぷら	4g	黄			シューマイ	1こ	赤	麦豚		こうやどうぶ	4g	赤	豆	にんじん	4g	黄	緑	
	じゃがいも	40g	黄			こめあぶら	4g	黄			シューマイ	1こ	赤	麦豚		にんじん	4g	黄	緑	いんげんまめ	2.4g	黄	緑	
	にんじん	16g	黄	緑		チンゲンサイのびたし	12g	緑	緑		はるさめ	3.2g	黄	赤		鶏	いんげんまめ	2.4g	黄	緑	ほししいたけ	0.24g	黄	緑
	たまねぎ	44g	黄	緑		チンゲンサイ	12g	緑	緑		とりささみ	8g	黄	赤		鶏	さとう	1.6g	黄	緑	さとう	1.6g	黄	緑
	グリーンピース	4g	黄	緑		はくさい	16g	黄	緑		キャベツ	8g	黄	緑		さとう	1.6g	黄	緑	みりん	0.4g	黄	緑	
にんにく	0.16g	黄	緑	さとう	0.24g	黄	緑	コーン	4g	黄	緑	うすくちしょうゆ	2g	黄	緑	うすくちしょうゆ	2g	黄	緑					
こめあぶら	0.4g	黄		こいくちしょうゆ	0.88g	黄	緑	ごまあぶら	0.24g	黄	緑	しお	0.08g	黄	緑	かつおパック	0.08g	黄	緑					
りんごピューレ	1.6g	黄	緑	しんじやがのびだもの	12g	赤	鶏	こいくちしょうゆ	1.44g	黄	緑	だしこんぶ	0.08g	黄	緑	みず	8g	黄	緑					
トマトピューレ	2.4g	黄	緑	とりにく	12g	赤	鶏	ごま	1.6g	黄	緑	みず	8g	黄	緑	みず	8g	黄	緑					
カレーウ (ちゅうから)	2.4g	黄	緑	せいしゅ	0.4g	黄	緑	ちゅうかスープ (ごまめき)	0.96g	黄	緑	みず	8g	黄	緑	みず	8g	黄	緑					
カレーウ (あまくち)	9.6g	黄	緑	こめあぶら	0.4g	黄	緑	しお	0.08g	黄	緑	みず	8g	黄	緑	みず	8g	黄	緑					
コンソメ	0.32g	黄	緑	あつあげ	16g	黄	赤	しお	0.02g	黄	緑	みず	8g	黄	緑	みず	8g	黄	緑					
トンカツソース	0.4g	黄	緑	じゃがいも	52g	黄	赤	こしょう	0.02g	黄	緑	みず	8g	黄	緑	みず	8g	黄	緑					
ウスターソース	2.4g	黄	赤	にんじん	12g	黄	赤	みず	104g	黄	緑	みず	8g	黄	緑	みず	8g	黄	緑					
みず	56g	黄	赤	たまねぎ	40g	黄	赤	みず	104g	黄	緑	みず	8g	黄	緑	みず	8g	黄	緑					
ぎゅうにゅう	0.5本	赤	乳	こまねぎ	16g	黄	赤	みず	104g	黄	緑	みず	8g	黄	緑	みず	8g	黄	緑					
ぎゅうにゅう	0.5本	赤	乳	いんげんまめ	8g	黄	赤	みず	104g	黄	緑	みず	8g	黄	緑	みず	8g	黄	緑					
ゴールスローザラダ				さとう	2.8g	黄	赤	みず	104g	黄	緑	みず	8g	黄	緑	みず	8g	黄	緑					
キャベツ	20g	黄	赤	さとう	0.8g	黄	赤	みず	104g	黄	緑	みず	8g	黄	緑	みず	8g	黄	緑					
コーン	8g	黄	赤	こいくちしょうゆ	5.6g	黄	赤	みず	104g	黄	緑	みず	8g	黄	緑	みず	8g	黄	緑					
コールスロートレッシング	3.2g	黄	赤	みず	12g	黄	赤	みず	104g	黄	緑	みず	8g	黄	緑	みず	8g	黄	緑					
エネルギー	453	kcal		旬				旬				旬								旬				
たんぱく質	13.9	g																						
脂質	12.0	g																						
27日 (火)	パン	1こ	黄	乳麦	28日 (水)	うめごはん				29日 (木)	むぎごはん				30日 (金)	ごはん								
	パン	1こ	黄	乳麦		こめ	64g	黄			こめ	57.6g	黄			こめ	64g	黄		こめ	64g	黄		
	ぎゅうにゅう	0.5本	赤	乳		うめ (かんそう)	1.28g	黄	緑		むぎ	6.4g	黄			ぎゅうにゅう	0.5本	赤	乳	ぎゅうにゅう	0.5本	赤	乳	
	ぎゅうにゅう	0.5本	赤	乳		だしこんぶ	0.24g	黄	緑		ぎゅうにゅう	0.5本	赤	乳		ぎゅうにゅう	0.5本	赤	乳	どりにく	40g	赤	鶏	
	フランクフルト	1こ	赤	豚		ぎゅうにゅう	0.5本	赤	乳		たまごやき	1こ	赤	卵		たまごやき	1こ	赤	卵	とりにく	40g	赤	鶏	
	トマトケチャップ	12g	黄	赤		まぐろメンチカツ	1こ	赤	麦豆		たまごやき	1こ	赤	卵		たまごやき	1こ	赤	卵	せいしゅ	0.4g	黄	緑	
	さとう	0.3g	黄			まぐろメンチカツ	5g	赤	麦豆		たまごやき	1こ	赤	卵		たまごやき	1こ	赤	卵	こめあぶら	0.8g	黄	緑	
	ウスターソース	1g	黄			こめあぶら	5g	黄			たまごやき	1こ	赤	卵		たまごやき	1こ	赤	卵	たまねぎ	12g	黄	緑	
	トンカツソース	1g	黄			こまつな	12g	黄	緑		たまごやき	1こ	赤	卵		たまごやき	1こ	赤	卵	しろねぎ	4g	黄	緑	
	こなからし	0.05g	黄			ごま	12g	黄	緑		たまごやき	1こ	赤	卵		たまごやき	1こ	赤	卵	にんにく	0.16g	黄	緑	
みず	1.6g	黄		キャベツ	12g	黄	緑	たまごやき	1こ	赤	卵	たまごやき	1こ	赤	卵	さとう	0.32g	黄	緑					
ほうれんそう	15g	黄	緑	ごま	1.6g	黄	緑	たまごやき	1こ	赤	卵	たまごやき	1こ	赤	卵	こいくちしょうゆ	0.4g	黄	緑					
キャベツ	25g	黄	緑	さとう	0.24g	黄	緑	たまごやき	1こ	赤	卵	たまごやき	1こ	赤	卵	しおこうじ	1.6g	黄	緑					
こめあぶら	0.5g	黄		こいくちしょうゆ	0.96g	黄	緑	たまごやき	1こ	赤	卵	たまごやき	1こ	赤	卵	しお	0.16g	黄	緑					
しお	0.12g	黄		あつあげのみぞしる	12g	黄	赤	たまごやき	1こ	赤	卵	たまごやき	1こ	赤	卵	ひじき	9.6g	赤	鶏					
こしょう	0.01g	黄		だいたい	20g	黄	赤	たまごやき	1こ	赤	卵	たまごやき	1こ	赤	卵	こいくちしょうゆ	0.64g	黄	緑					
カレーこ	0.12g	黄		たまねぎ	16g	黄	赤	たまごやき	1こ	赤	卵	たまごやき	1こ	赤	卵	さとう	0.48g	黄	緑					
わくわく				にんじん	4.8g	黄	赤	たまごやき	1こ	赤	卵	たまごやき	1こ	赤	卵	みず	0.4g	黄	緑					
かぼちゃのポタージュ				しろねぎ	4.8g	黄	赤	たまごやき	1こ	赤	卵	たまごやき	1こ	赤	卵	みず	0.4g	黄	緑					
とりにく	8g	赤	鶏	みそ	6.4g	黄	赤	たまごやき	1こ	赤	卵	たまごやき	1こ	赤	卵	みず	0.4g	黄	緑					
しろぶどうしゅ	0.24g	黄		かつおパック	1.6g	黄	赤	たまごやき	1こ	赤	卵	たまごやき	1こ	赤	卵	みず	0.4g	黄	緑					
オリーブあぶら	0.4g	黄		にぼし	0.4g	黄	赤	たまごやき	1こ	赤	卵	たまごやき	1こ	赤	卵	みず	0.4g	黄	緑					
かぼちゃペースト	28g	黄	赤	みず	104g	黄	赤	たまごやき	1こ	赤	卵	たまごやき	1こ	赤	卵	みず	0.4g	黄	緑					
じゃがいも	20g	黄	赤	みず	104g	黄	赤	たまごやき	1こ	赤	卵	たまごやき	1こ	赤	卵	みず	0.4g	黄	緑					
たまねぎ	24g	黄	赤	みず	104g	黄	赤	たまごやき	1こ	赤	卵	たまごやき	1こ	赤	卵	みず	0.4g	黄	緑					
かぼちゃ	20g	黄	赤	みず	104g	黄	赤	たまごやき	1こ	赤	卵	たまごやき	1こ	赤	卵	みず	0.4g	黄	緑					
パセリ (かんそう)	0.02g	黄		みず	104g	黄	赤	たまごやき	1こ	赤	卵	たまごやき	1こ	赤	卵	みず	0.4g	黄	緑					
コンソメ	1.2g	黄		みず	104g	黄	赤	たまごやき	1こ	赤	卵	たまごやき	1こ	赤	卵	みず	0.4g	黄	緑					
なまクリーム	1.6g	黄		みず	104g	黄	赤	たまごやき	1こ	赤	卵	たまごやき	1こ	赤	卵	みず	0.4g	黄	緑					
しお	0.08g	黄		みず	104g	黄	赤	たまごやき	1こ	赤	卵	たまごやき	1こ	赤	卵	みず	0.4g	黄	緑					
こしょう	0.02g	黄		みず	104g	黄	赤	たまごやき	1こ	赤	卵	たまごやき	1こ	赤	卵	みず	0.4g	黄	緑					
こめこ	1.6g	黄		みず	104g	黄	赤	たまごやき	1こ	赤	卵	たまごやき	1こ	赤	卵	みず	0.4g	黄	緑					
ぎゅうにゅう	32g	赤	乳	みず	104g	黄	赤	たまごやき	1こ	赤	卵	たまごやき	1こ	赤	卵	みず	0.4g	黄	緑					
みず	36g	赤	乳	みず	104g	黄	赤	たまごやき	1こ	赤	卵	たまごやき	1こ	赤	卵	みず	0.4g	黄	緑					
エネルギー	454	kcal		旬				旬				旬								旬				
たんぱく質	19.1	g																						
脂質	15.1	g																						
29日 (木)	パン	1こ	黄	乳麦	30日 (金)	うめごはん				31日 (土)	むぎごはん													
	パン	1こ	黄	乳麦		こめ	64g	黄			こめ	57.6g	黄		こめ	64g	黄							
	ぎゅうにゅう	0.5本	赤	乳		うめ (かんそう)	1.28g	黄	緑		むぎ	6.4g	黄		ぎゅうにゅう	0.5本	赤	乳	ぎゅうにゅう	0.5本	赤	乳		
	ぎゅうにゅう	0.5本	赤	乳		だしこんぶ	0.24g	黄	緑		ぎゅうにゅう	0.5本	赤	乳	ぎゅうにゅう	0.5本	赤	乳	どりにく	40g	赤	鶏		
	フランクフルト	1こ	赤	豚		ぎゅうにゅう	0.5本	赤	乳		たまごやき	1こ	赤	卵	たまごやき	1こ	赤	卵	とりにく	40g	赤	鶏		
	トマトケチャップ	12g	黄	赤		まぐろメンチカツ	1こ	赤	麦豆		たまごやき	1こ	赤	卵	たまごやき	1こ	赤	卵	せいしゅ	0.4g	黄	緑		
	さとう	0.3g	黄			まぐろメンチカツ	5g	赤	麦豆		たまごやき	1こ	赤	卵	たまごやき	1こ	赤	卵						