



# 2025年7月の献立 (彩ほっとランチ)

〈 ごあいさつ 〉

これから夏本番です。気温が高い日がだんだん多くなっていきます。規則正しい生活を心掛け、暑さに負けず元気に夏を過ごしましょう。今月もよろしく願っています。

日付	主食	おかず	1人分 のカロリー	体をつくる	熱や力になる	体の調子を整える
1 (火)	ごはん	ぶたにくのしょうがいため、だしまきたまご、キャベツ えびフライ、きりぼしだいこんのもの、あんず、ようなし、きせつのスープ	450kcal 13.1g	豚肉、かつお節、卵、えび、油揚げ	米、砂糖、油、小麦粉、パン粉	生姜、玉ねぎ、人参、キャベツ、切干大根、あんず缶 洋梨缶、トマト、アスパラガス、レタス
2 (水)	まーぼーどうふどん	はるまき、ちくわとピーマンのいためもの、コーンしゅうまい にんじんあまに、メロン	462 13.3	豆腐、豚肉、みそ、鶏肉、いとより、えそ たちうお、大豆	米、砂糖、ごま、ごま油、澱粉 小麦粉、春雨、油	ねぎ、にんにく、生姜、キャベツ、筍、玉ねぎ 椎茸、ピーマン、コーン、人参、メロン
3 (木)	ハニラむしパン ハムチーズパン	ほしコロッケ、ほしハム、てりやきミートボール、グラタン、かにかまぼこ ブロッコリーのマヨしょうゆあえ、クラッシュゼリー、コンソメスープ	487 14.1	卵、豚肉、脱脂粉乳、クリームチーズ、鶏肉、いとより えそ、たら、えび、かに、かつお節、牛乳、チーズ	小麦粉、砂糖、油、マーガリン、パン粉 澱粉、じゃがいも、ごま、マヨネーズ、マカロニ	玉ねぎ、ブロッコリー、黄桃缶、パイン缶、人参
4 (金)	ごはん	あかうおちゃんちゃんやき、とりのからあげ、さつまいものあまに いりどうふ、キウイフルーツ、あんず、じゃがいもとわかめのみそしる	446 14.5	赤魚、みそ、鶏肉、卵、脱脂粉乳、かつお節 豆腐	米、砂糖、小麦粉、油、さつまいも じゃがいも	キャベツ、人参、玉ねぎ、にんにく、生姜、椎茸 キウイフルーツ、あんず缶、わかめ
7 (月)	ごはん	ビーフミニステーキ、スパゲティ、にんじんグラッセ いんげんソテー、ポテトサラダ、おとうろ、プルーン、オニオンスープ	498 12.7	牛肉、豚肉、ゼラチン、	米、砂糖、小麦粉、油、バター じゃがいも、マヨネーズ	玉ねぎ、レモン果汁、人参、いんげん、コーン、ブロッコリー 黄桃缶、プルーン
8 (火)	みそラーメン	チャーシュー、やさしいため、あますあんミートボール こぶたかまぼこ、コーンバターしょうゆいため、だいがくいも	363 9.9	みそ、豚肉、鶏肉、いとより、えそ、たら 卵	中華麺、油、砂糖、ごま、ごま油 はちみつ、パン粉、澱粉、バター、さつまいも、黒糖	玉ねぎ、生姜、にんにく、キャベツ、人参、にら コーン、レモン果汁
9 (水)	いなりすし ミルクパン	だんしゃくコロッケ、はなやさいのソテー、ほうれんそうシュウマイ かにかまぼこ、にんじんごまきんぴら、マンゴー、ようなし、とんじる	450 11.6	油揚げ、卵、牛乳、豚肉、えそ、えび かに、いとより、たら、豆腐、みそ	米、砂糖、小麦粉、マーガリン、パン粉 じゃがいも、澱粉、油、ごま、ごま油、こんにゃく	玉ねぎ、カリフラワー、ブロッコリー、人参、ほうれん草、マンゴー缶 洋梨缶、大根、ねぎ
10 (木)	ごはん	ぶたにくのしくれに、キャベツメンチカツ、あつやきたまご ブロッコリーのスープに、マカロニサラダ、オレンジ、わかめとえのきのみそしる	457 13.7	豚肉、鶏肉、卵、みそ	米、砂糖、油、小麦粉、パン粉 澱粉、マカロニ、マヨネーズ	玉ねぎ、ごぼう、生姜、キャベツ、ブロッコリー、コーン グリーンピース、人参、オレンジ、えのき、わかめ
11 (金)	トマトカレーライス	しろみざかなフライ、ほうれんそうオムレツ、ウインナー ひじきのサラダ、あんにとどうふ	432 12.9	鶏肉、脱脂粉乳、チーズ、たら、卵、豚肉 牛乳	米、油、じゃがいも、砂糖、バター 小麦粉、澱粉、はちみつ、パン粉、ごま	にんにく、玉ねぎ、人参、なす、パプリカ、ズッキーニ トマト、バナナ、りんご、ほうれん草、ひじき、枝豆、コーン
14 (月)	ハンバーガー クリームクロワッサン	チキンナゲット、ナポリタン、ハートかまぼこ ブロッコリー、レモンゼリー、キャベツのしらすあえ、ジュリアンヌスープ	387 12.4	卵、鶏肉、脱脂粉乳、豚肉、ぐち、たら ふえだ、しらす干し	小麦粉、砂糖、パン粉、油、マヨネーズ マーガリン、澱粉、ごま	玉ねぎ、にんにく、生姜、りんご、トマト、ピーマン マッシュルーム、ブロッコリー、レモン果汁、キャベツ、きゅうり、人参、椎茸
15 (火)	おにぎり(ツナマヨネーズ) はいがパン	トンカツ、やさいとわかめのとうにゅうよせ、ビーフンいため にんじんあまに、とりレバーのあまからに、メロン、だいこんとあぶらあげのみそしる	406 12.7	かつお、卵、豚肉、みそ、豆乳、鶏レバー 油揚げ	米、砂糖、マヨネーズ、小麦粉、小麦胚芽 ライ麦粉、マーガリン、パン粉、油、ごま、米粉、澱粉	玉ねぎ、のり、かぼちゃ、わかめ、人参、キャベツ 生姜、メロン、大根
16 (水)	ごはん	レモンカジキフライ、だしまきたまご、マカロニいため てりやきミートボール、ほうれんそうのおひたし、パン、ようなし、じゃがいもたまねぎのみそしる	410 11.7	かじき、卵、かつお節、豚肉、鶏肉、みそ	米、小麦粉、パン粉、油、砂糖 マカロニ、ごま、じゃがいも	レモン果汁、玉ねぎ、枝豆、ほうれん草、パイン缶、洋梨缶
17 (木)	ごはん	ポークチャップ、かぼちゃコロッケ、キャベツ かにかまぼこ、いんげんのごまあえ、おとうろ、プルーン、とうふとほうれんそうのすましじる	460 13.4	豚肉、いとより、えそ、たら、えび、かに 卵、豆腐	米、油、砂糖、小麦粉、パン粉 じゃがいも、マーガリン、澱粉、ごま	玉ねぎ、トマト、りんご、にんにく、かぼちゃ、キャベツ いんげん、黄桃缶、プルーン、人参、ほうれん草
18 (金)	うどん	とりてん、やさいかきあげ、あじのさんがやき むきえだまめのとりそぼろいため、グレープフルーツ	417 19.5	油揚げ、豚肉、鶏肉、卵、あじ、みそ	砂糖、小麦粉、澱粉、油	ねぎ、人参、にんにく、生姜、ごぼう、春菊 玉ねぎ、筍、枝豆、グレープフルーツ
21 (月)	〈うみのひ〉					
22 (火)	ハヤシライス	ささみフライ、ブレンオムレツ、ハムソテー コールスローサラダ、パン、あんず	506 14.4	豚肉、鶏肉、卵、脱脂粉乳	米、小麦粉、砂糖、澱粉、油 パン粉、米粉、マヨネーズ	マッシュルーム、玉ねぎ、キャベツ、人参、コーン、ブロッコリー パイン缶、あんず缶
23 (水)	しょうゆラーメン	チャーシュー、ねぎメンマいため、ぎょうざ なると、わかめナムル、メロン	298 9.7	豚肉、ゼラチン、みそ、鶏肉、いとより、えそ たら、卵	中華麺、ごま油、砂糖、はちみつ、油 小麦粉、澱粉、ごま	にんにく、筍、ねぎ、にら、キャベツ、玉ねぎ わかめ、メロン
24 (木)	ちゅうかどん	ジャンボシュウマイ、スパイシーロール、ブロッコリーのスープに パンハンジーサラダ、オレンジ	480 15.9	豚肉、たちうお、ゼラチン、卵、鶏肉、えび かに	米、砂糖、ごま油、澱粉、油 小麦粉、じゃがいも、ごま	人参、白菜、椎茸、ヤングコーン、玉ねぎ、トマト バナナ、ブロッコリー、キャベツ、きゅうり、オレンジ
25 (金)	ごはん	さばのカレーしょうゆやき、わふうオムレツ、きんぴらごぼう チキンボール、にくじゃが、グレープフルーツ、たまねぎとわかめのみそしる	420 13.3	さば、かまぼこ、卵、鶏肉、豚肉、みそ	米、油、澱粉、砂糖、パン粉 じゃがいも、こんにゃく	こねぎ、ごぼう、人参、玉ねぎ、グレープフルーツ、わかめ
28 (月)	ごはん	サイコロステーキ、やさいとわかめのとうにゅうよせ、キャベツ さつまいものレモンに、いんげんソテー、あんにとどうふ、ほうれんそうのスープ	517 12	鶏肉、牛肉、豆乳、豚肉、脱脂粉乳、牛乳	米、砂糖、米粉、澱粉、油 さつまいも、黒糖、ごま油	玉ねぎ、レモン果汁、かぼちゃ、わかめ、人参、キャベツ いんげん、ほうれん草
29 (火)	コロッケパン ミルクパン	とうふナゲット、ポロネーゼ、ハートかまぼこ バターブロッコリー、グレープゼリー、キャベツのごまあえ、コーンポタージュ	436 11.9	卵、脱脂粉乳、牛肉、牛乳、豆腐、豆乳 大豆、いとより、豚肉、ぐち、たら、ふえだ、チーズ	小麦粉、砂糖、マーガリン、じゃがいも、澱粉 油、バター、ごま	玉ねぎ、人参、コーン、ブロッコリー、キャベツ、小松菜
30 (水)	けんちんうどん	とりにくのてりやき、かぼちゃのてんぷら、ちくわのいそべてんぷら トマトかまぼこ、わかめのあえもの、アロエヨーグルト	381 11.8	豆腐、鶏肉、いとより、たちうお、卵、たら ヨーグルト	里芋、澱粉、砂糖、はちみつ、油 小麦粉、ごま	人参、ごぼう、りんご、かぼちゃ、あおさ、トマト ほうれん草、わかめ、レモン果汁、アロエ
31 (木)	ごはん	ハンバーグブラウンソース、ほしがたポテトフライ、スパゲティ にんじんグラッセ、しらすとこまつなのあえもの、あんず、パン、しおこうじスープ	405 10.4	卵、豚肉、鶏肉、牛肉、しらす干し、油揚げ	米、砂糖、小麦粉、澱粉、米粉 じゃがいも、油、バター	玉ねぎ、人参、小松菜、あんず缶、パイン缶、キャベツ

## 〈 一口メモ 〉

### ☆甘い飲み物に注意

冷たいものは、甘みを感じにくくなります。そのため、たくさんの砂糖などが使われていても気づきにくい。暑いと冷たい飲み物を欲しますが、糖分の多い飲み物をとりすぎるとむし歯や肥満の原因になるので気を付けましょう。

また、ジュースなどの糖分を多く含む清涼飲料水を大量に飲みつけると、体のだるさや吐き気、意識障害が生じる『ペットボトル症候群』になる可能性があります。普段の水分補給は、甘い清涼飲料ではなく、水や麦茶をおすすめします。運動時などたくさん汗をかくときは、スポーツドリンクなどで水分補給をすること。シーンごとの飲料の選び方が健康維持には大切になります。

月平均：脂質13.4g 食塩相当量1.9g

### 砂糖の量はどれくらい？

500mLペットボトル換算	本数	スティックシュガー1本(3g)=12kcal
麦茶・緑茶 無糖コーヒー・無糖紅茶	0本	
スポーツドリンク	9本	
豆乳飲料・ミルクティー	13本	
リンゴジュース	20本	
ヨーグルト飲料 炭酸(果実色)飲料	22本	

\* 食品材料の入荷の都合上、献立の一部を変更させて頂く場合もありますので、ご了承ください。  
\* スプーン・フォークがあると食べやすい日には、マークがつけてあります。  
\* 魚の骨は出来るだけ除いておりますが、まれに骨が残っていることがありますのでご注意ください。  
\* アレルゲンの詳細につきましては、アレルギー一覧表にてご確認ください。

## 株式会社 幼稚園給食

<http://www.y-kyushoku.co.jp/>

船橋工場  
龍ヶ崎工場  
佐倉工場

船橋市三咲5-32-21  
龍ヶ崎市川原代町3997-1  
佐倉市神門439

TEL 047-448-1388 (代)  
TEL 0297-63-0122 (代)  
TEL 043-498-8500 (代)



2025年 7月の除去食献立アレルギー一覧表(彩ほっとランチ)

株式会社 幼稚園給食

通常食献立		代替献立		卵・乳	甲殻類	肉類ゼラチン	魚介類	野菜類・きのこ類・果物類	穀類・豆類	種実類	通常食献立		代替献立		卵・乳	甲殻類	肉類ゼラチン	魚介類	野菜類・きのこ類・果物類	穀類・豆類	種実類
1 (火)	ごはん ぶたにくのしょうがいため だしまきたまご キャベツ えびフライ きりぼしだいこんのもの あんず ようなし きせつスープ	あおのりポテト ほたてふうみフライ				豚肉			大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦		17 (木)	ごはん ポークチャップ かぼちゃコロッケ キャベツ かにかまぼこ いんげんのごまあえ おうとう ブルー とうふとほうれんそうのすましじる	あかかぶかまぼこ				豚肉・鶏肉		りんご もも	大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦	ごま
2 (水)	まーぼーどうふどん はるまき ちくわとピーマンのいためもの コーンしゅうまい にんじんあまに メロン					鶏肉 鶏肉 豚肉・鶏肉			大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦	ごま油・ごま ごま油 ごま油	18 (金)	うどん とりてん やさいかきあげ あじのさんがやき むきえだまめのとりそぼろいため グレープフルーツ	ちくわのいそべてんぶら				豚肉 豚肉 鶏肉			大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦	
3 (木)	バナラむしパン ハムチーズパン ほしコロッケ ほしハム てりやきミートボール かにかまぼこ ブロッコリーのマヨしょうゆあえ グラタン クラッシュゼリー コンソメスープ	いちごクリームサンド ハムパン てりやきミートボール にんじんかまぼこ ブロッコリーのマヨドレしょうゆあえ マカロニのクリームに				豚肉 豚肉・鶏肉 豚肉・鶏肉 豚肉・鶏肉	りんご りんご・オレンジ		大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆 大豆 大豆・小麦 小麦	ごま	22 (火)	ハヤシライス ささみフライ プレーオムレツ ハムソテー コールスローサラダ パイ あんず	さつまいものレモンに コールスローサラダ				豚肉 鶏肉 豚肉・鶏肉		りんご	大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆	ごま油
4 (金)	ごはん あかうおちゃんちゃんやき とりのからあげ さつまいものあまに いりどうふ キウイフルーツ あんず じゃがいもとわかめのみそしる	とりのからあげ いりどうふ				鶏肉			大豆 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦		23 (水)	しょうゆラーメン チャーシュー ねぎメンマいため ぎょうざ なると わかめナムル メロン	ねぎメンマいため ハートかまぼこ				ゼラチン・豚肉・鶏肉 豚肉 豚肉・鶏肉 鶏肉	さば		大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆	ごま油 ごま油 ごま油・ごま
7 (月)	ごはん ビーフミニステーキ スパゲティ にんじんグラッセ いんげんソテー ポテトサラダ おうとう ブルー オニオンスープ みそラーメン チャーシュー やさしいため あまずあんミートボール こぶたかまぼこ コーンバターしょうゆいため だいがくも	ぶたにくのステーキソースいため にんじんあまに ポテトサラダ				豚肉 鶏肉 豚肉・鶏肉 豚肉			大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆		24 (木)	ちゅうかどん スパイスロール ジャンボシューマイ ブロッコリーのスープに パン・パンジーサラダ オレンジ	ジャンボシューマイ 豚肉 鶏肉 鶏肉				豚肉・鶏肉 豚肉・鶏肉 豚肉 鶏肉	バナナ		大豆・小麦 大豆・小麦 小麦 大豆	ごま油
8 (火)	ごはん ふたにくのしょうがいため だしまきたまご キャベツ えびフライ きりぼしだいこんのもの あんず ようなし きせつスープ	あおのりポテト ほたてふうみフライ				豚肉			大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦		25 (金)	ごはん さばのカレーしょうゆやき わふうオムレツ きんぴらごぼう チキンボール にくじゃが グレープフルーツ たまねぎとわかめのみそしる	やさいよせやき にくだんご				豚肉・鶏肉 豚肉	さば		大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆	
9 (水)	いなりずし ミルクパン だんしゃくコロッケ はなやさいのソテー ほうれんそうシューマイ かにかまぼこ にんじんごまきんぴら マンゴー ようなし とんじる	ブルーベリージャムサンド シューマイ トマトかまぼこ				鶏肉 豚肉 鶏肉 豚肉			大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 小麦 大豆・小麦	ごま油・ごま	28 (月)	サイコロステーキ やさいとわかめのとうにゅうよせ キャベツ さつまいものレモンに いんげんソテー あんにんどうふ ほうれんそうのスープ	ぶたにくのステーキソースいため このはがたとうふよせ				豚肉 さば 豚肉・鶏肉 豚肉・鶏肉	さば		大豆・小麦 大豆 大豆・小麦 大豆・小麦	ごま油
10 (木)	ごはん ぶたにくのしぐれに キャベツメンチカツ あやきたまご ブロッコリーのスープに マカロニサラダ オレンジ わかめとえのきのみそしる	えだまめコロッケ ごうやどうふのふくめに マカロニサラダ				豚肉 鶏肉 豚肉			大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 小麦 大豆	ごま油・ごま	29 (火)	コロッケパン ミルクパン とうふナゲット ポロネーゼ ハートかまぼこ バターブロッコリー グレープゼリー キャベツのごまあえ コーンポタージュ	コロッケパン レモンクリームサンド 豚肉 豚肉 りんご				豚肉 鶏肉 鶏肉	りんご		大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆	ごま
11 (金)	トマトカレーライス しろみざかなフライ ほうれんそうオムレツ ウインナー ひじきのサラダ あんにんどうふ	トマトカレーライス かぼちゃのあまに ひじきのサラダ アロエ、 とうとう				鶏肉 豚肉・鶏肉 豚肉	りんご もも		大豆 小麦 大豆・小麦 大豆	ごま	30 (水)	けんちんうどん とりにくのでりやき かぼちゃのてんぶら ちくわのいそべてんぶら トマトかまぼこ わかめのあえもの アロエヨーグルト	ちくわのいそべてんぶら				豚肉 鶏肉 鶏肉	りんご		大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦	ごま
14 (月)	ハンバーガー クリームクワッソ チキンナゲット ナポリタン ハートかまぼこ ブロッコリー レモンゼリー キャベツのしらすあえ ジュリアンヌスープ	ハンバーガー りんごジャムサンド チキンナゲット				豚肉・鶏肉 豚肉・鶏肉	りんご・オレンジ りんご		大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦	ごま	31 (木)	ハンバーガーブラウンス ほしがたポテトフライ スパゲティ にんじんグラッセ しらすとこまつなのあえもの あんず パイ しおこうじスープ	ハンバーガーブラウンス				豚肉・鶏肉 鶏肉	りんご		大豆・小麦 大豆 大豆・小麦 大豆・小麦	
15 (火)	おにぎり(ツナマヨネーズ) はいがパン トンカツ やさいとわかめのとうにゅうよせ ピーフンいため にんじんあまに とりレバーのあまからに メロン だいにんとあぶらあげのみそしる	おにぎり(ツナマヨネーズ) ロールパン トンカツ とうふナゲット				豚肉 豚肉 豚肉・鶏肉			大豆 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 小麦	ごま	※アレルギー項目 該当28品目名		卵・乳 卵 乳	甲殻類 えび かに	肉類・ゼラチン 鶏肉 豚肉 牛肉 ゼラチン	魚介類 さけ さば いか あわび いくら	野菜類・きのこ類・果物類 やまいも オレンジ キウイフルーツ もも りんご バナナ	穀類・豆類 小麦 大豆 そば(不使用)	種実類 ごま ごま油 カシューナッツ アーモンド くるみ マカダミアナッツ 落花生(不使用)		
16 (水)	ごはん レモンカジキフライ だしまきたまご マカロニいため マカロニいため てりやきミートボール ほうれんそうのおひたし パイ ようなし じゃがいもとたまねぎのみそしる	やさしいりとりつくね コーンしゅうまい てりやきミートボール				鶏肉 豚肉・鶏肉 豚肉・鶏肉 豚肉・鶏肉	りんご・オレンジ		大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦	ごま	※上記のアレルギー品目名のごま・ごま油は同一品目として28品目としております。 ※揚げ油は、ろ過して使用している為、アレルギー一覧に記載されていないアレルギーも含まれている可能性もあります ※特定・推定アレルギー項目28品目以外の表示義務のない食材に関しては詳細な原材料の特定ができない為、安全性を考慮しお応えすることができません。ご了承ください。										

2025年7月の通常食献立アレルギー一覧表(彩ほっとランチ)

株式会社 幼稚園給食

	通常食献立	卵・乳	甲殻類	肉類ゼラチン	魚介類	野菜類・きのこ類・果物類	穀類・豆類	種実類		通常食献立	卵・乳	甲殻類	肉類ゼラチン	魚介類	野菜類・きのこ類・果物類	穀類・豆類	種実類
1 (火)	ごはん ぶたにくのしょうがいため だしまきたまご キャベツ えびフライ きりほしだいこんのにも あんず ようなし きせつのスープ	卵	えび	豚肉			大豆・小麦 大豆・小麦		17 (木)	ごはん ポークチャップ かぼちゃコロッケ キャベツ かにかまぼこ いんげんのごまあえ おうとう ブルー とうふとほうれんそうのすまし汁	卵	かに・えび	豚肉・鶏肉		りんご	大豆・小麦 大豆・小麦	
2 (水)	まーぼー豆腐どん はるまき ちくわとビーマンのいためもの コーンしゅうまい にんじんあまに メロン			豚肉 鶏肉			大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦	ごま油・ごま ごま油 ごま油	18 (金)	うどん とりてん やさいかきあげ あじのさんがやき むきえだまめのとりそぼろいため グレープフルーツ	卵		豚肉 鶏肉 豚肉 鶏肉			大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦	
3 (木)	パニラむしパン ハムチーズパン ほしコロッケ ほしハム てりやきミートボール かにかまぼこ ブロッコリーのマヨしょうゆあえ グラタン クラッシュゼリー コンソメスープ	乳・卵 乳・卵		豚肉・鶏肉 豚肉・鶏肉 鶏肉		りんご	大豆・小麦 大豆・小麦 大豆 大豆・小麦	ごま	22 (火)	ハヤシライス さきみフライ プレーンオムレツ ハムソテー コールスローサラダ パイン あんず	卵		豚肉 鶏肉 豚肉・鶏肉	りんご		大豆・小麦 大豆・小麦 大豆 大豆	
4 (金)	ごはん あかうおちゃんちゃんやき とりのからあげ きつまいものあまに いりどうふ キウイフルーツ あんず じゃがいもとわかめのみそしる	乳・卵		鶏肉			大豆 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦		23 (水)	しょうゆラーメン チャーシュー ねぎメンマいため ぎょうざ なると わかめナムル メロン	乳		豚肉 鶏肉 ゼラチン・鶏肉 豚肉・鶏肉	さば		大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦	ごま油 ごま油・ごま
7 (月)	ごはん ビーフミステーキ スバゲティ にんじんグラッセ いんげんソテー ポテトサラダ おうとう ブルー オニオンスープ	乳		ゼラチン・牛肉 鶏肉			大豆・小麦 大豆・小麦		24 (木)	ちゅうかどん スハイシーロール ジャンボシューマイ ブロッコリーのスープに パンパンジーサラダ オレンジ	卵	かに・えび	豚肉・鶏肉 豚肉・鶏肉 ゼラチン・豚肉・鶏肉 鶏肉 鶏肉	バナナ		大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦	ごま油 ごま
8 (火)	みそラーメン チャーシュー やさしいため あまずあんミートボール こぶたかまぼこ コーンバターしょうゆいため だいがくいも	乳		豚肉 豚肉 鶏肉 鶏肉			大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦	ごま油・ごま ごま	25 (金)	ごはん さばのカレーしょうゆやき わふうオムレツ きんぴらごぼう チキンボール にくじゃが グレープフルーツ たまねぎとわかめのみそしる	卵		鶏肉 豚肉	さば		大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦	
9 (水)	いなりずし ミルクパン だんしゃくコロッケ はなやさいのソテー ほうれんそうシュウマイ かにかまぼこ にんじんごまきんぴら マンゴ ようなし とんじる	乳・卵		豚肉 鶏肉			大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦	ごま油・ごま	28 (月)	ごはん サイロステーキ やさしいわかめとうにゅうよせ キャベツ きつまいものレモンに いんげんソテー あんにくんどうふ ほうれんそうのスープ	乳		鶏肉・牛肉			大豆・小麦 大豆	
10 (木)	ごはん ぶたにくのしぐれに キャベツメンチカツ あつやきたまご ブロッコリーのスープに マカロニサラダ オレンジ わかめとえのきのみそしる	乳・卵 卵	かに・えび かに・えび	ゼラチン・豚肉			大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦	ごま油・ごま	29 (火)	コロッケパン ミルクパン とうふナゲット ポロネーゼ ハートかまぼこ バターブロッコリー グレープゼリー キャベツのごまあえ コンボギージュ	乳・卵 乳		豚肉 牛肉 豚肉 鶏肉	りんご		大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦	ごま
11 (金)	トマトカレーライス しるみぎかなフライ ほうれんそうオムレツ ウインナー ひじきのサラダ あんにくんどうふ	乳		豚肉・鶏肉		りんご・バナナ りんご	大豆・小麦 大豆・小麦 大豆		30 (水)	けんちんうどん とりにくのでりやき かぼちゆのてんぷら ちくわのいそべてんぷら トマトかまぼこ わかめのおえもの アロエヨーグルト	卵		鶏肉 鶏肉 鶏肉 豚肉	りんご		大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦	
14 (月)	ハンバーガー クリームクロワッサン チキンナゲット ナポリタン ハートかまぼこ ブロッコリー レモンゼリー キャベツのしらすあえ ジュリアンヌスープ	乳・卵 乳・卵 乳		豚肉・鶏肉 豚肉・鶏肉		りんご・オレンジ	大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦	ごま	31 (木)	ごはん ハンバーグブラウンソース ほしがたポテトフライ スバゲティ にんじんグラッセ しらすとごまつなのおえもの あんず パイン しおこうじスープ	乳・卵 乳		豚肉・鶏肉・牛肉 鶏肉	りんご		大豆・小麦 大豆 大豆・小麦 大豆・小麦	
15 (火)	おにぎり(ツナマヨネーズ) はいがパン ドンカツ やさしいわかめとうにゅうよせ ビーフいため にんじんあまに とりレバーのあまからに メロン だいてんとあぶらあげのみそしる	卵 乳・卵 乳・卵		豚肉			大豆 大豆・小麦 大豆・小麦	ごま									
16 (水)	ごはん レモンカジキフライ だしまきたまご マカロニいため てりやきミートボール ほうれんそうのおひたし パイン ようなし じゃがいもたまねぎのみそしる	卵 卵 乳・卵		豚肉・鶏肉 鶏肉			大豆・小麦 大豆・小麦 大豆・小麦	ごま									

※アレルギー項目	卵・乳	甲殻類	肉類・ゼラチン	魚介類	野菜類・きのこ類・果物類	穀類・豆類	種実類
献立28品目名	卵 乳	えび かに	鶏肉 豚肉 牛肉 ゼラチン	さけ さば いか あわび いくら	やまいも オレンジ キウイフルーツ もも りんご バナナ	小麦 大豆 そば(不使用)	ごま ごま油 カシューナッツ アーモンド くるみ マカダミアナッツ 落花生(不使用)

※上記のアレルギー品目名のごま・ごま油は同一品目として28品目としております。  
 ※揚げ油は、ろ過して使用している為、アレルギー一覧に記載されていないアレルギーも含まれている可能性もあります  
 ※特定・推奨アレルギー項目28品目以外の表示義務のない食材に関しては詳細な原材料の特定ができない為、安全性を考慮しお伝えすることができません。ご了承ください。