



給食献立表

平成29年度

総合部(セカンドグリー)

日	曜日	献立名		主な食品名			熱量 (kcal)	蛋白質 (g)	アレルギー食品	
				血や肉になるもの	熱や力になるもの	体の調子を整えるもの				
10	水	ドッグパン	牛乳	焼きそば 唐揚げ ほうれん草と竹輪の和風サラダ みかん コンソメスープ	牛乳 豚肉 竹輪 鶏肉 ベーコン	ドッグパン 中華麺 マヨネーズ 油 小麦粉	キャベツ 人参 玉葱 ほうれん草 みかん	722	28.8	乳 豚肉 鶏肉 卵 みかん 小麦 大豆
11	木	ご飯	ジョア	ポークカレー ビーマンの肉詰めフライ しそ団子串 蓮根サラダ 福神漬け ぶどうゼリー	ジョア 鶏肉 ツナ 肉詰め しそ団子	ご飯 じゃが芋 油 小麦粉 マヨネーズ ゼリー	人参 玉葱 キャベツ きゅうり かいわれ レンコン	675	24.0	乳 鶏肉 豚肉 大豆 小麦 卵
12	金	ご飯	ジョア	豚肉と野菜のニンニク炒め 大根とカニカマのサラダ トリュフ香るクロケット のっぺい汁 りんご	ジョア 豚肉 カニカマ 豆腐	ご飯 マヨネーズ 里芋 クロケット 小麦粉 油	キャベツ 玉葱 人参 トマト 大根 きゅうり ごぼう りんご にんにく	626	20.1	乳 豚肉 大豆 小麦 りんご 卵
13	土	ご飯	ジュース	千草焼き 白身フライ えび焼売 もやしとハムのナムル プチシュークリーム	卵 白身魚 エビ焼売 ハム	ご飯 油 ゴマ油 ゴマ シュークリーム	ほうれん草 人参 椎茸 葱 キャベツ かいわれ もやし	620	18.0	卵 エビ 豚肉 ゴマ 大豆 小麦
15	月	食パン + ジャム	牛乳	鶏肉のトマトソース煮 キャベツ畑のコロッケ オーロラサラダ 青菜とベーコンのソテー オニオンスープ スイートポテト	牛乳 鶏肉 ハム ベーコン	食パン ジャム 油 コロッケ マカロニ スイートポテト マヨ	キャベツ 人参 かいわれ 玉葱 きゅうり 小松菜 えのき もやし りんご	718	28.5	乳 鶏肉 豚肉 卵 大豆 小麦 りんご
16	火	ご飯	ジョア	ぶりの照り焼き 南瓜と豆腐の落し揚げ 糸コンと根菜の金平 五目炒り豆腐 抹茶プリン 味噌汁	ジョア ぶり 豆腐 卵 なると 油揚げ 味噌	ご飯 油 小麦粉 抹茶プリン ゴマ	キャベツ かいわれ 人参 こんにゃく 蓮根 牛蒡 白菜 いんげん 椎茸 みかん	712	27.2	乳 大豆 卵 小麦 みかん ゴマ
17	水	揚げパン (シナモン)	牛乳	コンビネーションオムレツ チキンナゲット ハムのマリネ ペンネアラビアータ フルーツゼリー コーンスープ	牛乳 卵 ベーコン チキンナゲット ハム 生クリーム	揚げパン 油 小麦粉 ペンネ パター ゼリー	玉葱 人参 キャベツ コーン みかん バイン かいわれ	794	29.5	乳 卵 豚肉 鶏肉 みかん バイン 小麦
18	木	わかめ ご飯	りんご ジュース	すき焼きコロッケ 照り焼きつくね串 ひじきとキャベツの和風サラダ ぜんまい煮 金時豆 味噌汁	つくね ひじき わかめ 高野豆腐 油揚げ 金時豆 味噌 牛肉	ご飯 油 小麦粉 コロッケ マヨネーズ	キャベツ トマト 椎茸 えのき しめじ ぜんまい こんにゃく 大根	619	20.2	大豆 牛肉 小麦 卵
19	金	ご飯	ジョア	松風焼き 枝豆&コーンコロッケ 竹輪の磯辺揚げ 青菜と糸コンの白和え よもぎ大福 すまし汁	ジョア 鶏肉 味噌 豆腐 なると 竹輪	ご飯 油 小麦粉 コロッケ 大福 ゴマ	葱 人参 キャベツ かいわれ ほうれん草 こんにゃく	597	22.5	乳 鶏肉 大豆 小麦 ゴマ 卵
20	土	ご飯	ジュース	海老カツ 焼き餃子 挽肉と春雨の炒め物 がんもの煮物 漬物	エビかつ 餃子 豚肉 がんも	ご飯 油 小麦粉 春雨	キャベツ ニラ 人参 かいわれ 玉葱	678	20.9	エビ 豚肉 大豆 卵 小麦
22	月	クロワッサン	牛乳	タンダーリーチキン ハムチーズピカタ きのことベーコンのソテー さつま芋のサラダ りんごの蒸し焼きシナモン風味 ジュリエヌヌスープ	牛乳 鶏肉 卵 ハム チーズ ベーコン	クロワッサン 油 さつま芋 マヨネーズ 小麦粉	玉葱 バセリ キャベツ 人参 かいわれ きゅうり 椎茸 えのき しめじ 舞茸 りんご	698	25.9	乳 鶏肉 卵 豚肉 小麦 りんご
23	火	中華麺	ジョア	味噌ラーメン ニラ饅頭 白菜と竹輪のサラダ 杏仁豆腐	ジョア 焼き豚 竹輪 ニラ饅頭 味噌	中華麺 小麦粉 油 マヨネーズ 杏仁豆腐 ゴマ	もやし キャベツ 人参 ニラ ほうれん草 白菜	680	30.4	乳 豚肉 大豆 小麦 卵 バイン ゴマ
24	水	食パン + ジャム	牛乳	エビ寄せフライ ビッグ肉団子 ブロッコリーとコーンのサラダ ポークビーンズ みかん 卵スープ	牛乳 エビ寄せフライ 肉団子 ベーコン 豚肉 卵 大豆	食パン ジャム 油 小麦粉	キャベツ 人参 かいわれ ブロッコリー コーン 玉葱 トマト みかん 葱	639	28.9	乳 エビ 豚肉 卵 大豆 小麦 みかん
25	木	ご飯	ジョア	ハヤシライス 野菜コロッケ 肉焼売 中華クラゲともやしの和えもの 福神漬け 梨ゼリー	ジョア 牛肉 焼売	ご飯 小麦粉 油 コロッケ ゼリー ゴマ油 ゴマ	玉葱 人参 マッシュルーム キャベツ かいわれ もやし きゅうり みかん	656	23.6	乳 牛肉 豚肉 小麦 大豆 卵 みかん ゴマ
26	金	ご飯	ジョア	酢豚 春巻き キャベツとザーサイの和え物 ベジタブルケーキ わかめスープ	ジョア 豚肉 春巻き わかめ	ご飯 小麦粉 油 ベジタブルケーキ ゴマ油	玉葱 葱 人参 ビーマン バイン キャベツ ザーサイ きゅうり 葱	684	26.7	乳 豚肉 小麦 大豆 卵 バイン
27	土	ご飯	ジュース	ふりかけ 肉豆腐 ポテトサラダ 大焼売 デザート	豚肉 豆腐 ハム 焼売	ご飯 じゃが芋 油 マヨネーズ デザート ゴマ 小麦粉	玉葱 人参 こんにゃく きゅうり 葱	578	20.7	豚肉 大豆 卵 小麦 ゴマ
29	月	食パン + ジャム	牛乳	塩風味胡麻チキン イカのトマト煮 ジャーマンポテト ゆでキャベツとレーズンのサラダ マンゴープリン きのことスープ	牛乳 牛肉 鶏肉 イカ ベーコン	食パン ジャム 油 小麦粉 マンゴープリン じゃが芋 ゴマ	トマト キャベツ 人参 玉葱 かいわれ きゅうり バイン えのき しめじ 椎茸	621	28.0	乳 牛肉 鶏肉 イカ 小麦 卵 大豆 ゴマ バイン
30	火	ご飯	ジョア	鱈の西京焼き 大豆ナゲット ホタテ風味のサラダ 竹輪の甘辛煮 わらび餅 味噌汁	ジョア さわら 竹輪 大豆ナゲット わかめ 油揚げ 味噌	ご飯 小麦粉 油 わらび餅 マヨネーズ	キャベツ 人参 かいわれ 大根 きゅうり えのき	659	26.7	乳 大豆 小麦 卵
31	水	パスタ	牛乳	ミートソース 三元豚のミルフィーユカツ たこウインナー カリフラワーとツナのサラダ アスパラベーコンのソテー 甘夏ゼリー	牛乳 牛肉 豚肉 ウインナー ツナ ベーコン	パスタ 小麦粉 油 ゼリー	玉葱 人参 キャベツ かいわれ カリフラワー アスパラ チェリー	688	30.2	乳 牛肉 豚肉 小麦 大豆 卵
* 仕入れの都合により、メニューを変更する事があります。							平均	667	25.3	