

令和5年度7月詳細献立 (ご家庭、学校での確認をお願いします。)

| 日 | 献立名 | 材料名 |
|------------|----------------------------------|---|
| 3日 (月) | 麦ごはん | 米、大麦 |
| | 揚げ餃子の甘酢あんかけ | 餃子(きゃべつ、たまねぎ、にら、豚肉、豚脂、でん粉加工食品、香味油、しょうゆ、酵母エキス、食塩、砂糖、生姜ペースト、香辛料、小麦粉、小麦たん白、水、加工でん粉、炭酸カルシウム、ピロリン酸鉄)、揚げ油(米油)、砂糖、濃口しょうゆ、酢、水、でん粉 |
| | ひじきの中華和え | ひじき、こまつな、大豆もやし、にんじん、切り干し大根、濃口しょうゆ、酢、三温糖、ごま油、白いりごま |
| | 中華風コーン卵スープ | クリームコーン(水、とうもろこし、コーンスターチ、食塩)、とうもろこし、たまねぎ、にんじん、鶏卵、万能ねぎ、ヘルシーファーム中華スープの素(食塩、デキストリン、砂糖、たん白加水分解物、オニオンパウダー、ガーリックパウダー、魚醤パウダー、酵母エキスパウダー、食用植物油、ジンジャーパウダー、調味動物油脂、こしょう、乳酸発酵酵母エキスパウダー、乳酸発酵トマトエキスパウダー、チキンパウダー、カラメル色素 ※一部にごま・大豆・鶏肉・豚肉を含む)、酒、食塩、こしょう、でん粉、ごま油 |
| | 牛乳 | 牛乳 |
| 4日 (火) | ごはん | 米 |
| | ぶりの西京焼き | ぶり、みそ、砂糖、発酵調味料、酒 |
| | カレー風味きんぴら | 鶏肉、ごぼう、にんじん、こんにゃく、大豆、ピーマン、米油、生姜、濃口しょうゆ、酒、みりん、三温糖、カレー粉、だし汁(かつお、煮干し、さば) |
| | えのきだけのみそ汁 | 豆腐、えのきだけ、にんじん、だいこん、こまつな、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ |
| | 牛乳 | 牛乳 |
| 6日 (木) | 麦ごはん | 米、大麦 |
| | ひじきと枝豆の豆腐カツ | 豆腐、魚肉すり身、植物油、たまねぎ、枝豆、粉末状大豆たん白、砂糖、食塩、酵母エキス、加工でん粉、ひじき、香辛料、クエン酸鉄、水、《衣》パン粉、小麦粉、でん粉、増粘剤(グアーガム)、食塩、香辛料、加工でん粉製剤、トレハロース、増粘多糖類、水、揚げ油(米油) |
| | もやしとピーマンのそぼろ炒め | 豚肉、生姜、米油、もやし、ピーマン、三温糖、濃口しょうゆ、オイスターソース(かき、水あめ、しょうゆ、砂糖液糖、食塩、酒精、加工でん粉、水)、ヘルシーファーム中華スープの素(食塩、デキストリン、砂糖、たん白加水分解物、オニオンパウダー、ガーリックパウダー、魚醤パウダー、酵母エキスパウダー、食用植物油、ジンジャーパウダー、調味動物油脂、こしょう、乳酸発酵酵母エキスパウダー、乳酸発酵トマトエキスパウダー、チキンパウダー、カラメル色素 ※一部にごま・大豆・鶏肉・豚肉を含む) |
| | じゃがいものみそ汁 | 油揚げ(大豆、植物油(菜種油、大豆油)、凝固剤、消泡剤)、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、みずな、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ |
| | 牛乳 | 牛乳 |
| 7日 (金) | わかめごはん | 米、わかめご飯の素(わかめ、食塩、砂糖、酵母エキス、発酵調味料、ピロリン酸第二鉄) |
| | 星型ハンバーグ | 鶏肉、たまねぎ、豚脂、粒状植物性たん白、豚肉、砂糖、水溶性食物繊維、粉末状植物性たん白、酵母エキス、トマトペースト、ぶどう糖、食塩、にんにくペースト、香辛料、生姜ペースト、水、加工でん粉、セルロース、炭酸カルシウム、ピロリン酸第二鉄 ※一部に大豆を含む |
| | ごま酢和え | こまつな、にんじん、はくさい、だいこん、とうもろこし、白いりごま、白すりごま、濃口しょうゆ、酢、三温糖 |
| | 七タ汁 | 春雨、なると(魚肉すり身(すけそうたら、いとよりだい)、馬鈴薯粉、砂糖、食塩、着色料(紅麴)、水)、オクラ、もやし、にんじん、しいたけ、だし汁(かつお、煮干し、昆布)、濃口しょうゆ、薄口しょうゆ、食塩 |
| | 七タクレープ (金ヶ崎小、第一小、三ヶ尻小、金ヶ崎中のみ) | 豆乳、加工油脂、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、麦芽糖、砂糖、植物油、米粉、水あめ、レモン果汁、大豆粉、小麦不使用しょうゆ、水、加工でん粉、トレハロース、増粘剤(カドラン)、乳化剤、ゲル化剤(増粘多糖類)、香料、安定剤(増粘多糖類)、ビタミンC、酸味料、メタリン酸ナトリウム、カラメル色素、ピロリン酸第二鉄、ペニバナ黄色素、ベーキングパウダー、カロチノイド色素 |
| 牛乳 | 牛乳 | |
| 10日 (月) | ごはん | 米 |
| | 元氣もりもりのり納豆ふりかけ | ひきわり納豆、かぼちゃ、にんじん、のり、風味調味料(砂糖、食塩、かつお骨粉末、かつおぶし粉末、酵母エキス、でん粉)、ぶどう糖、植物油、砂糖、ベーキングパウダー、酸化防止剤(ビタミンE) |
| | ちくわの磯辺揚げ | ちくわの磯辺天ぷら(魚肉すり身、でん粉、食塩、発酵調味料、砂糖、植物油、調味料(アミノ酸等)、キシロース、衣:てんぷら粉(小麦粉、でん粉、膨張剤製剤、着色料製剤)、アオサ、水、揚げ油(大豆油))、揚げ油(米油) |
| | ごぼうサラダ | ごぼう、にんじん、きゅうり、きゃべつ、ノンエッグマヨネーズ(食用植物油、水あめ、砂糖、醸造酢、食塩、増粘剤(加工でん粉、増粘多糖類)、粉末状大豆たんぱく、香辛料、酵母エキス、水)、酢、濃口しょうゆ、三温糖、白すりごま |
| | なすと生揚げのみそ汁 | 冷凍ミニ絹揚げ(豆乳(大豆、消泡剤、水)、大豆油、安定剤(加工デンプン)、豆腐用凝固剤製剤、酵素製剤、水)、なす、にんじん、たまねぎ、みずな、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ |
| | 七タクレープ (永岡小、西小のみ) | 豆乳、加工油脂、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、麦芽糖、砂糖、植物油、米粉、水あめ、レモン果汁、大豆粉、小麦不使用しょうゆ、水、加工でん粉、トレハロース、増粘剤(カドラン)、乳化剤、ゲル化剤(増粘多糖類)、香料、安定剤(増粘多糖類)、ビタミンC、酸味料、メタリン酸ナトリウム、カラメル色素、ピロリン酸第二鉄、ペニバナ黄色素、ベーキングパウダー、カロチノイド色素 |
| 牛乳 | 牛乳 | |

令和5年度7月詳細献立 (ご家庭、学校での確認をお願いします。)

| 日 | 献立名 | 材料名 |
|------------|---------------|---|
| 11日 (火) | ごはん | 米 |
| | さばの塩焼き | さば、食塩 |
| | 肉じゃが | 豚肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、こんにゃく、さやいんげん、酒、三温糖、濃口しょうゆ、みりん、米油、だし汁(かつお、煮干し、さば) |
| | チンゲンサイのみそ汁 | チンゲンサイ、もやし、にんじん、豆腐、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ |
| | 牛乳 | 牛乳 |
| 12日 (水) | 麦ごはん | 米、大麦 |
| | 大豆ミート入りドライカレー | 豚肉、鶏肉、大豆ミート(大豆、クエン酸鉄)、大豆、たまねぎ、ピーマン、米油、砂糖、カレー粉、トマトケチャップ(トマト、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、ぶどう糖、醸造酢、食塩、たまねぎ、香辛料)、中濃ソース(醸造酢、トマト、ブルーベリー、たまねぎ、にんじん、ぶどう糖果糖液糖、砂糖、食塩、コーンスターチ、たん白加水分解物(とうもろこし)、酵母エキス、香辛料、水)、食塩、こしょう |
| | トマトと卵のスープ | ベーコン(豚かた肉、食塩、砂糖、香辛料(ナツメグ、コリアンダー、カルダモン、オールスパイス))、ダイスカットトマト(トマト、トマトジュース、クエン酸)、トマト、きゃべつ、にんにく、オリーブオイル、鶏卵、でん粉、コンソメゴールド(食塩、デキストリン、ぶどう糖、麦芽糖、食用植物油脂、粉末しょうゆ(小麦、大豆)、砂糖、野菜パウダー、チキンエキスパウダー、チキンパウダー、香辛料、ポークエキスパウダー、酵母エキス、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、酸味料)、食塩、こしょう |
| | 小玉すいか | すいか |
| | 牛乳 | 牛乳 |
| 13日 (木) | ごはん | 米 |
| | 鶏のから揚げ | 鶏肉、生姜、にんにく、濃口しょうゆ、酒、でん粉、揚げ油(米油) |
| | 野菜のからし和え | チンゲンサイ、もやし、にんじん、からし粉、濃口しょうゆ、砂糖 |
| | あさり入りみそ汁 | あさり、豆腐、だいこん、にんじん、しいたけ、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ |
| | 牛乳 | 牛乳 |
| 14日 (金) | 麦ごはん | 米、大麦 |
| | さんまの塩焼き | さんま、食塩 |
| | 豚肉と野菜のみそ炒め | 豚肉、きゃべつ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、生姜、にんにく、ごま油、みそ、酒、三温糖、一味唐辛子粉 |
| | モロヘイヤ入りみそ汁 | 油揚げ(大豆、植物油(菜種油、大豆油)、凝固剤、消泡剤)、だいこん、にんじん、モロヘイヤ、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ |
| | ももゼリー | ピーチ果汁、グラニュー糖、水あめ、ポリデキストロース、トレハロース、ゲル化剤(増粘多糖類)、乳酸カルシウム、ビタミンC、香料、クエン酸第一鉄ナトリウム、ビタミンD、水 |
| | 牛乳 | 牛乳 |
| 18日 (火) | ごはん | 米 |
| | ほっけフライ | ほっけフライ(ほっけ、衣:パン粉、小麦粉、食塩、増粘剤製剤、水)、揚げ油(米油) |
| | きゃべつのゆかり和え | きゃべつ、もやし、にんじん、茎わかめ、ゆかり(塩蔵赤しそ(赤しそ、食塩、梅酢)、砂糖、食塩、酵母エキス、酸味料、鰹節、薄口しょうゆ) |
| | かきたま汁 | 鶏卵、豆腐、たまねぎ、こまつな、濃口しょうゆ、薄口しょうゆ、酒、食塩、でん粉、だし汁(かつお、煮干し、昆布) |
| 19日 (水) | 牛乳 | 牛乳 |
| | 麦ごはん | 米、大麦 |
| | オムレツのトマトソースかけ | オムレツ(鶏卵、かつお昆布だし、砂糖、でん粉、みりん、トレハロース、醸造酢、しょうゆ、食塩、植物油)、ダイスカットトマト(トマト、トマトジュース、クエン酸)、トマトピューレ、上白糖、コンソメゴールド(食塩、デキストリン、ぶどう糖、麦芽糖、食用植物油脂、粉末しょうゆ(小麦、大豆)、砂糖、野菜パウダー、チキンエキスパウダー、チキンパウダー、香辛料、ポークエキスパウダー、酵母エキス、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、酸味料)、ウスターソース(醸造酢、ぶどう糖果糖液糖、砂糖、トマト、ブルーベリー、たまねぎ、にんじん、食塩、たん白加水分解物(とうもろこし)、酵母エキス、香辛料、水)、こしょう |
| | きゃべつのカレーソテー | きゃべつ、にんじん、ベーコン(豚肉、食塩、砂糖、香辛料(ナツメグ、コリアンダー、カルダモン、オールスパイス))、ピーマン、ブロッコリー、米油、カレー粉、食塩、コンソメゴールド(食塩、デキストリン、ぶどう糖、麦芽糖、食用植物油脂、粉末しょうゆ(小麦、大豆)、砂糖、野菜パウダー、チキンエキスパウダー、チキンパウダー、香辛料、ポークエキスパウダー、酵母エキス、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、酸味料) |
| | ポトフ | 鶏肉、米油、にんじん、じゃがいも、たまねぎ、ズッキーニ、食塩、こしょう、ワイン、コンソメゴールド(食塩、デキストリン、ぶどう糖、麦芽糖、食用植物油脂、粉末しょうゆ(小麦、大豆)、砂糖、野菜パウダー、チキンエキスパウダー、チキンパウダー、香辛料、ポークエキスパウダー、酵母エキス、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、酸味料)、パセリ粉 |
| | 牛乳 | 牛乳 |

令和5年度7月詳細献立 (ご家庭、学校での確認をお願いします。)

| 日 | 献立名 | 材料名 |
|------------|------------|---|
| 20日 (木) | ごはん | 米 |
| | いわしの梅煮 | いわし、砂糖、水あめ、しょうゆ、梅酢、発酵調味料、でん粉、梅肉ペースト、かつお削り節、こんぶだし、水、増粘剤(キサンタンガム)、着色料(紅麴、しそ色素) |
| | こんにやく炒め | こんにやく、にんじん、こまつな、しいたけ、豚肉、油、生姜、濃口しょうゆ、三温糖、酒、だし汁(かつお、煮干し、さば) |
| | なすともやしのみそ汁 | 油揚げ(大豆、植物油(菜種油、大豆油)、凝固剤、消泡剤)、なす、にんじん、もやし、みずな、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ |
| | ミニトマト | ミニトマト |
| | 牛乳 | 牛乳 |
| 21日 (金) | ごはん | 米 |
| | 鶏肉の酢豚風 | 鶏肉、濃口しょうゆ、酒、生姜、でん粉、揚げ油(米油)、たまねぎ、にんじん、たけのこ、ピーマン、ごま油、トマトケチャップ(トマト、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、ぶどう糖、醸造酢、食塩、たまねぎ、香辛料)、酢、三温糖、みりん、ヘルシーファーム中華スープの素(食塩、デキストリン、砂糖、たん白加水分解物、オニオンパウダー、ガーリックパウダー、魚醤パウダー、酵母エキスパウダー、食用植物油、ジンジャーパウダー、調味動物油脂、こしょう、乳酸発酵酵母エキスパウダー、乳酸発酵トマトエキスパウダー、チキンパウダー、カラメル色素 ※一部にごま・大豆・鶏肉・豚肉を含む) |
| | もやしのナムル | もやし、ほうれんそう、ごま油、酢、三温糖、濃口しょうゆ、白いりごま |
| | わかめスープ | わかめ、豆腐、きゃべつ、にんじん、チンゲンサイ、ねぎ、白いりごま、ヘルシーファーム中華スープの素(食塩、デキストリン、砂糖、たん白加水分解物、オニオンパウダー、ガーリックパウダー、魚醤パウダー、酵母エキスパウダー、食用植物油、ジンジャーパウダー、調味動物油脂、こしょう、乳酸発酵酵母エキスパウダー、乳酸発酵トマトエキスパウダー、チキンパウダー、カラメル色素 ※一部にごま・大豆・鶏肉・豚肉を含む)、薄口しょうゆ、ごま油 |
| 牛乳 | 牛乳 | |