

令和7年度 10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
1日 (水)	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(紅麹、しそ色素)
	じゃがいもの塩麹炒め	鶏肉、しょうが、米油、酒、じゃがいも、にんじん、こんにゃく、枝豆、液体塩麹(米麹、食塩、酒精)、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	なめこ汁	豆腐、なめこ、にんじん、だいこん、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	牛乳	牛乳
2日 (木)	ごはん	米
	麻婆豆腐	豆腐、豚肉、ねぎ、しょうが、にんにく、にんじん、しいたけ、たけのこ、グリーンピース、米油、みそ、三温糖、濃口しょうゆ、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)、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)、ごま油、でん粉、豆板醤(唐辛子、みそ、食塩、酒精)
	パンバンジーサラダ	ささみフレーク(鶏肉、野菜エキス、食塩、馬鈴薯でん粉、水)、キャベツ、きゅうり、もやし、ごま油、酢、薄口しょうゆ、ラー油、砂糖、白ねりごま、白いりごま
	トック入りスープ	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)、たまねぎ、にんじん、ねぎ、チンゲンサイ、トック(米粉、食塩、加工でん粉、酒精、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)、濃口しょうゆ、こしょう、ごま油
牛乳	牛乳	
3日 (金)	ごはん	米
	あじの西京焼き	あじ、みそ、砂糖、発酵調味料、酒
	豚肉とれんこんの炒め物	豚肉、れんこん、にんじん、キャベツ、こまつな、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、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、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)
	すいとん	冷凍すいとん(小麦粉、塩水、水)、鶏肉、米油、にんじん、だいこん、ごぼう、しいたけ、ねぎ、濃口しょうゆ、薄口しょうゆ、酒、食塩、だし汁(かつお、煮干し、昆布)
	牛乳	牛乳
6日 (月)	ごはん	米
	和風ハンバーグ	ハンバーグ(鶏肉、豚肉、たまねぎ、粒状植物性たん白、豚脂、でん粉、砂糖、トマトケチャップ、植物油、乾燥マッシュポテト、野菜ペースト、香辛料、オニオンエキスパウダー、食塩、酵母エキス、水、加工でん粉、炭酸カルシウム、調味料(無機塩)、焼成カルシウム、ピロリン酸鉄、着色料、硫酸カルシウム)、【タレ:たまねぎ、米油、濃口しょうゆ、三温糖、みりん、一味唐辛子粉】
	おからサラダ	おから、にんじん、きゅうり、じゃがいも、ツナフレーク(かつお、めばちまぐろ、大豆油、野菜エキス、食塩、調味料(アミノ酸)、水)、ノンエッグマヨネーズ(食用植物油、醸造酢、食塩、砂糖、粉末状植物性たん白、香辛料、酵母エキスパウダー、増粘剤(加工でん粉、キサンタンガム)、調味料(有機酸等)、香辛料抽出物、水)、酢、三温糖、食塩、こしょう
	ひきな汁	だいこん、にんじん、ごぼう、しいたけ、油揚げ(大豆、植物油、豆腐用凝固剤、消泡剤製剤)、みつば、だし汁(かつお、煮干し、昆布)、濃口しょうゆ、食塩、酒
牛乳	牛乳	
7日 (火)	ごはん	米
	さんまの蒲焼き風	さんま、でん粉、揚げ油(米油)、【タレ:濃口しょうゆ、酒、みりん、三温糖、でん粉、水】
	のり酢和え	きゃべつ、こまつな、にんじん、ツナフレーク(かつお、めばちまぐろ、大豆油、野菜エキス、食塩、調味料(アミノ酸)、水)、のり、濃口しょうゆ、酢
	いものこ汁	鶏肉、米油、さといも、にんじん、だいこん、ぶなしめじ、こんにゃく、豆腐、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、昆布)、酒、濃口しょうゆ、薄口しょうゆ、食塩
	お月見大福	グラニュー糖、米粉、いんげん豆、還元水あめ、さつまいもペースト、豆乳加工食品、豆乳クリーム、カラメルソース加工品、さつまいもパウダー加工品、水、加工でん粉、炭酸カルシウム、乳化剤、着色料、グリセリン脂肪酸エステル、香料、pH調整剤、酵素、ピロリン酸鉄、セルロース、塩化マグネシウム
牛乳	牛乳	
8日 (水)	ごはん	米
	ぶりの照り焼き	ぶり、しょうゆ、発酵調味料、砂糖、酒
	野菜のごま酢和え	こまつな、にんじん、はくさい、もやし、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
	さつまいものみそ汁	さつまいも、だいこん、にんじん、ねぎ、豆腐、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	梨	梨
牛乳	牛乳	

令和7年度 10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
9日 (木)	ごはん	米
	鶏肉のみそチーズ焼き	鶏肉、濃口しょうゆ、酒、みそ、みりん、ミックスチーズ(ナチュラルチーズ、植物油脂、でん粉、ホエイパウダー、乳たん白質、デキストリン、食塩、水、増粘剤(加工でん粉)、セルロース、pH調整剤、カロチノイド色素)
	【乳アレルギー対応食】 和風きんぴら包み焼き	和風きんぴら包み焼き【鶏肉、たまねぎ、ごぼう、豆腐、鶏皮、粒状植物性たん白、小麦不使用しょうゆ、にんじん、砂糖、みりん、植物油、ぶどう糖、しょうが、食塩、豚ゼラチン、酵母エキス、液状混合調味料、ごま、香辛料、水、加工でん粉、セルロース、凝固剤、安定剤(グアーガム)、ピロリン酸第二鉄】
	豆もやし炒め	豆もやし、キャベツ、にんじん、さやいんげん、昆布、三温糖、そばつゆ(しょうゆ、砂糖、食塩、削りぶし(かつお、さば)、醗酵調味料、にぼし、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素 ※一部に小麦・さば・大豆を含む)、濃口しょうゆ、米油
	じゃがもち汁	豚肉、米油、おじゃがもちボール(じゃがいも、加工でん粉、でん粉(馬鈴薯)、マッシュポテト、食塩、グルコマンナン、水)、油揚げ(大豆、植物油、豆腐用凝固剤、消泡剤製剤)、にんじん、ぶなしめじ、ごぼう、こんにゃく、ねぎ、濃口しょうゆ、薄口しょうゆ、食塩、酒、みりん、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	牛乳	牛乳
10日 (金)	ごはん	米
	レバー入りメンチカツ	レバー入りメンチカツ(鶏肉、豚レバー、豚肉、パン粉、たまねぎ、砂糖、カレー粉、食塩、【衣:パン粉、水、バター粉(ブドウ糖、大豆粉、植物油脂、小麦粉)】、加工でん粉、乳化剤、イーストフード、ビタミンC)、揚げ油(米油)
	野菜のゆかり和え	キャベツ、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)、かつお節、薄口しょうゆ
	なすと小松菜のみそ汁	油揚げ(大豆、植物油、豆腐用凝固剤、消泡剤製剤)、なす、にんじん、こまつな、ぶなしめじ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	ブルーベリーゼリー	グラニュー糖、ブルーベリーピューレ、果糖、粉あめ、ゲル化剤(増粘多糖類)、乳酸カルシウム、ピロリン酸第二鉄、香料、酸味料、ビタミンC、水
	牛乳	牛乳
14日 (火)	ごはん	米
	さばの塩焼き	さば、食塩
	こんにゃく炒め	こんにゃく、にんじん、こまつな、しいたけ、豚肉、米油、しょうが、濃口しょうゆ、三温糖、酒、だし汁(かつお、煮干し、昆布)
	わかめと豆腐のみそ汁	わかめ、豆腐、たまねぎ、にんじん、はねぎ、だし汁(かつお、煮干し、昆布)、みそ
	牛乳	牛乳
15日 (水)	ごはん	米
	大豆ミート入りカレーそば	鶏肉、大豆ミート(大豆、クエン酸鉄)、にんじん、たまねぎ、ブロッコリーの茎、濃口しょうゆ、しょうが、カレー粉、三温糖、米油、酒
	野菜のごまマヨサラダ	こまつな、きゅうり、もやし、にんじん、ツナフレーク(かつお、めばちまぐろ、大豆油、野菜エキス、食塩、調味料(アミノ酸)、水)、三温糖、濃口しょうゆ、酢、白いりごま、白すりごま、ノンエッグマヨネーズ(食用植物油脂、醸造酢、食塩、砂糖、粉末状植物性たん白、香辛料、酵母エキスパウダー、増粘剤(加工でん粉、キサンタンガム)、調味料(有機酸等)、香辛料抽出物、水)
	卵スープ	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))、えのきだけ、たまねぎ、みずな、卵、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)、こしょう、でん粉
牛乳	牛乳	
16日 (木)	黒糖パン	小麦粉、加工黒糖、上白糖、ショートニング、脱脂粉乳、パン酵母、食塩、イーストフード、ビタミンC
	【乳アレルギー対応食】 プレーンパン	小麦粉、ショートニング、砂糖、発酵風味料、イースト、食塩
	たらのパン粉焼き	たら、食塩、こしょう、ノンエッグマヨネーズ(食用植物油脂、醸造酢、食塩、砂糖、粉末状植物性たん白、香辛料、酵母エキスパウダー、増粘剤(加工でん粉、キサンタンガム)、調味料(有機酸等)、香辛料抽出物、水)、パン粉、パセリ
	ほうれんそうと大根のサラダ	ほうれんそう、だいこん、にんじん、ハム(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))、米油、薄口しょうゆ、食塩、こしょう、砂糖
	ひよこ豆とあさりのスープ	ひよこ豆、あさり、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、セロリ、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)、食塩、こしょう
	牛乳	牛乳
17日 (金)	ごはん	米
	味付け海苔	乾海苔、砂糖、食塩、みりん、昆布、酵母エキス、かつお削り節、いりこ、椎茸、唐辛子、水
	スパイシーチキン	鶏肉、しょうが、にんにく、濃口しょうゆ、酒、豆板醤(唐辛子、みそ、食塩、酒精)、でん粉、米粉、揚げ油(米油)
	きんぴらごぼう	豚肉、酒、ごぼう、にんじん、ピーマン、こんにゃく、ごま油、三温糖、濃口しょうゆ、みりん
	三豆流汁	だいこん、にんじん、しいたけ、こまつな、生揚げ(豆乳、植物油(菜種油)、加工でん粉、凝固剤製剤、酵素製剤、水)、豆乳、しょうが、出汁(かつお、煮干し、昆布)、みそ
	牛乳	牛乳

令和7年度 10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 (月)	ごはん	米
	いかバーグのチリソース かけ	いかバーグ(たら、いか、たまねぎ、でん粉、発酵調味料、砂糖、食塩、こしょう、水)、【チリソース:たまねぎ、にんにく、しょうが、米油、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)、豆板醤(唐辛子、みそ、食塩、酒精)、濃口しょうゆ、三温糖、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)】
	ビーフン炒め	ビーフン、豚肉、たまねぎ、にんじん、キャベツ、もやし、ピーマン、しいたけ、米油、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)、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)、三温糖、食塩、こしょう
	鮭ボールスープ	鮭ボール(さけ、たら、たまねぎ、植物油、食塩、酒、砂糖、酵母エキス、増粘剤(加工でん粉))、春雨、わかめ、にんじん、えのきだけ、チンゲンサイ、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
	りんご	りんご
	牛乳	牛乳
21日 (火)	わかめごはん	米、わかめごはんの素(わかめ、還元水あめ、食塩、昆布エキス、酵母エキスパウダー、ピロリン酸鉄)
	だし巻き玉子	鶏卵、砂糖、みりん、醸造酢、しょうゆ、食用植物油、かつおだし、こんぶだし、食塩、加工でん粉、トレハロース、炭酸カルシウム、リン酸塩(Na)、ピロリン酸鉄、ビタミンB1、清水
	【卵アレルギー対応食】 いわしの生姜煮	いわしの生姜煮(いわし、水あめ、砂糖、しょうゆ、発酵調味料、しょうが、昆布だし、醸造酢、食塩、水、増粘剤、着色料、調味料)
	さつまいものそぼろ煮	さつまいも、にんじん、鶏肉、グリーンピース、米油、しょうが、濃口しょうゆ、三温糖、みりん、酒、でん粉、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	きのこ豚汁	豚肉、米油、豆腐、しいたけ、えのきだけ、ぶなしめじ、にんじん、こんにゃく、だいこん、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、酒、みそ、濃口しょうゆ
	牛乳	牛乳
22日 (水)	麦ごはん	米、大麦
	かぼちゃのポテトカツ グラタン	ショートニング、マッシュポテト、かぼちゃ、おから、米粉、豆乳、砂糖、粉末水あめ、水溶性食物繊維、かぼちゃパウダー、たまねぎ、食塩、大豆粉、酵母エキス、水、加工でん粉、増粘剤(加工でん粉、増粘多糖類)、炭酸カルシウム、安定剤(キサンタンガム)、ピロリン酸第二鉄、乳化剤
	かりぼり和え	もやし、きゅうり、つぼ漬け(干しだいこん、砂糖、しょうゆ、食塩、還元水あめ、醸造酢、酒精、調味料(アミノ酸)、酸味料、着色料(カラメル))、食塩
	ポークカレー	豚肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、米油、にんにく、しょうが、はちみつ、ウスターソース(醸造酢、ぶどう糖果糖液糖、砂糖、トマト、にんじん、たまねぎ、ブルー、食塩、たん白加水分解物、酵母エキス、香辛料、水)、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)、①スペシャルカレーフレーク(小麦粉、加工油脂、砂糖、食塩、カレー粉、コーンスターチ、粉末水あめ、トマトペースト、オニオンパウダー、ポークエキス、チキンエキス、たん白加水分解物(大豆)、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素)②カレールウKFe(小麦粉、パーム油、食塩、砂糖、カレー粉、チキンエキス、にんにく、香辛料、粉末しょうゆ(小麦、大豆)、たん白加水分解物(小麦、大豆)、カラメル色素、調味料(アミノ酸等)、酸味料、ピロリン酸鉄、カラメル、Lグルタミン酸ナトリウム、クエン酸、ピロリン酸第二鉄、5'リボヌクレオチドカルシウム、5'リボヌクレオチドナトリウム)、③NSカレーフレーク(小麦粉、加工油脂、砂糖、カレー粉、ぶどう糖、コーンスターチ、オニオンパウダー、たん白加水分解物(大豆)、酵母エキス、カラメル色素)、カレー粉、濃口しょうゆ
	米粉のチョコクレープ	豆乳、加工油脂、麦芽糖、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、植物油、米粉、水あめ、砂糖、ココアパウダー、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、香料、安定剤(増粘多糖類)、メタリン酸ナトリウム、カラメル色素、ピロリン酸第二鉄、ベーキングパウダー、カロチノイド色素
	牛乳	牛乳
23日 (木)	ごはん	米
	さばみそ	さば、みそ、三温糖、酒、【タレ:みそ、三温糖、酒、みりん、濃口しょうゆ、水、でん粉】
	キャベツの甘酢和え	キャベツ、きゅうり、にんじん、砂糖、食塩、酢
	沢煮椀	豚肉、米油、だいこん、にんじん、ごぼう、しいたけ、たけのこ、みつば、だし汁(かつお、煮干し、昆布)、薄口しょうゆ、濃口しょうゆ、食塩
	牛乳	牛乳
24日 (金)	麦ごはん	米、大麦
	棒餃子	棒餃子(キャベツ、たまねぎ、ねぎ、にら、しょうが、豚肉、鶏肉、豚脂、粒状・粉末状植物性たん白、パン粉、加工でん粉、砂糖、食塩、酵母エキス、食用植物性油脂、ピロリン酸鉄製剤、水、粉末しょうゆ、香辛料、小麦粉、酒精、水あめ、ぶどう糖)、揚げ油(米油)
	もやしのナムル	もやし、ほうれんそう、にんじん、ごま油、酢、三温糖、濃口しょうゆ、白いりごま
	ごぼうのピリ辛スープ	鶏肉、大豆ミート(大豆、クエン酸鉄)、ごぼう、にんじん、キャベツ、にら、ごま油、しょうが、にんにく、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)、みそ、濃口しょうゆ、豆板醤(唐辛子、みそ、食塩、酒精)
	りんご	りんご
	牛乳	牛乳

令和7年度 10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
27日 (月)	ごはん	米
	ますの南部焼き	ます、みそ、濃口しょうゆ、みりん、酒、白すりごま、白いりごま
	筑前煮	鶏肉、にんじん、ごぼう、こんにゃく、れんこん、たけのこ、さやいんげん、米油、三温糖、濃口しょうゆ、みりん、酒、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	かぼちゃのみそ汁	かぼちゃ、たまねぎ、こまつな、ねぎ、油揚げ(大豆、植物油、豆腐用凝固剤、消泡剤製剤)、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	牛乳	牛乳
28日 (火)	麦ごはん	米、大麦
	鶏肉の黒酢ソースかけ	鶏肉、にんにく、濃口しょうゆ、酒、でん粉、揚げ油(米油)、【黒酢ソース:黒酢、三温糖、濃口しょうゆ、みりん、水】
	野菜のカルシウムおなか和え	キャベツ、こまつな、もやし、にんじん、骨丸ごと味付けおかか(かつお節、濃口しょうゆ、醸造酢、砂糖、かつお骨粉末、魚介エキス(雑節エキス、デキストリン、食塩、発酵調味料、砂糖)、食塩、酵母エキス(酵母エキス、デキストリン)、薄口しょうゆ
	高野豆腐のみそ汁	高野豆腐(大豆、製造用剤、豆腐用凝固剤)、えのきだけ、にんじん、だいこん、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	牛乳	牛乳
29日 (水)	ごはん	米
	彩り野菜の玉子焼き	液卵、植物油脂、砂糖、にんじん、豚肉、たまねぎ、米・でん粉発酵調味料、しょうゆ、ほうれんそう、食塩、かつお節だし、ゼラチン、昆布、魚介エキスパウダー、水
	【卵アレルギー対応食】 照り焼きチキン	照り焼きチキン【鶏肉、タレ(果糖ぶどう糖液糖、濃口しょうゆ、酵母エキス、しょうゆ調味料、水、ぶどう糖、発酵調味料、粉末状大豆たん白、食塩、しょうゆ調味料、増粘剤、加工でん粉)】
	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)
	油麩入りみそ汁	油麩(小麦粉、グルテン、大豆油)、はくさい、にんじん、ぶなしめじ、こまつな、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	牛乳	牛乳
30日 (木)	麦ごはん	米、大麦
	トマトハンバーグ	ハンバーグ(鶏肉、豚肉、たまねぎ、粒状植物性たん白、豚脂、でん粉、砂糖、トマトケチャップ、植物油脂、乾燥マッシュポテト、野菜ペースト、香辛料、オニオンエキスパウダー、食塩、酵母エキス、水、加工でん粉、炭酸カルシウム、調味料(無機塩)、焼成カルシウム、ピロリン酸鉄、着色料、硫酸カルシウム)、トマト缶(トマト、トマトジュース、クエン酸)、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)、ウスターソース(醸造酢、ぶどう糖果糖液糖、砂糖、トマト、にんじん、たまねぎ、プルーン、食塩、たん白加水分解物、酵母エキス、香辛料、水)、三温糖
	かぼちゃとじゃがいものサラダ	かぼちゃ、じゃがいも、たまねぎ、ノンエッグマヨネーズ(食用植物油脂、醸造酢、食塩、砂糖、粉末状植物性たん白、香辛料、酵母エキスパウダー、増粘剤(加工でん粉、キサンタンガム)、調味料(有機酸等)、香辛料抽出物、水)、食塩、こしょう、砂糖
	ABCマカロニスープ	あさり、キャベツ、にんじん、たまねぎ、にんにく、オリーブオイル、マカロニ、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)、こしょう
	牛乳	牛乳
31日 (金)	ごはん	米
	あじの南蛮漬け	あじ、でん粉、揚げ油(米油)、【タレ:ねぎ、濃口しょうゆ、酢、三温糖、みりん、酒、一味唐辛子粉、水】
	キャベツの塩昆布和え	キャベツ、きゅうり、にんじん、塩昆布(しょうゆ、昆布、食塩、砂糖)、甘味料(ソルビトール)、調味料(アミノ酸等)、糊料(ブルラン)、薄口しょうゆ、白いりごま、ごま油
	鶏ちゃんこ汁	鶏肉、米油、にんじん、だいこん、はくさい、ぶなしめじ、ねぎ、油揚げ(大豆、植物油、豆腐用凝固剤、消泡剤製剤)、みそ、濃口しょうゆ、酒、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	牛乳	牛乳