

# 9月給食配膳図

月	火	水	木	金
<p><b>2日</b> *伊江中欠食</p> <p>◆フライようソース ◆ごもくまめ (牛乳)</p> <p>◆むぎごはん ◆あじフライ ◆はくさいのみそしる</p>	<p><b>3日</b></p> <p>◆くだもの (牛乳)</p> <p>◆わかめうどん ◆にくだんご ◆モーウイのうめおかかあえ</p>	<p><b>4日</b></p> <p>◆くだもの (牛乳)</p> <p>◆ポークストロガノフ ◆かぼちやのホワイトソースやき ◆コッペパン</p>	<p><b>5日</b></p> <p>◆わふうマカロニサラダ (牛乳)</p> <p>◆むぎごはん ◆さばのみそやき ◆とうがんのすりながしる</p>	<p><b>6日</b> *9/7沖縄終戦の日にちなんだ献立 *西幼欠食</p> <p>◆こくとう (牛乳)</p> <p>◆ヤファラジュシー ◆とうふチャンプルー ◆ふかしいも</p>
<p><b>9日</b> *伊江中欠食</p> <p>◆キャロットケーキ</p> <p>◆チキンとキャベツのスパゲティ ◆きびごこのエスカベッシュ</p>	<p><b>10日</b> *トーチカにちなんだ献立</p> <p>◆せんざりイリチー (牛乳)</p> <p>◆くろこめごはん ◆なかみじる ◆もずくいりあつやきたまご</p>	<p><b>11日</b></p> <p>◆フルーツヨーグルト (牛乳)</p> <p>◆ローストウイナー(バーベキューソースかけ) ◆ポトフ ◆コッペパン</p>	<p><b>12日</b> *西小6年欠食</p> <p>◆あじつけのり ◆やさいのなとうあえ (牛乳)</p> <p>◆むぎごはん ◆さかなのバジルチーズやき ◆あさりのみそしる ◆ぎゅうにくいりコロッケ</p>	<p><b>13日</b> *西小6年欠食</p> <p>◆くだもの (牛乳)</p> <p>◆チキンライス ◆さかなのバジルチーズやき ◆ブロッコリーとなすのソテー</p>
<p><b>16日</b></p> <p>敬老の日</p>	<p><b>17日</b> *十五夜にちなんだ献立</p> <p>◆つきとほしのゼリー&amp;フルーツ (牛乳)</p> <p>◆むぎごはん ◆めだまやき ◆チキンカレー</p>	<p><b>18日</b></p> <p>◆みそラーメン (牛乳) ◆はるまき ◆ほねぶとサラダ</p>	<p><b>19日</b> *毎月第3木曜「琉球料理の日」</p> <p>◆ゴーヤーのたまごじ (牛乳)</p> <p>◆むぎごはん ◆さかなのてりやき ◆アーサいりゆしどうふ</p>	<p><b>20日</b></p> <p>◆くだもの (牛乳)</p> <p>◆きのこごはん ◆じゃがいものなんぼんに ◆とうふバーグのおろしあんかけ</p>
<p><b>23日</b></p> <p>秋分の日</p>	<p><b>24日</b></p> <p>◆くだもの (牛乳)</p> <p>◆くりおこわ ◆ふくさたまご ◆あきやさいみそしる</p>	<p><b>25日</b> *伊幼欠食</p> <p>◆さかなのトマトソースやき (牛乳) ◆ビーンズココアジャム ◆コーンチャウダー ◆しょくパン</p>	<p><b>26日</b></p> <p>◆さつまパイ (牛乳)</p> <p>◆おきなわやきそば ◆ミニガーのピーナッツあえ</p>	<p><b>27日</b></p> <p>◆パイナップル (牛乳)</p> <p>◆むぎごはん ◆さばのうめだれかけ ◆にくだんごただいこんのふくめに</p>
<p><b>30日</b></p> <p>◆ぶたのしょうがやきふうやさいいため (牛乳)</p> <p>◆むぎごはん ◆さかなのカレーマヨやき ◆りきゆうじる</p>	<p>ローリングストックしてる？ 普段から少し多めに食材を買い、食べたら買い足しながら、いざという時に備えましょう。</p> <p>①</p> <p>ローリングストックしてる？</p> <p>②</p> <p>普段から少し多めに買って、買ったら食べて、使い終わったらまた買って、ローリングストックして！</p> <p>③</p> <p>お父さんの好きなサバ缶に、お母さんの好きなキノコやクッキー</p> <p>翌日...</p> <p>ローリングストックのおかげで、全部食べたら、備えに足りないでしよー</p> <p>④</p> <p>その夜！</p>			

# 9月 給食だより

赤の食品・・・血や肉、骨をつくる  
黄の食品・・・働く力や体温となる  
緑の食品・・・体の調子をととのえる

伊江村学校給食共同調理場 49-2201

※天候により材料や献立を変更する場合があります。

月	火	水	木	金
<p>×伊江中欠食</p> <p>2</p> <p>こんだて 牛乳 麦ごはん あじフライ(フライソース) 五目豆 白菜のみそ汁</p> <p>き 米 麦 じゃがいも サラダ油 三温糖</p> <p>あか 牛乳 豆腐 みそ あじ 豚肉 大豆 昆布</p> <p>みどり 白菜 小松菜 大根 にんじん ごぼう いんげん こんにゃく</p>	<p>3</p> <p>こんだて わかめうどん 肉だんご モーウイの梅おかかあえ くだもの</p> <p>き うどん サラダ油 三温糖</p> <p>あか 牛乳 豚肉 油あげ 肉だんご わかめ かつお節</p> <p>みどり しょうが 白菜 にんじん しいたけ モーウイ きゅうり 大根 うめ パナナ</p>	<p>4</p> <p>こんだて コッペパン ポークストロガノフ かぼちゃのホワイトソース焼き くだもの</p> <p>き パン じゃがいも 三温糖 小麦粉 マーガリン サラダ油</p> <p>あか 牛乳 豚肉 豚レバー 白いんげん豆 脱脂粉乳 大豆 ホワイトソース</p> <p>みどり にんにく セロリ にんじん 玉ねぎ ビーマン トマト ブルーンビュレ かぼちゃ コーン グリンピース りんご</p>	<p>5</p> <p>こんだて 麦ごはん さばのみそ焼き 和風マカロニサラダ 冬瓜のすりながし汁</p> <p>き 米 麦 かつくり粉 三温糖 マカロニ ごま マヨネーズ</p> <p>あか 牛乳 鶏肉 さば みそ 大豆 かつお節</p> <p>みどり とうがんにんにん ねぎ しょうが キャベツ 小松菜</p>	<p>6</p> <p>×西小6年欠食</p> <p>こんだて 牛乳 麦ごはん ヤファラジュシー 豆腐チャンプルー ひかかし芋 黒糖</p> <p>き 米 麦 サラダ油 さつまいも 黒糖</p> <p>あか 牛乳 豚肉 もずく みそ 豆腐 ツナ</p> <p>みどり にんじん 大根 小松菜 キャベツ 玉ねぎ もやし ウンチー</p>
<p>9</p> <p>×伊江中欠食</p> <p>こんだて 牛乳 チキンとキャベツのスパゲティ きびなごのエスカベッシュ キャラットケーキ</p> <p>き スパゲティ サラダ油 小麦粉 かつくり粉 グラニュー糖 オリーブ油</p> <p>あか 牛乳 鶏肉 きびなご 卵</p> <p>みどり にんにく にんじん 玉ねぎ キャベツ 小松菜 きくらげ パプリカ レモン果汁 レーズン</p>	<p>10</p> <p>×トウモロコシにちなんだ献立</p> <p>こんだて 牛乳 黒米ごはん もすく入り厚焼きたまご 干切りイリチー なかもみ汁</p> <p>き 米 麦 三温糖 かつくり粉 サラダ油</p> <p>あか 牛乳 豚身 豚肉 卵 もずく 昆布 かつお節</p> <p>みどり こんにゃく ねぎ しょうが にんじん しいたけ 玉ねぎ きりぼし大根 いんげん</p>	<p>11</p> <p>×西小6年欠食</p> <p>こんだて 牛乳 セルフホットドッグ コッペパン ワインナー(パーベキューソースかけ) ポトフ フルーツヨーグルト</p> <p>き パン 三温糖 かつくり粉 じゃがいも</p> <p>あか 牛乳 ウィナー 鶏肉 ヨーグルト きな粉</p> <p>みどり 玉ねぎ にんにく セロリ にんじん キャベツ しめじ パセリ もも みかん パイナップル</p>	<p>12</p> <p>×西小6年欠食</p> <p>こんだて 牛乳 チキンライス 魚のバジルチーズ焼き ブロッコリーとなすのソテー くだもの</p> <p>き 米 麦 サラダ油 オリーブ油</p> <p>あか 牛乳 鶏肉 赤魚 チーズ ツナ</p> <p>みどり にんじん 玉ねぎ マッシュルーム コーン グリンピース トマトジュース にんにく パプリカ ブロッコリー なす しめじ オレンジ</p>	
<p>16</p> <p>敬老の日</p> <p>こんだて 牛乳 お月見カレーライス お月見焼き チキンカレー 目玉焼き 月と星のゼリー&amp;フルーツ</p> <p>き 米 麦 じゃがいも 小麦粉 サラダ油 コーンスターチ ゼリー</p> <p>あか 牛乳 鶏肉 白いんげん豆 脱脂粉乳 卵</p> <p>みどり にんにく しょうが にんじん 玉ねぎ かぼちゃ おろしりんご ブルーンビュレ もも みかん パイナップル</p>	<p>17</p> <p>×十五夜にちなんだ献立</p> <p>こんだて 牛乳 お月見カレーライス お月見焼き チキンカレー 目玉焼き 月と星のゼリー&amp;フルーツ</p> <p>き 米 麦 じゃがいも 小麦粉 サラダ油 コーンスターチ ゼリー</p> <p>あか 牛乳 鶏肉 白いんげん豆 脱脂粉乳 卵</p> <p>みどり にんにく しょうが にんじん 玉ねぎ かぼちゃ おろしりんご ブルーンビュレ もも みかん パイナップル</p>	<p>18</p> <p>×伊江中欠食</p> <p>こんだて 牛乳 お月見カレーライス お月見焼き チキンカレー 目玉焼き 月と星のゼリー&amp;フルーツ</p> <p>き 米 麦 じゃがいも 小麦粉 サラダ油 コーンスターチ ゼリー</p> <p>あか 牛乳 鶏肉 白いんげん豆 脱脂粉乳 卵</p> <p>みどり にんにく しょうが にんじん 玉ねぎ かぼちゃ おろしりんご ブルーンビュレ もも みかん パイナップル</p>	<p>19</p> <p>×伊江中欠食</p> <p>こんだて 牛乳 お月見カレーライス お月見焼き チキンカレー 目玉焼き 月と星のゼリー&amp;フルーツ</p> <p>き 米 麦 じゃがいも 小麦粉 サラダ油 コーンスターチ ゼリー</p> <p>あか 牛乳 鶏肉 白いんげん豆 脱脂粉乳 卵</p> <p>みどり にんにく しょうが にんじん 玉ねぎ かぼちゃ おろしりんご ブルーンビュレ もも みかん パイナップル</p>	<p>20</p> <p>×伊江中欠食</p> <p>こんだて 牛乳 お月見カレーライス お月見焼き チキンカレー 目玉焼き 月と星のゼリー&amp;フルーツ</p> <p>き 米 麦 じゃがいも 小麦粉 サラダ油 コーンスターチ ゼリー</p> <p>あか 牛乳 鶏肉 白いんげん豆 脱脂粉乳 卵</p> <p>みどり にんにく しょうが にんじん 玉ねぎ かぼちゃ おろしりんご ブルーンビュレ もも みかん パイナップル</p>
<p>23</p> <p>秋分の日</p> <p>こんだて 牛乳 くりおこわ ふくさたまご 秋野菜のみそ汁 くだもの</p> <p>き 米 小麦粉 麦 くり 三温糖 サラダ油 かつくり粉 さつまいも</p> <p>あか 牛乳 鶏肉 油あげ 卵 豚肉 ひじき 豆腐 みそ</p> <p>みどり にんじん 玉ねぎ 小松菜 ごぼう 長ねぎ オレンジ</p>	<p>24</p> <p>×伊江中欠食</p> <p>こんだて 牛乳 くりおこわ ふくさたまご 秋野菜のみそ汁 くだもの</p> <p>き 米 小麦粉 麦 くり 三温糖 サラダ油 かつくり粉 さつまいも</p> <p>あか 牛乳 鶏肉 油あげ 卵 豚肉 ひじき 豆腐 みそ</p> <p>みどり にんじん 玉ねぎ 小松菜 ごぼう 長ねぎ オレンジ</p>	<p>25</p> <p>×伊江中欠食</p> <p>こんだて 牛乳 くりおこわ ふくさたまご 秋野菜のみそ汁 くだもの</p> <p>き 米 小麦粉 麦 くり 三温糖 サラダ油 かつくり粉 さつまいも</p> <p>あか 牛乳 鶏肉 油あげ 卵 豚肉 ひじき 豆腐 みそ</p> <p>みどり にんじん 玉ねぎ 小松菜 ごぼう 長ねぎ オレンジ</p>	<p>26</p> <p>×伊江中欠食</p> <p>こんだて 牛乳 くりおこわ ふくさたまご 秋野菜のみそ汁 くだもの</p> <p>き 米 小麦粉 麦 くり 三温糖 サラダ油 かつくり粉 さつまいも</p> <p>あか 牛乳 鶏肉 油あげ 卵 豚肉 ひじき 豆腐 みそ</p> <p>みどり にんじん 玉ねぎ 小松菜 ごぼう 長ねぎ オレンジ</p>	<p>27</p> <p>×伊江中欠食</p> <p>こんだて 牛乳 くりおこわ ふくさたまご 秋野菜のみそ汁 くだもの</p> <p>き 米 小麦粉 麦 くり 三温糖 サラダ油 かつくり粉 さつまいも</p> <p>あか 牛乳 鶏肉 油あげ 卵 豚肉 ひじき 豆腐 みそ</p> <p>みどり にんじん 玉ねぎ 小松菜 ごぼう 長ねぎ オレンジ</p>
<p>30</p> <p>9月の行事欠食予定</p> <p>2(月)伊江中欠食 (運動会前日準備替替休)</p> <p>6(金)西小6年欠食(お弁当)</p> <p>9(月)伊江中欠食(運動会替替休)</p> <p>12(木)西小6年欠食(修学旅行)</p> <p>13(金)西小6年欠食(修学旅行)</p> <p>25(水)伊江中欠食(お弁当)</p>	<p>9月1日 防災の日</p> <p>非常時に備えましょう</p> <p>水 非常時に備えましょう</p> <p>カセットコンロ・ガスボンベ</p> <p>保存性の高い食品</p> <p>米、乾麺、缶詰、レトルト食品、乾物など</p> <p>備品類 ラップ、アルミホイル、ウェットティッシュ、使い捨て食器、手袋、ポリ袋、除菌スプレーなど</p>			

## アレルギー詳細献立表

伊江村学校給食共同調理場

※牛乳は毎日提供していますが、食物アレルギーの対応としては除去のみの対応となります。  
※アレルギー対応食材は、★マークがついています。給食センターで対応可能な場合は○、家庭より持参の場合は×を対応欄に表示しています。  
※揚げ物に使用する油は、3〜4回程度同じ油を使用しています。

日	曜日	対応	献立	食品材料名
2	月		<p>麦ごはん</p> <p>× あじフライ</p> <p>○ 五目豆</p> <p>○ 白菜のみそ汁</p> <p>× フライソース</p>	<p>米 麦</p> <p>あじフライ(小麦) サラダ油(大豆)</p> <p>豚肉 大根 人参 ごぼう いんげん こんにゃく 大豆 昆布 しょうゆ(大豆・小麦) みりん 三温糖 サラダ油(大豆) 花かつお</p> <p>白菜 じゃがいも 豆腐(大豆) 小松菜 みそ(大豆) 花かつお</p> <p>マイティソース(りんご)</p>
3	火		<p>○ わかめうどん</p> <p>× 肉だんご</p> <p>○ モーウイの梅おかかあえ</p> <p>× くだもの</p>	<p>うどん(小麦) 鶏肉 おろししょうが 白菜 人参 油あげ(大豆) 椎茸 わかめ シママース サラダ油(大豆) 花かつお</p> <p>肉団子(大豆・鶏・豚)</p> <p>モーウイ きゅうり 大根 かつお節 ねり梅 しょうゆ(大豆・小麦) 酢(小麦) 三温糖 シママース</p> <p>バナナ</p>
4	水		<p>× コッペパン</p> <p>○ ポークストロガノフ</p> <p>× かぼちゃのホワイトソース焼き</p> <p>× くだもの</p>	<p>コッペパン(小麦・乳・大豆)</p> <p>豚肉 豚レバー おろしにんにく 赤ワイン セロリ 人参 玉葱 じゃがいも ビーマン トマト缶 ケチャップ デミグラスソース(小麦・鶏) 白いんげんペースト ブルーンビュレ ハヤシルウ(小麦・大豆・牛) ウスターソース(りんご) 三温糖 シママース 小麦粉 ★マーガリン(乳・大豆) ★脱脂粉乳 鶏がらスープ サラダ油(大豆)</p> <p>かぼちゃ 玉葱 大豆 コーン グリンピース ★ホワイトソース(乳・小麦・鶏) ★加工乳 シママース こしょう</p> <p>りんご</p>
5	木		<p>× 麦ごはん</p> <p>× さばのみそ焼き</p> <p>○ 和風マカロニサラダ</p> <p>○ 冬瓜のすりながし汁</p>	<p>米 麦</p> <p>さば みそ(大豆) みりん 酒 三温糖</p> <p>マカロニ(小麦) キャベツ 人参 小松菜 大豆 かつお節 すりごま ★ねりごま エッグケア(大豆) 酢(小麦) しょうゆ(大豆・小麦) 三温糖 シママース</p> <p>鶏肉 冬瓜 人参 ねぎ おろししょうが しょうゆ(大豆・小麦) みりん シママース 片栗粉 花かつお</p>
6	金		<p>○ ヤファラジュシー</p> <p>○ 豆腐チャンプルー</p> <p>× ふかし芋</p> <p>× 黒糖</p>	<p>小麦粉 人参 大根 もずく 小松菜 みそ(大豆) しょうゆ(大豆・小麦) 花かつお サラダ油(大豆)</p> <p>人参 キャベツ 玉葱 もやし ウンチー 豆腐(大豆) ツナ(大豆) しょうゆ(大豆・小麦) シママース サラダ油(大豆)</p> <p>さつまいも</p> <p>黒糖</p>
9	月		<p>○ チキンとキャベツのスパゲティ</p> <p>× きびなごのエスカベッシュ</p> <p>○ キャロットケーキ</p> <p>× 黒米ごはん</p> <p>× もずく入り厚焼きたまご</p> <p>○ 干切りイリチー</p> <p>○ なかもみ汁</p>	<p>スパゲティ(小麦) 鶏肉 白ワイン おろしにんにく 人参 玉葱 キャベツ きくらげ 小松菜 しょうゆ(大豆・小麦) みりん シママース こしょう オリーブ油 鶏がらスープ 花かつお サラダ油(大豆)</p> <p>きびなご 小麦粉 片栗粉 サラダ油(大豆) 玉葱 黄パプリカ 赤パプリカ おろしにんにく しょうゆ(大豆・小麦) グラニュー糖 オリーブ油 レモン果汁 酢(小麦)</p> <p>小麦粉 ホットケーキミックス(小麦) ベーキングパウダー シナモンパウダー グラニュー糖 ★鶏卵 サラダ油(大豆) ★加工乳 人参ペースト 人参 レーズン</p> <p>米 黒米</p> <p>★鶏卵 もずく 人参 玉葱 三温糖 しょうゆ(大豆・小麦) シママース 片栗粉 サラダ油(大豆)</p> <p>豚肉 酒 切干大根 昆布 人参 平かまぼこ こんにゃく いんげん しょうゆ(大豆・小麦) みりん 三温糖 シママース サラダ油(大豆) ポークブイヨン(鶏・豚) 花かつお</p> <p>豚中身 豚肉 こんにゃく 椎茸 ねぎ おろししょうが しょうゆ(大豆・小麦) シママース ポークブイヨン(鶏・豚) 花かつお</p>
10	火		<p>× コッペパン</p> <p>○ ローストウィナー</p> <p>○ ポトフ</p> <p>○ フルーツヨーグルト</p>	<p>コッペパン(小麦・乳・大豆)</p> <p>ロングウィナー(小麦・牛・豚) 玉葱 ケチャップ 中温ソース(りんご) みりん おろしにんにく 三温糖 片栗粉</p> <p>鶏肉 セロリ 人参 玉葱 じゃがいも キャベツ しめじ パセリ しょうゆ(大豆・小麦) シママース こしょう ローリエ 鶏がらスープ</p> <p>★ヨーグルト(乳) 黄糖(もも) みかん パイナップル きな粉(大豆)</p>
11	水		<p>× コッペパン</p> <p>○ チキンライス</p> <p>○ ブロッコリーとなすのソテー</p> <p>× くだもの</p>	<p>コッペパン(小麦・乳・大豆)</p> <p>チキンライス</p> <p>ブロッコリーとなすのソテー</p> <p>オレンジ</p>
12	木		<p>× 牛肉入りコロケ</p> <p>○ 野菜の納豆あえ</p> <p>○ あさりのみそ汁</p> <p>× 味付けのり</p> <p>× チキンライス</p> <p>× 魚のバジルチーズ焼き</p> <p>○ ブロッコリーとなすのソテー</p> <p>× くだもの</p>	<p>米 麦</p> <p>★牛肉入りコロケ(小麦・大豆・牛・鶏・豚・乳)</p> <p>ひきわり納豆(大豆・小麦) 人参 もやし 小松菜 しょうゆ(大豆・小麦) いりごま かつお節</p> <p>★あさり 大根 豆腐(大豆) ねぎ みそ(大豆) 花かつお</p> <p>味付けのり(小麦・大豆・ゼラチン)</p> <p>チキンライス</p> <p>米 麦 鶏肉 人参 玉葱 マッシュルーム コーン グリンピース トマトジュース しょうゆ(大豆・小麦) ケチャップ チキンコンソメ(乳・小麦・鶏・大豆) シママース こしょう サラダ油(大豆) 鶏がらスープ</p> <p>魚のバジルチーズ焼き</p> <p>赤魚 シママース こしょう おろしにんにく 白ワイン オリーブ油 バジル ★チーズパウダー(乳)</p> <p>ブロッコリーとなすのソテー</p> <p>ブロッコリー なす しめじ 玉葱 人参 ツナ(大豆) おろしにんにく しょうゆ(大豆・小麦) シママース こしょう サラダ油(大豆)</p> <p>オレンジ</p>
13	金		<p>× チキンライス</p> <p>× 魚のバジルチーズ焼き</p> <p>○ ブロッコリーとなすのソテー</p> <p>× くだもの</p>	<p>チキンライス</p> <p>赤魚 シママース こしょう おろしにんにく 白ワイン オリーブ油 バジル ★チーズパウダー(乳)</p> <p>ブロッコリーとなすのソテー</p> <p>ブロッコリー なす しめじ 玉葱 人参 ツナ(大豆) おろしにんにく しょうゆ(大豆・小麦) シママース こしょう サラダ油(大豆)</p> <p>オレンジ</p>
17	火		<p>○ チキンカレー</p> <p>× 目玉焼き</p> <p>○ 月と星のゼリー&amp;フルーツ</p>	<p>米 麦</p> <p>鶏肉 おろしにんにく おろししょうが カレー粉 人参 玉葱 じゃがいも 白いんげんペースト かぼちゃペースト おろしりんご ブルーンビュレ 小麦粉 サラダ油(大豆) カールウ(小麦・牛・鶏・豚) ウスターソース(りんご) ★脱脂粉乳 シママース 鶏がらスープ コーンスターチ</p> <p>★目玉焼き風まるオムレツ(卵・乳・大豆・ゼラチン)</p> <p>黄糖(もも) みかん パイナップル 月・星型ゼリー(オレンジ)</p>
18	水		<p>○ みそラーメン</p> <p>× 春巻き</p> <p>○ 青太サラダ</p>	<p>中温めん(小麦・大豆) サラダ油(大豆) 小麦粉 三温糖 しょうゆ(大豆・小麦) シママース 片栗粉 サラダ油(大豆)</p> <p>鶏肉 セロリ 人参 玉葱 じゃがいも キャベツ しめじ パセリ しょうゆ(大豆・小麦) シママース こしょう ローリエ 鶏がらスープ</p> <p>★ヨーグルト(乳) 黄糖(もも) みかん パイナップル きな粉(大豆)</p> <p>春巻き(小麦・大豆・豚) サラダ油(大豆)</p> <p>海藻ミックス しらす ちくわ 人参 モーウイ 小松菜 切干大根 いりごま しょうゆ(大豆・小麦) 酢(小麦) 三温糖 シママース</p>
19	木		<p>× 魚の照り焼き</p> <p>○ ゴーヤーのたまごじ</p> <p>○ アーサ入りゆし豆腐</p>	<p>米 麦</p> <p>赤魚 おろししょうが おろしにんにく しょうゆ(大豆・小麦) みりん 酒 三温糖 はちみつ</p> <p>豚肉 ゴーヤー 玉葱 もやし 人参 ★鶏卵 しょうゆ(大豆・小麦) シママース こしょう サラダ油(大豆) かつお節</p> <p>しじょうふ(大豆) アーサ 冬瓜 みそ(大豆) 花かつお</p>
20	金		<p>× 豆腐バーグのおろしあんかけ</p> <p>○ じゃがいもの南蛮煮</p> <p>× くだもの</p>	<p>米 麦 鶏肉 人参 しめじ まいたけ 椎茸 きくらげ 油あげ(大豆) あお豆(大豆) しょうゆ(大豆・小麦) みりん 酒 三温糖 シママース サラダ油(大豆) 花かつお</p> <p>豆腐ハンバーグ(大豆・豚・豚) 大根 しょうゆ(大豆・小麦) みりん 三温糖 片栗粉</p> <p>豚肉 酒 じゃがいも 人参 玉葱 こんにゃく いんげん しょうゆ(大豆・小麦) みそ(大豆) みりん 三温糖 七味唐辛子(ごま) サラダ油(大豆) 花かつお</p> <p>オレンジ</p>
24	火		<p>× くりおこわ</p> <p>× ふくさたまご</p> <p>○ 秋野菜のみそ汁</p> <p>× くだもの</p>	<p>米 もち米 麦 鶏肉 酒 人参 油あげ(大豆) くり しょうゆ(大豆・小麦) みりん 三温糖 シママース 花かつお サラダ油(大豆)</p> <p>★鶏卵 豚肉 玉葱 人参 ひじき 小松菜 三温糖 しょうゆ(大豆・小麦) 片栗粉 サラダ油(大豆)</p> <p>里芋 ごぼう 玉葱 長ねぎ 豆腐(大豆) みそ(大豆) 花かつお</p> <p>オレンジ</p>
25	水		<p>× 食パン</p> <p>× 魚のトマトソース焼き</p> <p>○ コーンチャウダー</p> <p>× ピンズココアジャム</p>	<p>食パン(小麦・乳・大豆)</p> <p>パサ シママース こしょう トマトソース(大豆) ケチャップ パプリカ</p> <p>鶏肉 おろしにんにく 白ワイン コーン セロリ 人参 玉葱 じゃがいも マッシュルーム コーンペースト パセリ ★ホワイトルウ(小麦・乳・大豆・鶏・牛) 小麦粉 ★マーガリン(乳・大豆) ★加工乳 ★脱脂粉乳 シママース こしょう 鶏がらスープ サラダ油(大豆) コーンスターチ</p> <p>白花生油 白いんげんペースト ココアパウダー 三温糖 豆乳(大豆) コーンスターチ</p>
26	木		<p>○ 沖繩焼きそば</p> <p>○ ミミガのピーナッツあえ</p> <p>○ さつまパイ</p>	<p>沖繩そば(小麦・大豆) 豚肉 おろししょうが おろしにんにく もやし 人参 キャベツ 玉葱 きくらげ 小松菜 ケチャップ 中温ソース(りんご) 焼きそばソース(小麦・大豆・豚・豚) 大根 しょうゆ(大豆・小麦) みりん 三温糖 片栗粉</p> <p>人参 大根 きゅうり 豚ミミガ ★ピーナッツ粉 ★ピーナッツバター(ピーナッツ・大豆) みそ(大豆) しょうゆ(大豆・小麦) 酢(小麦) 三温糖</p> <p>★さつまパイ(小麦・乳・大豆) サラダ油(大豆)</p>
27	金		<p>× 麦ごはん</p> <p>× さばの梅だれかけ</p> <p>○ 肉だんご(小麦・大豆・鶏)</p> <p>× パイナップル</p>	<p>米 麦</p> <p>さば 酒 ねり梅 しょうゆ(大豆・小麦) みりん 三温糖 片栗粉</p> <p>肉だんご(小麦・大豆・鶏) 大根 人参 玉葱 椎茸 きくらげ こんにゃく 小松菜 しょうゆ(大豆・小麦) みりん 三温糖 シママース サラダ油(大豆) 花かつお</p> <p>パイナップル</p>
30	月		<p>○ 豚のしょうが焼き風野菜炒め</p> <p>○ 利休汁</p>	<p>豚肉 おろししょうが おろしにんにく しょうゆ(大豆・小麦) みりん 酒 三温糖 人参 玉葱 キャベツ シママース サラダ油(大豆)</p> <p>大根 ごぼう 人参 椎茸 長ねぎ こんにゃく 油あげ(大豆) ★ねりごま みそ(大豆) 花かつお</p>