

【自然学校週間メニュー】

月曜日 夕食 メニュー	食材	原材料
ご飯	白米	
但馬牛と豆腐の デミチーズハンバーグ	但馬牛と豆腐ハンバーグ	玉ねぎ・牛肉・牛脂・つなぎ(粉末状大豆たん白・パン粉・乾燥卵白)・豆腐・粒状大豆たん白・植物油・ぶどう糖・醤油・食塩・香辛料 酵母エキス・加工でん粉・調味料(アミノ酸)・着色料(カラメル) (原材料の一部に乳成分を含む) 牛肉(但馬牛)16%・豆腐7%
	シュレットチーズ	ナチュラルチーズ・生乳・食塩・スターター・レンネット・セルロース
	デミグラスソース	ウスターソース・りんごバルブ・植物油・還元水あめ・ワイン・ブラウンルー・デミグラスソース・トマト・動物性油脂・野菜エキス・肉エキス・食塩 酵母エキス・コショウ末・香辛料・セロリパウダー・ソルビトール・増粘剤(加工デンプン・キサンタン)・カラメル色素・調味料(アミノ酸等)・酸味料 香辛料抽出物・甘味料(カンゾウ)・(原材料の一部に小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・りんごを含む)
白身フライ	白身フライ	ホキ・衣(パン粉・小麦粉・澱粉・食塩)・調味料(アミノ酸)・増粘剤(グアー)・乳化剤・アナトー色素・(原材料の一部に小麦・大豆を含む)
	レタス	
イタリアングリルポテ	さつまいもフライ	さつまいも
	舞茸ときのこのマリネ	舞茸・しめじ(平茸)・榎茸・人参・醤油・ぶどう糖果糖液糖・なめこ・醸造酢・植物油・畜肉エキス・玉ねぎ・酵母エキス・ 香辛料・調味料(アミノ酸等)・増粘剤・(加工澱粉)・pH調整剤・漂白剤(亜硫酸塩)・ (原材料の一部に小麦・牛、さば、大豆、豚、りんごを含む)
トマトソースの生スバゲティ	ゆで生パスタ	小麦粉・クチナシ色素・(原材料の一部に小麦を含む)
	トマトソース	トマト・水あめ・玉ねぎ・りんご果汁・にんにく・食塩・醸造酢・植物油・香辛料・増粘剤(加工澱粉)・香辛料抽出物・(原材料の一部にりんごを含む)
温野菜サラダ	鶏ガラスープの素	食塩・デキストリン・チキンエキス・野菜エキス・食用油脂・こしょう・たん白加水分解物・調味料(アミノ酸等)・pH調整剤・セルロース
	ブロッコリー	
	人参	
	カリフラワー	
	フレンチクリーミードレッシング	醸造酢・レモン果汁・食塩・セルロース・乾燥玉ねぎ・増粘剤(キサンタンガム)・香辛料(アミノ酸等)・甘味料(スクラロース)
ホウレン草のオニオンスープ	ホウレン草	
	ホールコーン	
	オニオンスープの素	デキストリン・食塩・食用油脂・玉ねぎエキス・チーズ・酵母エキス・澱粉・砂糖・野菜エキス・玉ねぎ・肉エキス(ビーフ・チキン) しょうゆ・香辛料・調味料(アミノ酸等)・カラメル色素・酸味料・(原材料の一部に小麦・乳を含む)
一口ケーキ	一口ケーキ	①クリームチーズ・食用植物油・乳製品・砂糖・乳脂肪・加糖卵黄・乳たん白・卵黄・還元水あめ ナチュラルチーズ・牛乳・砂糖・鶏卵・小麦粉・加糖卵黄・チョコレート・還元水あめ・ショートニング・洋酒・でん粉 ゼラチン・レモン果汁・マーガリン・食用植物油・乳化剤・香料・膨張剤・糊料(増粘多糖類)・リン酸塩(Na)・pH調整剤・酸化防止剤(V.E)・着色料(カロチノイド) (原材料の一部に小麦・卵・乳成分・大豆・ゼラチンを含む) ②ラズベリーショコラ・食用植物油・乳製品・砂糖・乳脂肪・加糖卵黄・上掛けゼリー(水あめ・砂糖・ラズベリー・還元水あめ・ブラックラカント濃縮液) 鶏卵・砂糖・小麦粉・牛乳・ラズベリーソース・還元水あめ・ココアパウダー・加糖卵黄・洋酒・マーガリン・でん粉 食用植物油・糊料(増粘多糖類)・乳化剤・香料・酸味料・膨張剤・着色料(紅麹・アントシアニン・カロチノイド) リン酸塩(Na・Ca)・pH調整剤・乳酸Ca・酸化防止剤(V.E)・(原材料の一部に小麦・卵・乳成分・大豆を含む) ③ミルクリッチオレンジ・食用植物油・乳製品・砂糖・乳脂肪・加糖卵黄・鶏卵・砂糖・小麦粉 上掛けゼリー(還元水あめ・砂糖・水あめ)・牛乳・加糖練乳・オレンジピール砂糖漬け・還元水あめ・オレンジミックスピューレ・ショートニング 加糖卵黄・マーガリン・でん粉・食用植物油・乳化剤・香料・糊料(ベクチン)・膨張剤・酸味料・リン酸塩(Na・Ca)・pH調整剤・乳酸Ca・酸化防止剤(V.E) (原材料の一部に小麦・卵・乳成分・オレンジ・大豆を含む) ☆この3種類を日替わりのため、食物アレルギーの方は、3種類すべてをご確認ください。

火曜日 朝食 メニュー	食材	原材料
ご飯	白米	
鮭の塩焼き	鮭の塩焼き	鮭・食塩・大豆油
岩津ネギ入りちくわ	岩津ネギ入りちくわ	魚肉・岩津ネギ・澱粉(小麦・大豆含む)・植物性油脂・砂糖・食塩・ぶどう糖・大豆たん白・本みりん・ごま油 食物繊維・酵母エキス調味料・調味料(アミノ酸等)・保存料(ソルビン酸)・貝Ca
うの花	うの花	おから・醤油・こんにやく・人参・牛蒡・砂糖・みりん・椎茸・油揚げ・ネギ油・風味調味料(かつお)・調味料(アミノ酸等)・グリシン・酢酸Na・ 水酸化Ca・豆腐用凝固剤・(原材料の一部に小麦、たまご、乳成分、大豆を含む)
しば漬	しば漬	きゅうり・なす・高菜・生姜・しその葉・漬け原材料(食塩・醤油・米酢)・調味料(アミノ酸等)・酸味料・pH調整剤 保存料(ソルビン酸K)・甘味料(ステビア抽出物)・着色料(赤106・赤102)・(原材料の一部に小麦・大豆を含む)
ねばねば野菜和え	ねばねば野菜	オクラ・モロヘイヤ・醤油・異性化液糖・味醂・食塩・かつおエキス・調味料(アミノ酸) (原材料のい粒に小麦、大豆を含む)
	濃口醤油	脱脂加工大豆(遺伝子組み換えなし)・小麦・食塩・アミノ酸液・糖類(砂糖・ブドウ糖)・調味料(アミノ酸等) 甘味料(甘草・ステビア)・カラメル色素・保存料(パラオキシ安息香酸)
温野菜サラダ	キャベツ	
	彩ミックス	ズッキーニ・黄ピーマン・赤ピーマン・たまねぎ・にんじん
きやらぶき	鶏ガラスープの素	食塩・デキストリン・チキンエキス・野菜エキス・食用油脂・こしょう・たん白加水分解物・調味料(アミノ酸等)・pH調整剤・セルロース
	きやらぶき	ふき・しょうゆ・砂糖・ぶどう糖果糖液糖・ワイン・かつお節エキス・唐辛子・調味料(アミノ酸等)・カラメル色素・酸味料 (原材料の一部に小麦を含む)
みそ汁	豆腐	丸大豆・でん粉・トレハロース・豆腐凝固剤
	小松菜	
	味噌	米・大豆・食塩・酒精
ヨーグルト	かつお風味だし	調味料(アミノ酸等)・食塩・鰹節粉末・かつおエキス・砂糖・酸味料
	ヨーグルト	生乳・砂糖・乳製品・寒天・香料

火曜日 昼食		
メニュー	食材	原材料
古代米のネギ塩竜田揚げ丼	古代米	
	白米	
	鶏の竜田揚げ	鶏肉・醤油・にんにく・生姜・衣(タピオカでん粉・コーンフラワー・卵粉・パーム油)・揚げ油(大豆油)・加工澱粉・ポリリン酸Na 調味料(アミノ酸等)・膨張剤・(原材料の一部に小麦を含む)
	ユーリンチーソース	ネギ・醤油・ぶどう糖果糖液糖・砂糖・米発酵調味料・ごま油・しょうが・醸造酢・豆板醤・肉エキス・香辛料・酵母エキス 増粘剤(加工デンプン)・(原材料の一部に小麦・ごま・大豆・鶏・りんごを含む)
	青ネギ	
ベーコンとチンゲン菜炒め	キャベツ	
	チンゲン菜	
	ベーコン	豚バラ肉・卵たん白・食塩・還元水あめ・水あめ・大豆たん白・ボークエキス・乳たんぱく・調味料(アミノ酸等)・リン酸塩(Na) 増粘多糖類・酸化防止剤(ビタミンC)・発色剤(亜硝酸Na)
	食塩	海水(日本)
	鶏ガラスープの素	食塩・デキストリン・チキンエキス・野菜エキス・食用油脂・こしょう・たん白加水分解物・調味料(アミノ酸等)・pH調整剤・セルロース
わかめスープ	ブラックペッパー	
	料理酒	醸造調味料(米・米麴・食塩)・糖類・アルコール・食塩
	オリーブ油	
	乾燥わかめ	
グレープゼリー	青ネギ	
	鶏ガラスープの素	食塩・デキストリン・チキンエキス・野菜エキス・食用油脂・こしょう・たん白加水分解物・調味料(アミノ酸等)・pH調整剤・セルロース
	タケマ グレープゼリー	グレープゼリー:ぶどう糖果糖、果汁(ぶどう、りんご)・食塩・ゲル化剤(増粘多糖類)・酸味料・香料、着色料(アントシアニン、クチナシ)

火曜日 夕食		
メニュー	食材	原材料
鹿肉のすき焼き	ご飯	
	白米	
	鹿肉	
	牛肉	
	白菜	
	白ネギ	
	もやし	
	糸こんにゃく	こんにゃく芋・精粉・水酸化カルシウム(弱弱用凝固剤)・海藻粉末
	えのき	
	豆腐	大豆・グルコン・にがり粉・本にがり(凝固剤)・シリコーン(消泡剤)
	にんじん	
	すき焼きのたれ	醤油・米発酵調味料・砂糖・昆布エキス・カラメル色素・(原材料の一部に小麦、大豆を含む) 脱脂加工大豆(遺伝子組み換えなし)・小麦・食塩・アミノ酸液・糖類(砂糖・ブドウ糖)・調味料(アミノ酸等)
	濃口醤油	甘味料(甘草・ステビア)・カラメル色素・保存料(パラオキシ安息香酸)
おばちゃんの漬物	みりん	米醸造液(米、ぶどう糖、食塩、ぶどう)・ぶどう糖・異性化液糖・水あめ・砂糖・アルコール・食塩
	キャベツ	
	きゅうり	
	にんじん	
	食塩	海水(日本)

水曜日 朝食		
メニュー	食材	原材料
ご飯	白米	
揚げ豆腐	揚げ豆腐	野菜(玉ねぎ・人参・青ネギ)・豆腐・魚肉すり身・植物油脂・粉末状植物たん白・砂糖・食塩・衣【小麦粉・粉末植物油脂・植物性たん白・食塩・ぶどう糖・砂糖】 揚げ油(大豆油)・加工澱粉・調味料(アミノ酸等)・膨張剤・(原材料の一部に小麦・さけ・大豆を含む)
ボークウィンナー	ボークソーセージ	豚肉・豚肉脂・糖類(水飴、ぶどう糖、砂糖)・食塩・香辛料・リン酸塩(Na)・調味料(アミノ酸)・酸化防止剤(ビタミンC)・発色剤(亜硝酸Na)
いわしつみれの煮物	いわしつみれ	いわし・魚肉すり身(魚肉・砂糖)・玉ねぎ・青ネギ・あじ・発酵調味料・豚脂防・卵白・紅しょうが・食塩・砂糖・発酵小麦・魚醤・デキストリン・こんにゃく粉 でん粉・酵母エキス・加工デンプン・炭酸Ca・調味料(アミノ酸等)・酸味料・pH調整剤・酸化防止剤(V、E)・野菜色素・貝Ca (原材料の一部に小麦・卵・大豆・豚肉を含む)
	人参	
	きぬさや	
キャベツのカレー風味	鶏ガラスープの素	食塩・デキストリン・チキンエキス・野菜エキス・食用油脂・こしょう・たん白加水分解物・調味料(アミノ酸等)・pH調整剤・セルロース
	キャベツ	
	ガラムマサラ	
佃煮のり	食塩	海水(日本)
	佃煮のり	醤油・砂糖・水飴・若布・でん粉・寒天・調味料(アミノ酸等)・香料・乳酸Ca、増粘多糖類・調味料・着色料(黄4、青1)、(原材料の一部に小麦を含む)
黒ゴマごぼう	黒ゴマ山ごぼう	山ごぼう(もりあざみ)・ぶどう糖果糖液糖・水あめ・醤油・砂糖・発酵調味料・ごま・植物油脂・食塩・かつお節エキス・とうがらし ソルビット・調味料(アミノ酸等)・カラメル色素・酸味料・香料・(原材料の一部に乳・小麦・鶏肉を含む)
梅しそ漬け	梅しそづけ	干し大根・漬け原材料(米ぬか・梅・しそ・食塩・食酢・香辛料・酒糟)・ソルビトール・保存料(ソルビン酸K)・甘味料(甘草・ステビア・サッカリンNa) 着色料(赤106)・調味料(アミノ酸等)・香料・酸味料・酸化防止剤(V、C)・梅酢
みそ汁	わかめ	
	あげ	大豆・大豆油・豆腐凝固剤
	青ねぎ	
	味噌	米・大豆・食塩・酒糟
	かつお風味だし	調味料(アミノ酸等)・食塩・鰹節粉末・かつおエキス・砂糖・酸味料
乳酸菌飲料	ルナ元氣いきいき	糖類(ぶどう糖果糖液糖・砂糖・ぶどう糖)・脱脂粉乳・酸味料・香料

水曜日 昼食

メニュー	食材	原材料
きつねうどん	うどん玉	小麦粉・食塩・加工でんぷん・増粘多糖類・酸味料
	油揚げ	油揚げ[大豆(遺伝子組み換えでない)、植物油]・砂糖・果糖ぶどう糖液糖・醤油・水飴・醸造酢・カラメル色素・pH調整剤・(原材料の一部に小麦、大豆を含む)
	わかめ	
	青ネギ	
	かまぼこ	魚肉・でん粉・植物油・食塩・発酵調味液・砂糖・卵白・植物たん白・風味調味料・加工でん粉・調味料(アミノ酸等) 炭酸Ca・ソルビトール・コチニール色素(原材料の一部に小麦、卵、大豆を含む)
	和風だし	しょうゆ(本醸造)・風味原料(鰹節)・砂糖・食塩・発酵調味料・調味料(アミノ酸等) (原材料の一部に小麦を含む)
	かつお風味だし	調味料(アミノ酸等)・食塩・鰹節粉末・かつおエキス・砂糖・酸味料
	みりん	米醸造液(米、ぶどう糖、食塩、ぶどう)・ぶどう糖・異性化液糖・水あめ・砂糖・アルコール・食塩
あじフライ	料理酒	醸造調味料(米・米麹・食塩)・糖類・アルコール・食塩
	あじフライ	あじ・衣(小麦粉・パン粉・小麦澱粉・食塩)・調味料(アミノ酸等)・増粘剤(ゲアーガム)・着色料(パプリカ色素) (原材料の一部に小麦・大豆を含む)
	キャベツ	
アイススクレープ	フチトマト	
	アイススクレープ	クリーム[糖類(水あめ・ぶどう糖・砂糖)・植物油脂(パーム核油・パーム油・ヤシ油)・チョコレート・でん粉・脱脂粉乳・ココアパウダー カカオマス・乳たんぱく・卵黄・還元水あめ]・クレープ皮[鶏卵・小麦粉・植物油脂(大豆油・米油)・糖類(ぶどう糖・砂糖)・加工米粉 脱脂粉乳・ゼラチン]・着色料(カラメル色素・紅麹)・加工澱粉・乳化剤・ベーキングパウダー・増粘多糖類・香料

水曜日 夕食

メニュー	食材	原材料
ご飯	白米	
ごろごろチキンのみぞれ煮	ごろごろチキン	鶏もも肉・大豆油・でん粉・醤油・酒・砂糖・粉末状大豆たん白・醸造酢・食塩・酵母エキス・ソルビトール・ポリリン酸Na 調味料(アミノ酸等)・増粘剤(キサンタンガム)・(原材料の一部に小麦・大豆・鶏肉を含む)
	揚げなす	なす・大豆油
	貝割れ大根	
	みぞれ煮のたれ	大根・水あめ・みりん・醤油・砂糖・米発酵調味料・昆布エキス・魚介エキス・魚醤・食塩・増粘剤(加工デンプン)・酸味料・調味料(アミノ酸等)・香料 (原材料の一部に小麦・さば・大豆を含む)
ロールキャベツ	ロールキャベツ	野菜(キャベツ、たまねぎ、にんにく)・豚肉・豚脂・大豆油・でん粉・砂糖・食塩・乾燥卵白・鶏卵・ぶどう糖・チキンパウダー・香辛料 糊料(加工デンプン、キサンタンガム)・調味料(アミノ酸等)・(原材料の一部に小麦、卵、大豆、鶏肉、豚肉を含む)
	パプリカミックス	ズッキーニ・赤パプリカ・黄パプリカ・なす・パーム油・食塩
	トマトソース	トマト・水あめ・玉ねぎ・りんご果汁・にんにく・食塩・醸造酢・植物油脂・香辛料・増粘剤(加工澱粉)・香辛料抽出物・(原材料の一部にりんごを含む)
さんまの煮つけ	さんま甘露煮	さんま・醤油・砂糖・水飴・米発酵調味料・蛋白加水分解物・魚介エキス・カラメル色素・調味料(アミノ酸等)・ 増粘剤(キサンタン)・甘味料(ステビア)・香料・(原材料の一部に小麦、さば、大豆を含む)
サラダ	キャベツ	
	ホールコーン	
	人参	
	フレンチクリーミードレッシング	醸造酢・レモン果汁・食塩・セルロース・乾燥玉ねぎ・増粘剤(キサンタンガム)・香辛料(アミノ酸等)・甘味料(スクラロース)
星のコロッケ	星のコロッケ	じゃがいも・玉ねぎ・鶏肉・豚肉・豚脂・乾燥マッシュポテト・パン粉・小麦粉・コーンフラワー・還元水あめ・でん粉・植物油脂 水・調味料(砂糖・食物繊維(難消化性デキストリン)・食塩・香辛料
	レタス	
	もやし	
但馬野菜ともやしの吸い物	人参	
	但馬の野菜	小松菜・チンゲン菜等日替わり
	和風だし	しょうゆ(本醸造)・風味原料(鰹節)・砂糖・食塩・発酵調味料・調味料(アミノ酸等) (原材料の一部に小麦を含む)
	料理酒	醸造調味料(米・米麹・食塩)・糖類・アルコール・食塩
	食塩	海水(日本)
	かつお風味だし	調味料(アミノ酸等)・食塩・鰹節粉末・かつおエキス・砂糖・酸味料
果物	果物	りんご

木曜日 朝食

メニュー	食材	原材料
ビタパン	ビタパン	小麦粉・砂糖・ショートニング・パーム油・米ぬか油・植物油・食塩・麦類・小麦たん白・イースト・脱脂粉乳・水
野菜のキッシュ	野菜のキッシュ	小麦粉・マーガリン・じゃがいも・人参・乳等を主要原料とする食品・全卵・スイートコーン・玉ねぎ・大豆油・果糖ぶどう糖液糖 醸造酢・でん粉・貝エキス調味料・食塩・バセリ・醤油・香辛料・カラメル色素・香料・クチナシ色素・調味料(アミノ酸等) (原材料の一部に卵・乳・小麦・大豆を含む)
グリルチキン	グリルチキン	鶏肉・卵白粉・植物油脂・粉末状大豆たん白・食塩・でん粉・糖類・香辛料・醤油・チキン風味調味料・加工澱粉・調味料(アミノ酸等) (その他 小麦由来原材料を含む)
温野菜サラダ	茹でキャベツ	キャベツ・塩・こしょう
イタリア産ベーコン	ベーコン	豚ばら肉・食塩・糖類(砂糖、ぶどう糖)・昆布エキス・卵粉末・酵母エキス・リン酸塩(Na)・トレハロース 調味料(アミノ酸等)・酸化防止剤(V, C)・増粘多糖類・発色剤(硝酸K、亜硝酸Na)・(原材料の一部に卵、豚肉を含む)
空豆とじゃがいものサラダ	じゃがいも	
	ホールコーン	
	彩ミックス	ズッキーニ・黄ピーマン・赤ピーマン・たまねぎ・にんじん
	鶏ガラスープの素	食塩・デキストリン・チキンエキス・野菜エキス・食用油脂・こしょう・たん白加水分解物・調味料(アミノ酸等)・pH調整剤・セルロース
コンソメスープ	バセリ粉	
	彩ミックス	ズッキーニ・黄ピーマン・赤ピーマン・たまねぎ・にんじん
	ホールコーン	
	チキンコンソメ	乳糖・食塩・鶏肉・デキストリン・たまねぎ・たん白加水分解物・肉エキス(チキン・ビーフ)・食用油脂・酵母エキス・しょうゆ 香辛料・にんじん・調味料(アミノ酸等)・カラメル色素・酸味料(原材料の一部に小麦を含む)
フルーツヨーグルト	ヨーグルト	乳製品・ゼラチン・寒天・安定剤(増粘多糖類)・香料
	フルーツミックス	黄桃・洋なし・ブドウ・パイナップル・チェリー・砂糖・pH調整剤・着色料(赤3号)

木曜日 昼食

メニュー	食材	原材料
鹿肉のドライカレー	ご飯	白米
	鹿肉ミンチ	
	カレーピラフの素	野菜(にんじん・コーン)・マーガリン・エキス(チキン・ボーク・昆布・オニオン・酵母)・食塩・砂糖・カレー粉・たん白加水分解物・香料・乳たんぱく 調味料(アミノ酸等)・ウコン色素・香料・(原材料の一部として小麦・大豆・鶏肉・豚肉を含む)
	彩ミックス	ズッキーニ・黄ピーマン・赤ピーマン・たまねぎ・にんじん
	料理酒	醸造調味料(米・米麹・食塩)・糖類・アルコール・食塩
つくね棒	つくね棒	鶏もも肉・豚脂・鶏軟骨・長ネギ・鶏皮・パン粉・卵・植物油・玉ねぎ・醤油・砂糖・清酒・食塩・ぶどう糖・味噌・生姜 肉エキス・粉末醤油・酵母エキス・香辛料・調味料(アミノ酸等)・酸味料(原材料の一部に小麦・卵・大豆・鶏肉・豚肉を含む)
フライドポテト	フライドポテト	じゃがいも・植物油脂・ブドウ糖・ピロリン酸Na
レンコンチップ	れんこんチップス	れんこん・衣(小麦粉、塩)・乳化剤
寒天とおくらのスープ	寒天	
	おくら	
	パプリカ	
	鶏ガラスープの素	食塩・デキストリン・チキンエキス・野菜エキス・食用油脂・こしょう・たん白加水分解物・調味料(アミノ酸等)・pH調整剤・セルロース
オレンジゼリー	タケヤオレンジゼリー	ぶどう果糖液糖・柑橘混合果汁(オレンジ・温州ミカン)・りんご果汁・食塩・ゲル化剤(増粘多糖類)・酸味料・香料・カロチン色素

木曜日 夕食

メニュー	食材	原材料
ご飯	白米	
チンジャオロース	ご飯	白米
	牛肉	
	パプリカミックス	青パプリカ・赤パプリカ・黄パプリカ
	水煮タケノコ	タケノコ
	チンジャオロースのタレ	水あめ・魚介エキス・醤油・砂糖・しょうゆもろみ・醸造酢・肉エキス・魚醤・しょうが・清酒・にんにく・酵母エキス・香辛料 増粘剤(加工澱粉)・調味料(アミノ酸等)・カラメル色素・(原辞料の一部に小麦・ごま・大豆・鶏・豚を含む)
香住港産はたはたのフライ	はたはたのフライ	はたはた・衣(小麦粉・パン粉・小麦澱粉・食塩)・調味料(アミノ酸等)・増粘剤(グアーガム)・着色料(パプリカ色素) (原材料の一部に小麦・大豆を含む)
肉シューマイ	肉シューマイ	豚肉・野菜(白菜・玉ねぎ)・豚脂・つなぎ(でん粉・卵白)・魚肉すり身・砂糖・植物油・でん粉・食塩・チキンエキス・醤油 香辛料・皮(小麦粉・でん粉・食塩・ラード・小麦グルテン・大豆たん白)・調味料(アミノ酸)・ソルビトール (原材料の一部に小麦・卵・ごま・大豆・鶏肉・豚肉を含む)
	レタス	
中華春雨	中華春雨	春雨・ピーマン・砂糖・山クラゲ・きくらげ・人参・醸造酢・植物油・食塩・スウィーティー果汁・シークワーサー果汁・唐辛子・トレハロース・ 調味料(アミノ酸)・甘味料(アセスルファムK、スクラロース)・着色料(銅葉緑素)・(原材料の一部にごまを含む)
	きゅうり	
海藻サラダ	キャベツ	
	海藻ミックス	わかめ・つのまた(赤)・昆布・寒天加工品
	フレンチクリーミードレッシング	醸造酢・レモン果汁・食塩・セルロース・乾燥玉ねぎ・増粘剤(キサンタンガム)・香辛料(アミノ酸等)・甘味料(スクラロース)
なめこの中華スープ	なめこ	なめこ・食塩・酸化防止剤(ビタミンC)
	青ネギ	
	ごま油	食用ゴマ油
	鶏ガラスープの素	食塩・デキストリン・チキンエキス・野菜エキス・食用油脂・こしょう・たん白加水分解物・調味料(アミノ酸等)・pH調整剤・セルロース
ごま団子	ごま団子	黒ごま餡(小豆餡、黒ごま、植物油、砂糖、もち米粉)・もち米粉・砂糖・小麦粉・白ごま・(原材料の一部に小麦、ごまを含む)

金曜日 朝食

メニュー	食材	原材料
ご飯	白米	
さばの塩焼き	鯖の塩焼き	鯖・食塩
れんこんの酢つきり和え	しそ酢和え	れんこん・ごぼう・なめこ・こんにゃく・白醤油・昆布・人参・還元水飴・砂糖・食塩・米発酵調味料・りんご酢・唐辛子・魚介エキス・酵母エキス・昆布エキス 蛋白質加水分解物・しそ・トレハロース・調味料(アミノ酸等)・pH調整剤・香料・ミョウバン・酸化防止剤(V, C)・酒精・(原材料の一部に小麦、大豆、りんごを含む)
白和え	白和え	コンニャク・豆腐・人参・ホウレン草・麦芽糖・醤油・練りごま・砂糖・米発酵調味料・和風だし・ごま・果糖ぶどう液糖・食塩・ごま油 風味調味料・安定剤(加工デンプン・キサンタン)・調味料(アミノ酸等)・水酸化カルシウム・(原材料の一部に小麦・ごまを含む)
鶏ごぼういなりと 小松菜の炊き合わせ	鶏ごぼういなり	野菜(ごぼう・人参・小松菜)・鶏肉・油揚げ・粉末状植物性たん白・でん粉・砂糖・植物油・卵白・食塩・醤油 風味調味料・グリシン・凝固剤・調味料(アミノ酸等)・(原材料の一部に小麦・卵・乳成分・さば・大豆・鶏肉を含む)
	小松菜	
	パプリカ	
	濃口醤油	脱脂加工大豆(遺伝子組み換えなし)・小麦・食塩・アミノ酸液・糖類(砂糖・ブドウ糖)・調味料(アミノ酸等) 甘味料(甘草・ステビア)・カラメル色素・保存料(パラオキシ安息香酸)
	砂糖	原料糖
	かつお風味だし	調味料(アミノ酸等)・食塩・鰹節粉末・かつおエキス・麦芽糖・砂糖・酸味料
牛肉ごぼう	牛肉ごぼう	ごぼう・牛肉・醤油・砂糖・米発酵調味料・菜種油・しょうが、ぶどう糖、唐辛子 調味料(アミノ酸等)、増粘剤(加工デンプン)、ビタミンC、(原材料の一部に小麦を含む)
納豆	納豆	大豆(アメリカ又はカナダ)(遺伝子組み換えでない)・納豆菌・たれ・植物性たんばく加水分解物、砂糖、砂糖混合、ぶどう糖、果糖液糖、しょうゆ、 水あめ、みりん、食塩、かつお節エキス、発酵調味料、酵母エキス、増粘多糖類、(原材料の一部に小麦、大豆を含む)
みそ汁	給食麩	グルテン(小麦蛋白)・小麦粉・炭酸
	切干大根	大根
	青ネギ	
	味噌	米・大豆・食塩・酒精
	かつお風味だし	調味料(アミノ酸等)・食塩・鰹節粉末・かつおエキス・砂糖・酸味料
乳酸菌飲料	ルナ元気いきいき	糖類(ぶどう糖果糖液糖・砂糖・ぶどう糖)・脱脂粉乳・酸味料・香料
黒豆茶	丹波黒豆茶	丹波黒大豆

金曜日 昼食

メニュー	食材	原材料
	白米	
きのこの炊き込みご飯	きのこごはんの素	きのこ(舞茸、榎茸、椎茸、ひらたけ、なめこ)・醤油・人参・砂糖・味醂・魚介エキス・食塩・調味料(アミノ酸等)・ pH調整剤・(原材料の一部に小麦、さば、大豆を含む)
牛肉コロッケ	牛肉コロッケ	馬鈴薯・牛肉・砂糖・玉ねぎ・醤油・米発酵調味料・濃厚ソース・食塩・香辛料・衣[パン粉・澱粉・小麦粉・粉末状大豆たん白・卵粉末] 調味料(アミノ酸等)・増粘剤(キサンタン)・(原材料の一部に乳・小麦・卵・牛・大豆・りんごを含む)
	キャベツ	
	プチトマト	
にゅう麺	そうめん	小麦粉・食塩・食用食物油脂
	青ネギ	
	和風だし	しょうゆ(本醸造)・風味原料(鰹節)・砂糖・食塩・発酵調味料・調味料(アミノ酸等) (原材料の一部に小麦を含む)
	料理酒	醸造調味料(米・米麴・食塩)・糖類・アルコール・食塩
	食塩	海水(日本)
	かつお風味だし	調味料(アミノ酸等)・食塩・鰹節粉末・かつおエキス・砂糖・酸味料
りんごゼリー	りんごゼリー	ぶどう糖果糖液糖・りんご果汁・はちみつ・ゲル化剤(増粘多糖類)・酸味料・香料

【弁当原材料】

のり弁

メニュー	食材	原材料
ご飯	米	
	しそ昆布	醤油・昆布・砂糖・寒天・ソルビット・カラメル色素・調味料(アミノ酸等)・香料・増粘多糖類・甘味料(ステビア) (原材料の一部に小麦・大豆を含む)
	焼きのり	乾のり
揚げもの	白身フライ	たら・【衣】パン粉(小麦粉・水・ぶどう糖・イースト・ショートニング・食塩・パプリカ色素) 水・小麦粉・小麦でん粉・食塩・クアーガム・L-グルタミン酸ナトリウム
	ちくわ	魚肉・大豆たん白・砂糖・食塩・米油・発酵調味料・ぶどう糖・精製ラード・加工澱粉・調味料(アミノ酸等)・焼成Ca (原材料の一部に豚肉を含む)
	揚げ油	大豆油
付け合わせ	きんぴらごぼう	ごぼう・人参・醤油・砂糖・植物油脂・アミノ酸液・ごま・かつお節エキス・昆布エキス・食塩・唐辛子・醸造酢・調味料(アミノ酸) ソルビトール・酸味料・酸化防止剤(V.C)・甘味料(ステビア)(原材料の一部に小麦・大豆・ごまを含む)
副菜	玉子焼き	鶏卵・醤油・砂糖・かつお節エキス・植物油・安定剤(加工澱粉)・pH調整剤・キシロース・調味料(アミノ酸等)・甘味料(カンゾウ) (原材料の一部に小麦・卵・大豆を含む)
	ブロッコリー	
漬物	さくら	大根・食塩・米酢・調味料(アミノ酸)・酸味料・乳酸カルシウム・保存料(ソルビン酸K)・甘味料(サッカリンNa)・着色料(赤106)
ソース	ウスターソース	糖類(砂糖・ブドウ糖果糖液糖)・醸造酢・食塩・野菜・果実(たまねぎ・トマト・リンゴ・その他)・香辛料 たん白加水分解物・カラメル色素・酸味料・調味料(アミノ酸等)・甘味料(甘草)・香料・(原材料の一部に大豆を含む)

牛肉コロッケ、または、メンチカツ弁当

メニュー	食材	原材料
ご飯	米	
	ゆかり	赤シソ・食塩・砂糖・調味料(アミノ酸等)・りんご酸
	牛肉コロッケ	馬鈴薯・牛肉・砂糖・玉ねぎ・醤油・米発酵調味料・濃厚ソース・食塩・香辛料・衣【パン粉・澱粉・小麦粉・粉末状大豆たん白・卵粉末】 調味料(アミノ酸等)・増粘剤(キサンタン)(原材料の一部に乳・小麦・卵・牛・大豆・りんごを含む)
牛肉コロッケ または、 メンチカツ どちらかとなります。	メンチカツ	衣【パン粉・植物油・小麦粉・砂糖・食塩・卵粉末・全粉乳・香辛料・酵母エキス】・玉ねぎ・豚肉・牛肉・パン粉・粒状大豆たん白・牛脂・卵白 ゼラチン・砂糖・香辛料・食塩・デキストリン・ポークエキス・オニオンエキス・しょうゆ加工品・加工デンプン・調味料(アミノ酸等)・増粘多糖類 カラメル色素・クチナシ色素・(原材料の一部に小麦粉・卵・乳成分・牛肉・大豆・豚肉・ゼラチンを含む)
	味噌ダレ	味噌・砂糖・米発酵調味料・醤油・醤油もろみ・醸造酢・食塩・香辛料・魚介エキス・にんにく・酵母エキス・生姜・昆布エキス 増粘剤(キサンタン)・パプリカ色素・(原材料の一部に小麦・さば・ごま・大豆を含む)
	乾燥スパゲッティ	イタリア産デュラム小麦のセモリナ
付け合わせ	食塩	海水(日本)
	ブラックペッパー	
	レタス	
	ブロッコリー	
副菜	玉子焼き	鶏卵・醤油・砂糖・かつお節エキス・植物油・安定剤(加工澱粉)・pH調整剤・キシロース・調味料(アミノ酸等)・甘味料(カンゾウ) (原材料の一部に小麦・卵・大豆を含む)
	鶏ごぼう炒め	ごぼう・こんにやく・鶏肉・人参・砂糖・醤油・植物油・米発酵調味料・レモン果汁・調味料(有機酸)・水酸化カルシウム・増粘剤(加工でん粉) pH調整剤・酸化防止剤(V.C)・ミョウバン (原材料の一部に小麦・大豆・鶏肉を含む)
	ポテトサラダ	馬鈴薯・半固体状ドレッシング・にんじん・たまねぎ・砂糖・マスタード・食塩・増粘多糖類・調味料(アミノ酸)・グリシン・酢酸Na・酵素 ターメリック色素・(原材料の一部に卵・乳成分・小麦・さけ・大豆・りんごを含む)
	キャベツ	
	一口ゼリー	異性化液糖・濃縮リンゴ果汁・砂糖・ワイントイプ発酵調味料・食塩・ゲル化剤(増粘多糖類)・酸味料 甘味料(ソルビトール)・香料・着色料(赤キャベツ・クチナシ・紅花黄・ラック)・酸化防止剤(ルチン)

チキンカツ弁当

メニュー	食材	原材料
ご飯	米	
	菜飯ふりかけ	青菜(広島菜・京菜・大根菜)、砂糖・食塩・昆布エキス・粉末味噌・醃削り節粉末・調味料(アミノ酸等)・加工でん粉 (原材料の一部として、大豆を含む)
チキンカツ	チキンカツ	鶏肉・小麦粉・食塩・砂糖・香辛料・卵白粉・衣【パン粉・おから粉末・小麦粉・植物油脂・食塩・香辛料・粉末状植物性たん白 卵白粉・大豆粉・脱脂粉乳】・加工澱粉・調味料(アミノ酸等)・ピロリン酸Na・貝Ca・重曹・カロチノイド色素・酵素
	梅ダレ	水あめ・りんご果汁・調味酢・蛋白加水分解物・梅漬・梅肉・ぶどう糖果糖糖液・醤油・魚介エキス・味噌・食塩・増粘剤 (加工澱粉・キサンタン)・調味料(アミノ酸等)・香料・紅麴色素・酸味料・(原材料の一部に小麦・さば・大豆・りんごを含む)
付け合わせ	乾燥スパゲッティ	イタリア産デュラム小麦のセモリナ
	食塩	海水(日本)
	ブラックペッパー	
	レタス	
副菜	ブロッコリー	
	春雨サラダ	春雨・ピーマン・砂糖・山クラゲ・きくらげ・人参・醸造酢・植物油・食塩・スウィーティー果汁・シークワーサー果汁・唐辛子・トレハロース・ 調味料(アミノ酸)・甘味料(アセスルファミK、スクラロース)・着色料(銅葉緑素)・(原材料の一部にごまを含む)
	ポテトサラダ	馬鈴薯・半固体状ドレッシング・にんじん・たまねぎ・砂糖・マスタード・食塩・増粘多糖類・調味料(アミノ酸)・グリシン・酢酸Na・酵素 ターメリック色素・(原材料の一部に卵・乳成分・小麦・さけ・大豆・りんごを含む)
	キャベツ	
	一口ゼリー	異性化液糖・濃縮リンゴ果汁・砂糖・ワイントイプ発酵調味料・食塩・ゲル化剤(増粘多糖類)・酸味料 甘味料(ソルビトール)・香料・着色料(赤キャベツ・クチナシ・紅花黄・ラック)・酸化防止剤(ルチン)

