

【自然学校週間メニュー】

月曜日 夕食

メニュー	食材	原材料
但馬牛ご飯	白米	
	但馬牛ミンチ	
	炊き込みご飯の素	ごぼう、人参、たけのこ、醤油、こんにゃく、鶏肉、食用植物油、油揚げ、たん白加水分解物、食塩、みりん、砂糖、経節エキス、醸造調味料、煮干しエキス、干しシイタケ、チキンエキス、かきエキス、昆布エキス/調味料(アミノ酸等)、(一部に小麦・大豆・鶏肉を含む)
みそ汁	豆腐	丸大豆・でん粉・トレハロース・豆腐凝固剤
	わかめ	
	青ネギ	
	みそ	米・大豆・食塩・酒精
	かつお風味だし	食塩(国内製造)・糖類(ぶどう糖、砂糖)・風味原料(かつお節粉末、そうだかつお節粉末、かつおエキス)・酵母エキス・デキストリン・調味料(アミノ酸等)
カレイの唐揚げ	カレイ	
	衣	コーンスターチ、小麦粉、タピオカでんぷん、クラッカー粉、食塩、砂糖、にんにく末、香辛料、粉末醤油、植物性たん白/加工デンプン、調味料(アミノ酸)、増粘多糖類、クチナシ黄色素、貝カルシウム、pH調整剤、(一部に小麦・卵・大豆を含む)
	レタス	
五目豆	五目豆	大豆(国産)、こんにゃく、米発酵調味料、ごぼう、人参、塩蔵れんこん、水煮たけのこ、蒸し鶏、砂糖、水煮せり、食塩、昆布、昆布エキス、醸造酢、ひじき、寒天/ソルビトール、調味料(アミノ酸等)、水酸化Ca、(一部に大豆・鶏肉を含む)
野沢菜の煮物	野沢菜の煮物	野沢菜(国産)、椎茸(茶)水煮、醤油、砂糖、植物油、米発酵調味料、魚醤、魚介エキス(魚介類)、辣油、酵母エキス、醸造酢、唐辛子/調味料(アミノ酸等)、酒精、pH調整剤、酸化防止剤(V.C)、甘味料(アセスルファムK、スクラロース)、ミョウバン、乳酸Ca、(一部に小麦・ごま・大豆・魚介エキス(魚介類)を含む)
野菜サラダ	キャベツ	
	人参	
	和風ドレッシング	醤油、ぶどう糖果糖液糖、醸造酢、食用植物油、香辛料、小麦胚芽、蛋白加水分解物、コショウ末、コリアンダーパウダー/調味料(アミノ酸等)、香料、増粘剤(キサンタン)、(一部に小麦、大豆含む)
さつまいもの甘露煮	さつまいも甘露煮	さつまいも、砂糖、レモン濃縮果汁、食塩/クチナシ色素

火曜日 朝食

メニュー	食材	原材料
ご飯	白米	
みそ汁	おくら	
	なめこ	
	みそ	米・大豆・食塩・酒精
	かつお風味だし	食塩(国内製造)・糖類(ぶどう糖、砂糖)・風味原料(かつお節粉末、そうだかつお節粉末、かつおエキス)・酵母エキス・デキストリン・調味料(アミノ酸等)
ほうれん草オムレツ	ほうれん草オムレツ	鶏卵、ほうれん草、マヨネーズ、還元水あめ、砂糖、植物油、デンプン、食酢、食塩、粉末状植物性たん白、フィオン/加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、香辛料抽出物、(一部に卵・大豆・りんごを含む)
SKS	ニギス	
	塩	
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:植物性たんぱく加水分解物、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)
海藻サラダ	キャベツ	
	海藻ミックス	茎わかめ、わかめ・つまた(赤)・昆布・寒天加工品・白きくらげ、ふのり
	和風ドレッシング	醤油、ぶどう糖果糖液糖、醸造酢、食用植物油、香辛料、小麦胚芽、蛋白加水分解物、コショウ末、コリアンダーパウダー/調味料(アミノ酸等)、香料、増粘剤(キサンタン)、(一部に小麦、大豆含む)
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

火曜日 昼食

メニュー	食材	原材料
ポークハヤシライス	白米	
	豚肉	
	じゃがいも	
	たまねぎ	
	人参	
	ハヤシフレーク	小麦粉、豚脂、砂糖、食塩、ブラウンルウ、トマトパウダー、デンプン、粉末ソース、トマト調味料/着色料(カラメル、パプリカ色素)、加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、酸味料、(一部に小麦・大豆・豚肉を含む)
	トマトケチャップ	トマト・糖類(砂糖・ブドウ糖・ブドウ糖液糖)・醸造酢・食塩・たまねぎ・香辛料/増粘剤(タマリンドシードガム)
	ウスターソース	糖類(砂糖・ブドウ糖)・醸造酢・食塩・野菜・果実(たまねぎ・トマト・にんにく・その他)・アミノ酸液・香辛料/カラメル色素・増粘剤(ゲアー)・香辛料抽出物・甘味料(甘草)・(一部に大豆・りんごを
コーンサラダ	コーン	
	キャベツ	
	フレンチクリームドレッシング	醸造酢・食塩・オニオンパウダー、香辛料、ガーリックペースト、濃縮レモン果汁、濃縮ライム果汁、ゆず果汁/セルロース・増粘剤(キサンタンガム)・調味料(アミノ酸等)・甘味料(スクラロース)
フルーツヨーグルト	パイナップル	砂糖/クエン酸
	黄桃	砂糖/酸化防止剤(ビタミンC)、クエン酸
	みかん	砂糖/酸味料、安定剤(メチルセルロース)
	ヨーグルト	乳製品、ゼラチン、寒天、乳酸菌(殺菌)/安定剤(増粘多糖類)、香料、(一部に乳成分・ゼラチンを含む)

火曜日 夕食

メニュー	食材	原材料
ご飯	白米	
キムチスープ	豚肉	
	ごま油	
	白菜キムチ	はくさい、砂糖、ぶどう糖・ブドウ糖液糖、水飴、りんご、唐辛子、にんにく、醸造酢、アミノ酸、たんぱく加水分解物、魚介エキス、発酵調味料、食塩、生姜、ごま/調味料(アミノ酸等)、酒精増粘多糖類、酸味料、(一部に小麦・りんご・エビ・大豆・イカ・ごまを含む)
	しいたけ	
	料理酒	醸造調味料(米・米麹・食塩)・糖類・アルコール・食塩
	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(オニオン、キャベツ、人参)・食用油脂・香辛料・たんぱく加水分解物、肉風味調味パウダー、酵母エキス/調味料(アミノ酸等)・pH調整剤、(一部に鶏肉を含む)
うすくちしょうゆ	食塩、小麦、脱脂加工大豆、大豆、ぶどう糖、小麦たんぱく、米/アルコール	
鶏のおおさ揚げ	鶏肉	
	ヒトエグサ	
	から揚げまぶし粉	コーンスターチ(とうもろこし(遺伝子組み換え不分別))、食塩、砂糖、デキストリン、植物油/加工デンプン
	砂糖	
濃口しょうゆ	しょうゆ(本醸造)・アミノ酸液・発酵調味料・砂糖・食塩・醸造酢(一部に小麦・大豆を含む)	
レタス		
サバのみそ煮	サバのみそ煮	さば、みそ、砂糖、発酵調味料、でん粉
ほうれん草のごま和え	ほうれん草のごま和え	ほうれん草、ぶどう糖、砂糖、ごま、しょうゆ、大豆油、食塩、かつおエキスパウダー/グリシン、酢酸Na、調味料(アミノ酸等)、増粘剤(キサンタン)、(一部に小麦・ごま・大豆を含む)
野菜サラダ	キャベツ	
	人参	
	フレンチクリームドレッシング	醸造酢・食塩・オニオンパウダー、香辛料、ガーリックペースト、濃縮レモン果汁、濃縮ライム果汁、ゆず果汁/セルロース・増粘剤(キサンタンガム)・調味料(アミノ酸等)・甘味料(スクラロース)
りんご	りんご	

水曜日 朝食

メニュー	食材	原材料
ご飯	白米	
きんぴらメンチカツ	きんぴらメンチカツ	粉状植物性たんぱく、豚肉、ごぼう、人参、パン粉、小麦粉、小麦粉加工品、でん粉、醤油、砂糖、果糖、豚脂、植物油、発酵調味料、食塩、ごま、香辛料、/加工デンプン、調味料(アミノ酸)、リン酸塩(Na)、着色料(カラメル、アナトー)、乳化剤、(一部に小麦・乳成分・ごま・大豆・豚肉を含む)
キャベツのおかか和え	キャベツ	
	かつお節 和風だし	かつおのふし しょうゆ・食塩・かつお削り節・砂糖・発酵調味料/調味料(アミノ酸等) (原材料の一部に小麦・大豆を含む)
二種類のシューマイ	ポークシューマイ	たまねぎ、生姜、グリーンピース、豚肉、鶏肉、まぐろ、豚脂、粒状大豆たんぱく、砂糖、パン粉、食塩、ごま油、醤油、清酒、小麦粉、乳化油脂、大豆粉/加工デンプン、着色料、(一部に小麦・ごま・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉を含む)
	かぼちゃシューマイ	肉すり身、かぼちゃペースト、豆腐、なたね油、食物繊維(イヌリン)、ショートニング、砂糖、みりん、食塩、醤油、ジンジャーペースト、小麦粉、大豆粉/加工でん粉、豆腐用凝固剤、(一部に小麦・大豆を含む)
みそ汁	うすあげ	大豆・植物油・豆腐凝固剤
	豆腐	丸大豆・でん粉・トレハロース・豆腐凝固剤
	みそ	米・大豆・食塩・酒精
	かつお風味だし	食塩(国内製造)・糖類(ぶどう糖、砂糖)・風味原料(かつお節粉末、そうだかつお節粉末、かつおエキス)・酵母エキス・デキストリン・調味料(アミノ酸等)
福神漬け	福神漬け	だいこん、なす、れんこん、なたまめ、しそ、ぶどう糖・ブドウ糖液糖、砂糖、醤油、食塩、アミノ酸液、香辛料/調味料、(一部に小麦・大豆を含む)
乳酸菌飲料	ルナ元気いきいき	糖類(ぶどう糖・ブドウ糖液糖)・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
チキッと野菜の味噌ラーメン	ラーメン	小麦粉、小麦たん白、卵白粉、食塩/加工でんぷん、かんすい、卵殻焼成Ca、着色料(クチナシ、フラボノイド)、(一部に小麦・卵を含む)
	チキンステーキ	鶏もも肉・醤油・澱粉・水飴・たん白加水分解物・醸造酢/調味料(アミノ酸)・pH調整剤・ポリリン酸Na・グリシン・(一部に大豆、鶏肉を含む)
	キャベツ	
	玉ねぎ	
	もやし	
	ホールコーン	
	青ネギ	
ラーメンスープの素	味噌・ポークエキス・砂糖・チキンエキス・食塩・にんにく加工品・ねりごま・酵母エキス・加工油脂・植物油(香味油)・蛋白加水分解物・玉ねぎエキス・調味料(アミノ酸等)・酒精カラメル色素・増粘剤(キサンタン)・香辛料抽出物・(一部に小麦・ごま・鶏肉・豚肉・ゼラチン含む)	
ビッグ揚げ餃子	ビッグ揚げ餃子	キャベツ、たまねぎ、しょうが、にんにく、豚肉、鶏肉・豚脂、粒状植物性たん白、醤油、でん粉、砂糖、魚介エキス、豚骨エキス、香辛料、食塩、小麦粉、水あめ、植物油脂、粉末状植物性たんぱく/乳化剤、(一部に小麦・大豆・鶏肉・豚肉を含む)
中華はるさめ	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)
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

水曜日 夕食

メニュー	食材	原材料
ご飯	白米	
かぼちゃのみそ汁	かぼちゃ	
	たまねぎ	
	うすあげ	大豆・植物油・豆腐凝固剤
	みそ	米・大豆・食塩・酒精
	かつお風味だし	食塩(国内製造)・糖類(ぶどう糖、砂糖)・風味原料(かつお節粉末、そうだかつお節粉末、かつおエキス)・酵母エキス・デキストリン・調味料(アミノ酸等)
トマトソースハンバーグ	ハンバーグ	鶏肉、豚肉、たまねぎ、豚脂、粒状植物性たん白(大豆を含む)、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、しょうがペースト、/加工デンプン、セルロース、炭酸Ca、ピロリン酸第二鉄
	トマトソース	トマトペースト、ダイストマト、ぶどう発酵調味料、砂糖、ソテーオニオン、植物油、おろしにんにく、食塩、醸造酢、チキンエキス、たまねぎエキス、酵母エキス、たん白加水分解物、こしょう末、香辛料、セロリパウダー/酒精、加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、(一部に小麦・乳成分・大豆・鶏肉・りんごを含む)
フライドポテト	フライドポテト	じゃがいも、植物油脂、食塩、ぶどう糖(小麦含む)、ピロリン酸Na
白身魚フライ	白身魚フライ	パン粉、でん粉、コーン粉末、砂糖、食塩、植物性たん白、香辛料、にんにく、ホキ/加工デンプン、増粘多糖類、調味料(アミノ酸等)、膨張剤、カロチノイド色素、乳化剤、(一部に小麦・大豆を含む)
とうもろこしグラタン	とうもろこしグラタン	ショートニング、乾燥マッシュポテト、スイートコーン、米粉、おから、コーンパウダー、豆乳、粉末水あめ、水溶性食物繊維、砂糖、ソテーオニオン、食塩、粉末状植物性たん白、酵母エキス/加工デンプン、増粘多糖類、炭酸Ca、ピロリン酸第二鉄、乳化剤、安定剤(キサンタンガム)、(一部に大豆を含む)
野菜サラダ	キャベツ	
	人参	
フレンチクリーミードレッシング		醸造酢・食塩・オニオンパウダー、香辛料、ガーリックペースト、濃縮レモン果汁、濃縮ライム果汁、ゆず果汁/セルロース・増粘剤(キサンタンガム)・調味料(アミノ酸等)・甘味料(スクラロース)
一口ケーキ	ビターショコラ	乳などを主要原料とする食品(食用植物油脂、砂糖、チョコレート、乳製品、水飴、ココアパウダー、カカオマス、乳たん白、卵黄、還元水飴、加糖卵黄)(国内製造)鶏卵、砂糖、小麦粉、ココアパウダー、還元水あめ、加工油脂、洋酒/乳化剤、着色料(カラメル、紅麴、カロテノイド)、膨張剤、香料、(一部に小麦・卵・乳成分・大豆を含む)

木曜日 朝食

メニュー	食材	原材料
ご飯	白米	
焼きハタハタ	干しハタハタ	
ビッグ肉団子	肉団子	鶏肉、パン粉、乾燥卵白、たまねぎ、粒状植物性たん白、みりん、しょうゆ、食塩、牛肉エキス、発酵調味料、砂糖、香辛料、粉末状混合調味料/加工デンプン、アミノ酸、リン酸塩、着色料(カラメル、カロチノイド)、香料、ぶどう糖果糖液糖、食酢、りんごジュース、生姜ペースト、キサンタンガム、カラメル色素、なたね油、パーム油、(一部に卵・乳成分・小麦・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・りんごを含む)
コーンボール	コーンボール	コーン・パン粉・乳等を主要原料とする食品・小麦粉・たまねぎ・コーン粉末・ショートニング・バター・植物性タンパク・植物油脂・デンプン・食塩・砂糖・香辛料/加工デンプン・調味料(アミノ酸等)・増粘多糖類・ウコン色素・パプリカ色素・(一部に小麦・乳成分・大豆を含む)
ゆで野菜	キャベツ	
	人参	
	ブロッコリー	
	和風ドレッシング	醤油、ぶどう糖果糖液糖、醸造酢、食用植物油脂、香辛料、小麦胚芽、蛋白加水分解物、コショウ末、コリアンダーパウダー/調味料(アミノ酸など)、香料、増粘剤(キサンタン)、(一部に小麦、大豆含む)
ひじきサラダ	ひじきサラダ	ひじき、ドレッシングタイプ調味料、たまねぎ、植物油、とうもろこし、大豆水煮、人参、赤ピーマン、ごぼう、平茸、水煮、椎茸、砂糖、醤油、醸造酢、たん白加水分解物、水あめ、発酵調味料、食塩、昆布エキス、チキンコンソメ、酵母エキス/調味料(有機酸等)、トレハロース、カラメル色素、キサンタン、酸味料、(一部に小麦・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉を含む)
みそ汁	しめじ	
	チンゲン菜	
	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

木曜日 昼食

メニュー	食材	原材料
鹿肉のタコライス	ご飯	白米
	鹿肉	
	ミックスベジタブル	人参、コーン、グリーンピース
	水菜	
	ケチャップ	トマト・糖類(砂糖・果糖ぶどう糖液糖)・醸造酢・食塩・玉ねぎ・香辛料・増粘剤(タマリンドシードガム)
ウスターソース		野菜・果物(トマト・玉ねぎ・にんにく・その他)・醸造酢・糖類(砂糖・ぶどう糖)・食塩・アミノ酸液・香辛料・カラメル色素・増粘剤(グァー)・香辛料抽出物・甘味料(甘草)
		(一部に大豆・りんごを含む)
シーチキンサラダ	キャベツ	
	アスパラ	
	和風ドレッシング	醤油、ぶどう糖果糖液糖、醸造酢、食用植物油脂、香辛料、小麦胚芽、蛋白加水分解物、コショウ末、コリアンダーパウダー/調味料(アミノ酸など)、香料、増粘剤(キサンタン)、(一部に小麦、大豆含む)
	ツナ	キハダマグロ、大豆油、食塩、野菜エキス
若布スープ	若布	
	鶏がらスープの素	食塩・デキストリン・チキンエキス・野菜エキス(オニオン、キャベツ、人参)・食用油脂・香辛料・たん白加水分解物、肉風味調味パウダー、酵母エキス/調味料(アミノ酸等)・pH調整剤、(一部に鶏肉を含む)
	うすくち醤油	食塩、小麦、脱脂加工大豆、大豆、ぶどう糖、小麦たんぱく、米/アルコール
	ごま油	
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(クチナシ)

木曜日 夕食

メニュー	食材	原材料
美方ルビー小豆ご飯	白米	
	乾燥小豆	
田舎汁	食塩	
	豚肉	
	豆腐	丸大豆・でん粉・トレハロース・豆腐凝固剤
	焼きちくわ	魚肉・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)
	人参	
	青ネギ	
	キャベツ	
	みそ	米・大豆・食塩・酒精
	かつお風味だし	食塩(国内製造)・糖類(ぶどう糖、砂糖)・風味原料(かつお節粉末、そうだかつお節粉末、かつおエキス)・酵母エキス・デキストリン・調味料(アミノ酸等)
野菜コロッケ	野菜コロッケ	ばれいしょ、にんじん、たまねぎ、とうもろこし、グリーンピース、小麦粉加工品、砂糖、パン粉、マーガリン、食塩、たん白加水分解物、野菜パン粉、小麦粉/調味料(アミノ酸等)、乳化剤、(一部に小麦・乳成分・大豆を含む)
牛肉とごぼうの炒め煮	牛肉とごぼう	牛肉、醤油(小麦を含む)、乾燥ごぼう、ごぼう、ぶどう糖、砂糖、米発酵調味料、菜種油、しょうが、唐辛子/調味料(アミノ酸等)、加工デンプン、ビタミンC
鶏つみれ	鶏つみれ	鶏モモ肉・鶏軟骨・鶏皮・長ねぎ・玉ねぎ・鶏卵・植物油脂・動物油脂・パン粉・澱粉・大豆たん白・醤油・砂糖・酒・食塩・ぶどう糖・味噌・香辛料・チキンエキス・粉末醤油・酵母エキス・リン酸塩(Na)・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、卵、大豆、鶏肉、豚肉を含む)
	トマトケチャップ	トマト・糖類(砂糖・果糖ぶどう糖液糖)・醸造酢・食塩・玉ねぎ・香辛料・増粘剤(タマリンドシードガム)
切り干し大根の煮物	切り干し大根の煮物	切り干し大根、合成調味液(砂糖、醤油(小麦を含む)、還元水あめ、アミノ酸液、発酵調味料、本みりん、その他)、こんにゃく、人参、食用大豆油、油揚げ/調味料(アミノ酸等)、水酸化Ca(こんにゃく用凝固剤)、甘味料(スクラロース)、豆腐用凝固剤
マカロニサラダ	マカロニサラダ	マヨネーズ、にんじん、たまねぎ、砂糖、調味液(還元水あめ、水あめ、食塩、卵黄、醸造酢、砂糖、酵母エキス)、食塩、醸造酢、香辛料/増粘剤(加工デンプン、キサンタンガム)、調味料(アミノ酸等)、グリシン、香辛料抽出物、(一部に卵・小麦・大豆を含む)
田舎おはぎ	田舎おはぎ	もち米、小豆、砂糖、きなこ、水飴、食塩/トレハロース、乳化剤、酵素、重曹、(一部に乳成分・大豆を含む)

金曜日 朝食

メニュー	食材	原材料
ご飯	白米	
アジフライ	アジフライ	あじ、パン粉、小麦粉、でん粉、食塩/調味料(アミノ酸)、増粘剤(グァーガム)、カロチノイド色素、(一部に小麦・大豆を含む)
焼きちくわ	焼きちくわ	魚肉、植物たん白(小麦・大豆を含む)、でん粉、食塩、ぶどう糖、砂糖、植物油、豚脂、発酵調味液、醸造酢/加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、ソルビトール、pH調整剤、増粘剤
野菜サラダ	キャベツ	
	人参	
	和風ドレッシング	醤油、ぶどう糖果糖液糖、醸造酢、食用植物油、香辛料、小麦胚芽、蛋白加水分解物、コショウ末、コリアンダーパウダー/調味料(アミノ酸等)、香料、増粘剤(キサンタン)、(一部に小麦、大豆含む)
玉子豆腐	玉子豆腐	鶏卵、食塩、かつお調味液/甘味料(ソルビット)、リン酸塩(Na)、調味料(アミノ酸等)、クチナシ色素、(一部に小麦・卵を含む)
たくあんの三色あえ	ほうれん草	
	人参	
	細切り大根漬け	だいこん、食塩、醸造酢/調味料(アミノ酸)、酸味料、甘味料(ステビア)、保存料(ソルビン酸K)、着色料(黄4)
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

金曜日 昼食

メニュー	食材	原材料
豚の生姜焼き丼	白米	
	豚生姜焼丼の素	豚肉、玉ねぎ、たれ(水飴、醤油、砂糖、たん白加水分解物、おろし生姜、生姜、みそ、醸造酢、食塩、しょうがエキス、おろしにんにく、ごま、乾燥にんにく、酵母エキス)、おろし生姜/増粘剤(加工デンプン、キサンタン)、カラメル色素、酸味料、香辛料抽出物、(一部に小麦・ごま・大豆・豚肉を含む)
チキンナゲット	水菜	
	チキンナゲット	鶏肉(国産)・小麦粉・植物油・コーンスターチ・卵黄・小麦たん白・粉末状大豆たん白・チキンエキス調味料・香辛料・食塩・卵白粉末・砂糖・粉末油脂・植物性たん白、ぶどう糖・調味料(無機塩等)・加工デンプン・クチナシ黄色素・膨張剤・カラメル色素・ターメリック色素・(一部に小麦・卵・大豆・鶏肉を含む)
彩野菜スープ	レタス	
	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
	洋風スープの素	食塩、乳糖、砂糖、食用加工油脂、香辛料、はくさいエキス、酵母エキス、醤油、果糖、キャベツエキス、オニオンエキス、ビーフエキス、チキンエキス、酵母エキス発酵調味料、野菜エキス/調味料(アミノ酸等)、酸味料、(一部に小麦・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉を含む)
オレンジゼリー	オレンジゼリー	ぶどう糖果糖液糖・柑橘混合果汁(オレンジ、みかん)・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

【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・パブリカ色素) 水・小麦粉・小麦でん粉・食塩・クアガム・L-グルタミン酸ナトリウム
	ちくわ	魚肉、植物たん白(小麦・大豆を含む)、でん粉、食塩、ぶどう糖、砂糖、植物油、豚脂、発酵調味液、醸造酢/ 加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、ソルビトール、pH調整剤、増粘多糖類
	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)

とちのき弁当(1)牛肉コロッケ弁当

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	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)
	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)
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	
	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)
	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)
	ポテトサラダ	じゃがいも・マヨネーズ・たまねぎ・にんじん・砂糖・食塩・還元水飴・水あめ・醸造酢・卵黄・香辛料・酵母エキス・調味料(アミノ酸等)・ 酢酸ナトリウム・グリシン・増粘剤(キサンタンガム)・香辛料抽出物・(一部に卵、大豆を含む)
	キャベツ	
オレンジ		

とちのき弁当(2)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・大根葉)、砂糖・食塩・昆布エキス・粉末味噌・鰹削り節粉末・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、鶏皮、小麦粉、食塩、砂糖、香辛料、卵白粉、衣(パン粉、小麦粉、食塩、香辛料、粉末状植物性たん白)／加工デンプン、調味 料(アミノ酸)、ピロリン酸Na、重曹、酵素、香料、カロチノイド色素、(一部に小麦・卵・乳成分・大豆・鶏肉を含む)
	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)
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(アセルフアム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)
	ポテトサラダ	じゃがいも・マヨネーズ・たまねぎ・にんじん・砂糖・食塩・還元水飴・水あめ・醸造酢・卵黄・香辛料・酵母エキス・調味料(アミノ酸等)・ 酢酸ナトリウム・グリシン・増粘剤(キサンタンガム)・香辛料抽出物・(一部に卵、大豆を含む)
	キャベツ	
	オレンジ	