

日付	メニュー	原材料	アレルギー
11 (水)	鶏の唐揚げ	精白米、鶏肉、醤油、みりん、酒、生姜、にんにく、片栗粉、サラダ油、サラダ菜、ミニトマト	
	春雨サラダ	春雨、きゅうり、人参、ハム、砂糖、酢、醤油、ごま油、ごま	
	小松菜の海苔和え	小松菜、のり、醤油、みりん、砂糖、ごま油、煮干し、鰹節、ごま	
12 (木)	チーズハンバーグ	精白米、合いびき肉、豆腐、玉ねぎ、卵、パン粉、塩、こしょう、じゃがいも、ケチャップ、ソース、砂糖、チーズ、サラダ菜	小麦 卵
	ひじきの甘辛炒め	ひじき、人参、こんにゃく、ねぎ、生姜、みりん、醤油、砂糖、酒、サラダ油	
	りんご	りんご	
13 (金)	ブルコギ	精白米、牛肉、にんにく、醤油、酒、甜麺醤、コチュジャン、砂糖、ごま油、玉ねぎ、人参、もやし、にら、サラダ油、ごま	
	切干大根のサラダ	切干大根、キャベツ、きゅうり、ハム、サラダ油、酢、塩、醤油、ごま、こしょう	
	こんにゃくのかか煮	こんにゃく、サラダ油、鰹節、醤油	
16 (月)	炊き込み炒飯	精白米、ガラスープ、豚肉、ねぎ、しいたけ、にんにく、サラダ油、ごま油、酒、塩、こしょう、醤油、卵、小ねぎ、生姜	卵
	竹輪とコーンのマヨネーズ焼き /オレンジ	竹輪、コーン、マヨネーズ、チーズ/オレンジ	
	いんげんの胡麻和え	いんげん、人参、ごま、醤油、砂糖	
17 (火)	ドライカレー	精白米、鶏肉、玉ねぎ、生姜、にんにく、カレー粉、トマト缶、塩、豆腐、豆乳、クミン、サラダ油、こしょう、醤油	エビ 小麦
	キャベツのレモンナムル	キャベツ、塩昆布、レモン汁、塩、ごま油	
	大根餅	大根、小ねぎ、干しエビ、鰹節、塩、小麦粉、片栗粉、サラダ油	
18 (水)	鮭のオランダ焼き	精白米、鮭、塩、人参、玉ねぎ、パセリ、マヨネーズ、こしょう、パン粉、サラダ菜	小麦 卵
	マカロニサラダ	マカロニ、キャベツ、人参、玉ねぎ、コーン、ハム、ヨーグルト、きゅうり、塩、マヨネーズ、砂糖	
	大学芋	さつまいも、砂糖、ごま、サラダ油	
19 (木)	七草の混ぜご飯	精白米、七草、ごま、醤油、みりん、ごま油、煮干し、鰹節、塩	小麦 卵
	鶏ごぼう天/ほうれん草の煮びたし	鶏肉、ごぼう、生姜、醤油、酒、ごま油、卵、小麦粉、片栗粉、サラダ油、サラダ菜、ミニトマト/ほうれん草、醤油、みりん、煮干し、鰹節	
	焼リンゴ	りんご、砂糖、シナモン、バター	
20 (金)	チンジャオロース	精白米、豚肉、ピーマン、竹の子、ねぎ、生姜、にんにく、醤油、酒、オイスターソース、砂糖、ガラスープ、塩、こしょう、片栗粉、ごま油、サラダ油	小麦 卵
	小松菜と人参のナムル	小松菜、醤油、人参、みりん、酢、ごま油、ごま	
	蒸しパン	ホットケーキミックス、牛乳、サラダ油	
23 (月)	生姜焼き	精白米、豚肉、酒、みりん、醤油、生姜、サラダ油、キャベツ、ミニトマト	小麦 卵
	W竹輪煮	竹輪、焼き竹輪、醤油、みりん、砂糖、煮干し、鰹節	
	人参のしりしり	人参、シーチキン、卵、みりん、醤油	

日付	メニュー	原材料	アレルギー
24 (火)	鶏のメンチカツ	精白米、鶏肉、玉ねぎ、卵、小麦粉、パン粉、塩、こしょう、サラダ油、キャベツ、マカロニ、ケチャップ、マヨネーズ、みりん、ソース	小麦 卵
	干草和え	小松菜、えのき、人参、醤油、みりん、ごま油	
	冬瓜の煮物	冬瓜、煮干し、鰹節、砂糖、みりん、醤油	
25 (水)	八宝菜	精白米、豚肉、エビ、白菜、もやし、人参、生姜、にんにく、塩、サラダ油、酒、ガラスープ、砂糖、醤油、片栗粉、ピーマン、オイスターソース、ごま油	エビ 卵
	きのこのチーズ焼き	しめじ、醤油、チーズ	
	いちご	いちご	
26 (木)	豚肉の帯広炒め	精白米、豚肉、小麦粉、醤油、砂糖、酒、みりん、レタス、サラダ油	小麦
	南瓜のサラダ	南瓜、レーズン、マヨネーズ、酢、塩	
	煮豆	大豆、刻み昆布、砂糖、塩、醤油	
27 (金)	鮭寿司	精白米、砂糖、塩、酢、鮭、ねぎ、ごま、のり、三つ葉	小麦
	ピーマンとベーコンのサラダ /厚揚げの五目煮	ピーマン、パプリカ、ベーコン、サラダ油、酢、醤油、こしょう/厚揚げ、竹輪、ごぼう、人参、こんにゃく、いんげん、ごま油、サラダ油、砂糖、みりん、醤油、煮干し、鰹節	
	みかん寒	みかんジュース、砂糖、みかん缶、寒天	
30 (月)	ポークチャップ	精白米、豚肉、塩、酒、にんにく、サラダ油、玉ねぎ、ケチャップ、ソース、砂糖、こしょう、サラダ菜	乳
	ブロッコリーの海苔マヨ和え	ブロッコリー、マヨネーズ、海苔の佃煮	
	ふかし芋	さつまいも、バター、塩	
31 (火)	親子煮	精白米、卵、鶏肉、玉ねぎ、煮干し、鰹節、みりん、酒、砂糖、醤油、のり、三つ葉、焼き鮓	小麦 卵
	シャキシャキ野菜の金平	人参、大根、小松菜、ごま油、砂糖、みりん、醤油、ごま	
	わかめのおかか炒め	わかめ、鰹節、生姜、サラダ油、醤油	

**スクール ランチ 13日(金) 1年生、17日(火) 4年生、24日(火) 5年生、27日(金) 2年生**

メニューはお弁当献立表をご覧ください。(箸などは、お持たせください。)

**カフェテリア ランチ**

メニュー、日程は下記献立表をご覧ください。

20 (金) 6年生	チンジャオロース	精白米、豚肉、ピーマン、竹の子、ねぎ、生姜、にんにく、醤油、酒、オイスターソース、砂糖、ガラスープ、塩、こしょう、片栗粉、ごま油、サラダ油	
	小松菜と人参のナムル	小松菜、醤油、人参、みりん、酢、ごま油、ごま	
	味噌汁(わかめと豆腐)	わかめ、豆腐、煮干し、鰹節、味噌	
24 (火) 3年生	豚汁	精白米、豚肉、大根、人参、ごぼう、ねぎ、煮干し、鰹節、味噌、小ねぎ	
	鱈のあんかけ	鱈、塩、こしょう、片栗粉、サラダ油、小ねぎ、しめじ、醤油、酒、みりん、砂糖、煮干し、鰹節	
	南瓜茶巾	南瓜、砂糖、豆乳	