

2020
12月・1月・2月

NO3 朝食 <使用日:3・6・9・12・15・18・21・24・27・30>

献立名	食材	原 材 料
ご飯	精白米	
ふりかけ	かつおふりかけ	いりごま(国内製造)、宗田かつお削りぶし、乳糖、砂糖、しょうゆ、小麦粉、食塩、 コーンスターチ、かつお節粉末、大豆粉、あおさ、のり、酵母エキス、 抹茶/調味料(アミノ酸等)、酸化防止剤(ビタミンE)、カラメル色素、 (一部に乳成分・小麦・ごま・大豆を含む)
味噌汁	玉ねぎ	
	乾燥わかめ	湯通し塩蔵わかめ
	だし入り味噌	大豆、米、食塩、かつおだし、かつお節粉末、酵母エキス、こんぶ粉末、酒精、調味料(アミノ酸等)
	和風だし	食塩、砂糖、風味原料(煮干いわし粉末、かつお節粉末、煮干いわしエキス、かつおエキス、こんぶエキス)、酵母エキス発酵調味料/調味料(アミノ酸等)
ボイルウインナー	ポークソーセージ (ウインナー)(冷凍)	豚肉、豚脂肪、糖類(水あめ、砂糖、ぶどう糖)、 食塩、香辛料/リン酸塩(Na)、調味料(アミノ酸)、pH調整剤、 酸化防止剤(ビタミンC)、カゼインNa、発色剤(亜硝酸Na)、 (一部に乳成分・牛肉・豚肉を含む)
スパゲティサラタ	マカロニ(乾燥)	デュラム小麦のセモリナ
	MIXベジタブル(冷凍)	ホールコーン、人参、グリーンピース
	ライトツナフレーク まぐろ水煮	きはだまぐろ、野菜スープ、食塩
	マヨネーズ	食用植物油脂、水あめ、卵、醸造酢、食塩、調味料(アミノ酸)、レモン果汁、 香辛料抽出物、(原材料の一部に大豆を含む)
	塩・コショウ	
オムレツ	プレーンオムレツ (冷凍)	鶏卵(国産)、砂糖、醸造酢、食塩、米粉、植物油(菜種油・大豆油)、 加工でん粉、カロチン色素
ケチャップ	トマトケチャップ	トマト、果糖ぶどう糖液糖、醸造酢、食塩、玉ねぎ、香辛料
漬け物	さくら大根	大根、漬け原材料[食塩・醸造酢]、酸味料、調味料(アミノ酸)、 甘味料(サッカリンNa)、着色料(赤106・赤102)
味付き海苔	味付き海苔	乾し海苔(国内産)、調味液(砂糖・蛋白加水分解物・醤油[本醸造]・醗酵調味料・ 風味原料[海老・昆布・昆布エキス]・食塩・酵母エキス)、 調味料(アミノ酸等)、甘味料(甘草・ステビア)、香辛料抽出物、 (材料の一部に小麦・乳・豚肉由来の原料を使用)

2020
12月・1月・2月

NO3 昼食 <使用日:3・6・9・12・15・18・21・24・27・30>

献立名	食材	原材料
ご飯	精白米	
中華スープ	玉ねぎ	
	小松菜(冷凍)	
	中華がらだし	食塩、チキンエキス、たん白加水分解物、ポークエキス、オニオンエキス、昆布エキス、酵母エキス、ジンジャーオイル、調味料(アミノ酸等)、ソルビット、糊料(グァーガム)、香辛料抽出物、(原材料の一部にゼラチン・大豆を含む)
	塩・コショウ	
乾燥スープ (コンソメ)	乾燥スープ (コンソメ)	食塩、砂糖、乳糖、食用油脂、しょうゆ、チキンエキス、酵母エキス、香辛料、野菜エキス、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)
青菜のナムル	菜の花(冷凍)	
	人参	
	もやし	
	炒りゴマ	白ゴマ
	醤油	食塩、脱脂加工大豆、小麦、大豆、保存料(安息香酸Na)
	ゴマ油	食用ごま油、食用なたね油
	塩・コショウ	
焼売	大焼売 (冷凍)	野菜(玉ねぎ・しょうが)、鶏肉、つなぎ(パン粉・卵白・粉末状大豆たん白)、豚脂、粒状植物性たん白、醤油、砂糖、ごま油、発酵調味料、食塩、香辛料、こんぶエキス、皮(小麦粉・小麦たん白・大豆粉)、加工デンプン、調味料(アミノ酸)、(原材料の一部に乳成分を含む)
ゆでキャベツ	キャベツ	
ドレッシング	和風野菜ドレッシング	しょうゆ、かつおだし、醸造酢、乾燥玉ねぎ、すりおろしにんじん、アミノ酸液、砂糖、酢漬たまねぎ、食塩、豆板醤、増粘剤(キサンタンガム)、おろししょうが、すりごま、オニオンエキス、おろしにんにく、乾燥赤ピーマン、酵母エキス、たん白加水分解物、甘味料(スクラロース)、(原材料の一部に小麦を含む)
金平ごぼう	ごぼう人参MIX(冷凍)	ごぼう、人参
	炒りゴマ	白ゴマ
	そばつゆ	しょうゆ(本醸造)、砂糖、醸造酢、食塩、かつお節、かつおエキス、さば節、米発酵調味料、塩こうじ、いわしエキス、調味料(アミノ酸等)、酒精、カラメル色素、増粘剤(キサンタン)、(原材料の一部に小麦・さば・大豆を含む)
	砂糖	
白身魚フライ	白身魚フライ (冷凍)	タラ、衣(パン粉・小麦粉・小麦でん粉・食塩)、調味料(アミノ酸)、乳化剤、増粘剤(グァーガム)、(原材料の一部に小麦を含む)
	ソース(1食用)	糖類(砂糖・ぶどう糖果糖液糖)、食塩、アミノ酸液、合成酢、香辛料、野菜(たまねぎ)、カラメル色素、甘味料(甘草・ステビア)、酸味料、増粘剤(キサンタン)、(原材料の一部に大豆を含む)
揚げ油	食用大豆油	食用大豆油、シリコーン
フルーツ	りんご	

2020
12月・1月・2月

NO3 夕食 <使用日:3・6・9・12・15・18・21・24・27・30>

献立名	食材	原材料
ご飯	精白米	
ふりかけ	野菜ふりかけ	胡麻、乳糖、塩、澱粉、小麦粉、野菜(にんじん・ほうれん草・かぼちゃ・玉ねぎ)、砂糖、大豆加工品、あおさ、抹茶、海藻カルシウム、パーム油、脱脂粉乳、鶏卵、エキス(魚介・酵母)、調味料(アミノ酸)、着色料(フラボノイド・カロチノイド・クチナシ)、酸化防止剤(ビタミンE)
味噌汁	白菜	
	刻み油揚げ(冷凍)	大豆(遺伝子組み換えでない)、植物油、豆腐用凝固剤、消泡剤
	ほうれん草(冷凍)	
	だし入り味噌	大豆、米、食塩、かつおだし、かつお節粉末、酵母エキス、こんぶ粉末、酒精、調味料(アミノ酸等)
	和風だし	食塩、砂糖、風味原料(煮干いわし粉末、かつお節粉末、煮干いわしエキス、かつおエキス、こんぶエキス)、酵母エキス発酵調味料/調味料(アミノ酸等)
シルバーサラダ	春雨(乾燥)	
	人参	
	カーネルコーン(冷凍)	
	むき枝豆(冷凍)	
	マヨネーズ	食用植物油脂、水あめ、卵、醸造酢、食塩、調味料(アミノ酸)、レモン果汁、香辛料抽出物、(原材料の一部に大豆を含む)
	塩・コショウ	
海老ニラ焼きまん	海老ニラ焼きまん(冷凍)	野菜(にら・たまねぎ)、えび、食肉(豚肉・鶏肉)、豚脂、しいたけ、砂糖、ラード、植物油脂、パン粉、食塩、えび粉末、香辛料、皮(小麦粉・米粉・植物油脂・大豆粉・小麦たん白)、加工デンプン、調味料(アミノ酸)、乳酸Na、乳化剤、キシロース、香料、カロチノイド色素、炭酸塩(K、Na)、重曹、(原材料の一部に乳成分・ごまを含む)
揚げ油	食用大豆油	食用大豆油、シリコーン
ゆでキャベツ	キャベツ	
ミニトマト	ミニトマト	
ドレッシング	和風野菜ドレッシング	しょうゆ、かつおだし、醸造酢、乾燥玉ねぎ、すりおろしにんじん、アミノ酸液、砂糖、酢漬たまねぎ、食塩、豆板醤、増粘剤(キサンタンガム)、おろししょうが、すりごま、オニオンエキス、おろしにんにく、乾燥赤ピーマン、酵母エキス、たん白加水分解物、甘味料(スクラロース)、(原材料の一部に小麦を含む)
豚のガリパタ炒め	豚コマ肉	
	玉ねぎ	
	三色パプリカ(冷凍)	
	キャベツ	
	ガリパタソース	しょうゆ、デキストリン、砂糖、菜種油、ハーブにんにく、でん粉、ガーリックペースト、バター、発酵調味料、食塩、たん白加水分解物、ローストガーリックオイル、唐辛子、酵母エキス、鶏脂、調味料(アミノ酸等)、糊料(加工でん粉・キサンタン)、香料、酸味料、香辛料抽出物、カロテン色素、(小麦を原材料の一部に含む)
鶏のかりかり揚げ	鶏もも肉	
	パリジュー唐揚げ粉	小麦粉、でん粉、食塩、砂糖、ぶどう糖、香辛料、脱脂粉乳、酵母エキス、加工でん粉、ベーキングパウダー、調味料(アミノ酸等)、乳化剤、パプリカ色素
揚げ油	食用大豆油	食用大豆油、シリコーン
デザート	グレープゼリー(冷凍)	ぶどう果汁(濃縮還元)、砂糖、ぶどう糖果糖液糖、ゲル化剤(増粘多糖類)、ワイン、ビタミンC、酸味料、香料、乳酸Ca、クエン酸第一鉄Na