

2021
3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	きはだまぐろ、野菜スープ、食塩
	まぐろ水煮	
	マヨネーズ	食用植物油、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)

2021
3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)	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	

2021
3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)
豚のガリバタ炒め	豚コマ肉	
	玉ねぎ	
	三色パプリカ(冷凍)	
	キャベツ	
	ガリバタソース	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