

日(曜)	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	22(月)	23(火)	24(水)
献立	牛乳 チャーハン 焼き目付餃子 ごぼうサラダ あさりとわかめのスープ	牛乳 青菜ごはん 厚焼き玉子おろし添え 肉じゃが キャベツのみそ汁 鉄分ヨーグルト	牛乳 少なめごはん 麻婆ラーメン 枝豆入り春雨サラダ お米のムース	牛乳 長コッペパン 県産牛豚ハンバーグ 白菜のクリーム煮 ほうれん草とひじきのサラダ みかん	牛乳 麦ごはん さば味噌煮 納豆あえ なめこ汁	牛乳 発芽玄米ごはん 根菜カレー いわて純情メンチカツ かりぼりあえ 型抜きチーズ	牛乳 麦ごはん さわらのねぎマヨ焼き 小松菜と厚揚げのみそ炒め 白菜のみそ汁	牛乳 もち麦ごはん あかもく井の具 もやしとわかめのじゃこあえ あさりのみそ汁
献立の材料	牛乳 水稻穀粒(精白米) 強化米 おおむぎ(米粒麦) ラード 焼き豚 ねぎ ミックスベジタブル ねぎ 米油 炒り卵 塩 コショウ しょうゆ 鶏だし ごぼう にんじん とうもろこし(加熱冷凍) キャベツ ささみフレーク ノンエッグマヨネーズ 白いりごま しょうゆ そばつゆ にんじん おいしいあさり はくさい いんげん豆春雨カット 塩蔵カットわかめ ねぎ 鶏だし こいくちしょうゆ コショウ	牛乳 水稻穀粒(精白米) 精麦 (米粒麦) 強化米 青菜ごはんの素 厚焼玉子 (しょうゆ味) だいこん 白だし 豚肉 料理酒 米油 じゃがいも にんじん 玉葱 しらたき さやいんげん しょうゆ 本みりん 三温糖 料理酒 キャベツ にんじん 玉葱 油揚げ えのきたけ 県産強化みそ 白みそ 鉄分ヨーグルト	牛乳 水稻穀粒(精白米) 強化米 豚ひき肉 牛ひき肉 豆腐 ねぎ しいたけ たけのこ水煮 にら ごま油 マーボー豆腐の素 水 かたくり粉 水 ラーメンスープ 水 葉ねぎ もやし 冷凍中華麺 いんげん豆春雨カット にんじん とうもろこし(加熱冷凍) 国産／むき枝豆 キャベツ しょうゆ 砂糖 酢 ごま油 お米のムース	牛乳 県産強力粉 食塩 上白糖 脱脂粉乳 県産牛豚ハンバーグ トマトケチャップ 中濃ソース 赤ワイン ダイストマト 三温糖 はくさい にんじん 玉葱 じゃがいも ベーコン パセリ 米油 とろけるクリームシチュー 牛乳 芽ひじき ほうれん草とひじきのサラダ とうもろこし(加熱冷凍) にんじん オリーブドツナ 砂糖 しょうゆ 酢 ごま油 温州みかん	牛乳 水稻穀粒(精白米) 強化米 おおむぎ(米粒麦) さばみそ煮 挽きわり納豆 プロセスチーズ こまつな はくさい もやし 糸かつお あおのり うすくちしょうゆ そばつゆ なめこ だいこん 豆腐 ねぎ 県産強化みそ 白みそ	牛乳 水稻穀粒(精白米) 強化米 発芽玄米 (ドライ) 鶏肉 玉葱 にんじん じゃがいも ごぼう れんこん カレールウ トマトケチャップ 中濃ソース 米油 おろししょうが おろしにんにく いわて純情メンチカツ 50 米油 キャベツ きゅうり 福神漬 (中国原料不使用) 白いりごま しょうゆ 型抜きチーズ	牛乳 水稻穀粒(精白米) 強化米 おおむぎ(米粒麦) さわら 食塩 こしょう混合 ノンエッグマヨネーズ こいくちしょうゆ ねぎ 豚ひき肉 こまつな にんじん 生揚げ 緑豆はるさめ ごま油 県産強化みそ しょうゆ 本みりん 砂糖 おろしにんにく 豆腐 はくさい にんじん 油揚げ ねぎ 県産強化みそ 白みそ	牛乳 水稻穀粒(精白米) 強化米 もち 豚ひき肉 アカモク 玉葱 にんじん とうもろこし(加熱冷凍) しょうゆ 本みりん 砂糖 料理酒 しょうが 米油 もやし 湯通し塩蔵わかめ(塩抜き) きゅうり かるしおしらす 砂糖 酢 しょうゆ ごま油 食塩 だいこん おいしいあさり 料理酒 豆腐 こまつな ねぎ 県産強化みそ 白みそ おろしにんにく
実施校	山中	山中	船小 山中	全校	全校	全校	全校	全校

2024年 1月度 【詳細献立表】 太字表記は、加工品に含まれる15品目アレルギーとアレルギー対応該当食品です

日(曜)	25(木)	26(金)	29(月)	30(火)	31(水)
献立	牛乳 長コッペパン SDGsシチュー 鶏肉のマーマレード焼き 野菜サラダ りんご 1/8カット	牛乳 梅しらすごはん 豆腐ハンバーガーきのこソース かみかみサラダ じゃがいものそぼろ煮	牛乳 麦ごはん いかフライ ポテからサラダ 根菜の豆乳スープ	牛乳 麦ごはん 大豆ミートのキーマカレー もやしとひじきの塩麴サラダ 卵とわかめのスープ いちごヨーグルト	牛乳 麦ごはん 鮭の西京焼き 豚肉とごぼうのみそ炒め 鶏の水炊き みかん
献立の材料	牛乳 県産強力粉 食塩 上白糖 脱脂粉乳 鶏肉 じゃがいも 玉葱 にんじん パセリ とろけるクリームシチュー 牛乳 オリーブ油 ほうれんそう ほうれんそうパウダー 鶏肉 マーマレードジャム しょうゆ 料理酒 キャベツ きゅうり 赤ピーマン 黄ピーマン イタリアンドレッシング りんご	牛乳 水稻穀粒(精白米) 強化米 梅しらすごはんの素 豆腐ハンバーグ 玉葱 えのきたけ しいたけ 砂糖 しょうゆ 本みりん そばつゆ キャベツ 県産水煮大豆 ごぼう にんじん もやし つぼ漬 白いりごま 塩こんぶ 米油 鶏ひき肉 おろししょうが 玉葱 にんじん じゃがいも 高野豆腐さいのめ グリーンピース 砂糖 しょうゆ そばつゆ 本みりん かたくり粉	牛乳 水稻穀粒(精白米) 強化米 おおむぎ(米粒麦) いかフライ 米油 パックソース 冷凍生おから 牛乳 しょうゆ 砂糖 じゃがいも ダイスチーズ きゅうり にんじん 玉葱 ノンエッグマヨネーズ 食塩 コショウ ベーコン バター れんこん水煮 ごぼう にんじん 西洋かぼちゃ おろししょうが コンソメ 白みそ 豆乳 食塩 コショウ パセリ(乾) おいしく果実いちご ヨーグルト	牛乳 水稻穀粒(精白米) 強化米 おおむぎ(米粒麦) 米油 おろしにんにく おろししょうが カレー粉 赤ワイン 豚ひき肉 豚レバーチップ 大豆ミート 玉葱 にんじん 青ピーマン とうもろこし(か-祉冷凍) カレールウ トマトケチャップ ウスターソース 三温糖 ブラックマッペもやし 芽ひじき にんじん きゅうり オリーブドツナ 塩麴 ボン酢しょうゆ 白いりごま 塩蔵カットわかめ だいこん 卵 ねぎ コンソメ コショウ おいしく果実いちご ヨーグルト	牛乳 水稻穀粒(精白米) 強化米 おおむぎ(米粒麦) 鮭切り身 白みそ しょうゆ 三温糖 本みりん 水 豚肉肉 にんじん ごぼう こんにゃく さやいんげんカット おろししょうが 米油 県産強化みそ 本みりん 料理酒 しょうゆ 砂糖 昆布 鶏肉 糸こんにゃく にんじん しいたけ 焼き竹輪 白菜 豆腐 ねぎ 食塩 しょうゆ 温州みかん
実施校	全校	全校	山小 船小 山中	全校	全校