1月の献立

	献立名（材料名）	アレルギー代替食・栄養価 ※玉：たまごアレルギー ・ 乳：牛乳・乳製品アレルギー		使用調味料等			
1/9（木） ごはん 給食	煮込みハンバーグ(ハンバーグ、トマト缶) フライドポテト　りんご カラフルエッグ（たまご、にんじん、枝豆） サラダ（太もやし、カレー粉、ハム、ブロッコリー、マヨネーズ）	カラフルエッグ → コーンソテー サラダ → アレルギー用マヨネーズ エネルギー： 441kcal ／ たんぱく質： 12.1g ／ 脂質： 15.9g	玉 玉	醤油 ﾏﾖﾈｰｽﾞ ｹﾁｬｯﾌﾟ ソース	 ○ ○ ○	和風だし 中華だし コンソメ ごま油	 ○
1/10（金） ごはん 給食	チキンカレー(鶏肉、じゃが芋、玉ねぎ、にんじん、 グリンピース、トマト缶、カレールウ、ホワイトルウ、ガーリック) みかん	エネルギー： 455kcal ／ たんぱく質： 9.9g ／ 脂質： 10.4g		醤油 ﾏﾖﾈｰｽﾞ ｹﾁｬｯﾌﾟ ソース	 ○	和風だし 中華だし コンソメ ごま油	 ○
1/14（火） ごはん 給食	つくね串　ソーセージ天　塩茹で枝豆 煮びたし（水菜、白菜、厚揚げ、人参） ハッシュドビーフフライ　白桃缶 ごぼうサラダ（ごぼう、人参、ごま、ごまドレッシング） オリーブオイル、ポッカレモン）　グリンリーフ	ごぼうサラダ → アレルギー用サラダ エネルギー： 460kcal ／ たんぱく質： 10.8g ／ 脂質： 16.6g	玉	醤油 ﾏﾖﾈｰｽﾞ ｹﾁｬｯﾌﾟ ソース	○ ○ 	和風だし 中華だし コンソメ ごま油	 ○
1/15（水） パン 給食	メンチカツバーガー（メンチカツ、キャベツ、マヨネーズ、 ベーカリーソース、ロールパン） クリームパン　チーズ ワンタンスープ（ワンタンの皮、豚肉、人参 もやし、玉ねぎ、ねぎ）	メンチカツバーガー → アレルギー用マヨネーズ クリームパン → 黒糖蒸しパン チーズ → プチゼリー エネルギー： 431kcal ／ たんぱく質： 15.4g ／ 脂質： 20.1g	玉 玉乳 乳	醤油 ﾏﾖﾈｰｽﾞ ｹﾁｬｯﾌﾟ ソース	 ○ 	和風だし 中華だし コンソメ ごま油	 ○
1/16（木） ごはん 給食	親子丼(鶏肉、玉ねぎ、たまご、 かまぼこ、青ねぎ) バナナ	親子丼 → たまご抜き エネルギー： 483kcal ／ たんぱく質： 16.9g ／ 脂質： 12.4g	玉	醤油 ﾏﾖﾈｰｽﾞ ｹﾁｬｯﾌﾟ ソース	○ 	和風だし 中華だし コンソメ ごま油	
1/17（金） ごはん 給食	チキンナゲット　グリンリーフ　ケチャップ マカロニソテー(マカロニ、ドライバジル、ドライパセリ) そぼろ煮（大根、にんじん、鶏ミンチ、いんげん） 煮付（きくらげ天）　パイン缶	エネルギー： 462kcal ／ たんぱく質： 13.7g ／ 脂質： 14.9g		醤油 ﾏﾖﾈｰｽﾞ ｹﾁｬｯﾌﾟ ソース	○ ○ 	和風だし 中華だし コンソメ ごま油	
1/20（月） ごはん 給食	ポークチャップ(豚肉、片栗粉、玉ねぎ) コーンボール　グリンリーフ 五目豆(大豆、大根、昆布、人参、こんにゃく、枝豆) 煮付（高野豆腐、南瓜） オレンジ	コーンボール → 野菜コロッケ エネルギー： 407kcal ／ たんぱく質： 13.2g ／ 脂質： 10.8g	乳	醤油 ﾏﾖﾈｰｽﾞ ｹﾁｬｯﾌﾟ ソース	○ ○ ○	和風だし 中華だし コンソメ ごま油	

（有）内田フーヅ　宝塚市金井町4-18
TEL 0797(81)4044 FAX 0797(81)4008

1 月 の 献 立

	献立名（材料名）	アレルギー・代替食・未食品 ※玉：たまごアレルギー ・ 乳：牛乳・乳製品アレルギー		使用調味料等			
1/21（火） パン給食	サンドイッチ(ツナ、サラダベース、きゅうり、サンドイッチ用パン) サンドイッチ(りんごジャム、サンドイッチ用パン) やきそばカレーパン　プチゼリー ブラウンシチュー(鶏肉、玉ねぎ、ミックスベジタブル、 マッシュルーム、ビーフシチューの素)	サラダサンド → アレルギー用サンド やきそばカレーパン → ロールウインナー エネルギー： 405kcal ／ たんぱく質： 13.5g ／ 脂質： 13g	玉 玉乳	醤油 ﾏﾖﾈｰｽﾞ ｹﾁｬｯﾌﾟ ソース	 ○ ○ ○	和風だし 中華だし コンソメ ごま油	 ○
1/23（木） ごはん給食	五目青椒肉絲(牛肉、ピーマン、たけのこ、 にんじん、太もやし、オイスターソース) 中華和え(わかめ、きゅうり、かにかまぼこ) 煮付(さつま芋、高野豆腐) 揚げぎょうざ　白桃スライス	エネルギー： 406kcal ／ たんぱく質： 9.7g ／ 脂質： 13.1g		醤油 ﾏﾖﾈｰｽﾞ ｹﾁｬｯﾌﾟ ソース	○ 	和風だし 中華だし コンソメ ごま油	 ○
1/24（金） ごはん給食	コーンクリームポトフ(鶏肉、じゃが芋、玉ねぎ、コーン、 ミックスベジタブル、クリームコーン、牛乳、ホワイトルウ) チキンカツ　プチゼリー カレーそぼろご飯(合びきミンチ、玉ねぎ、 ズッキーニ、赤パプリカ、黄パプリカ、にんじん、カレー粉)	コーンクリームポトフ → 牛乳・ホワイトルウ抜き エネルギー： 486kcal ／ たんぱく質： 16.3g ／ 脂質： 11.3g	乳	醤油 ﾏﾖﾈｰｽﾞ ｹﾁｬｯﾌﾟ ソース	○ ○ ○	和風だし 中華だし コンソメ ごま油	 ○
1/27（月） ごはん給食	さばの照焼　煮付(なると巻) 卵とじ(高野豆腐、たまご、玉ねぎ、人参、グリンピース) えびグラタンフライ　グリンリーフ マカロニのケチャップソテー（マカロニ） みかん缶	卵とじ → たまご抜き えびグラタンフライ → 野菜コロッケ エネルギー： 417kcal ／ たんぱく質： 13.4g ／ 脂質： 11.2g	玉 乳	醤油 ﾏﾖﾈｰｽﾞ ｹﾁｬｯﾌﾟ ソース	○ ○ 	和風だし 中華だし コンソメ ごま油	
1/28（火） ごはん給食	豚丼（豚肉、豚バラ肉、糸こんにゃく、玉ねぎ、青ねぎ） あじフライ バナナ エネルギー： 456kcal ／ たんぱく質： 15.4g ／ 脂質： 9.8g			醤油 ﾏﾖﾈｰｽﾞ ｹﾁｬｯﾌﾟ ソース	○ 	和風だし 中華だし コンソメ ごま油	
1/29（水） ごはん給食	キャベツメンチカツ　鉄分強化チーズ　グリンリーフ ポテトサラダ（じゃが芋、人参） きんぴら（ごぼう、人参、こんにゃく） 煮付け（厚揚げ、さつまあげ） オレンジ	鉄分強化チーズ → ウインナー ポテトサラダ → アレルギー用サラダ エネルギー： 415kcal ／ たんぱく質： 10.3g ／ 脂質： 12.9g	乳 玉	醤油 ﾏﾖﾈｰｽﾞ ｹﾁｬｯﾌﾟ ソース	○ ○ 	和風だし 中華だし コンソメ ごま油	 ○
1/30（木） ごはん給食	カレーライス(牛肉、じゃが芋、玉ねぎ、にんじん、 カレールウ、ホワイトルウ、ガーリック) プリン	プリン → ゼリー エネルギー： 485kcal ／ たんぱく質： 11.3g ／ 脂質： 12.7g	玉・乳	醤油 ﾏﾖﾈｰｽﾞ ｹﾁｬｯﾌﾟ ソース	 ○	和風だし 中華だし コンソメ ごま油	 ○
1/31（金） ごはん給食	八宝菜（豚肉、白菜、玉ねぎ、人参、きくらげ えび、いか、たけのこ） 春巻　グリーンリーフ わかめ豆（大豆、わかめ） 煮付（じゃが芋、オクラ） パイン缶	エネルギー： 403kcal ／ たんぱく質： 12.2g ／ 脂質： 10g		醤油 ﾏﾖﾈｰｽﾞ ｹﾁｬｯﾌﾟ ソース	○ 	和風だし 中華だし コンソメ ごま油	

（有） 内田フーヅ　宝塚市金井町4-18
TEL 0797(81)4044 FAX 0797(81)4008