

献立食品調査表

伊勢原市教育委員会

献立の中で「ごはん」と「麦ごはん」については省略しています。

全てのおかずを同一の調理場で調理しています。コンタミネーション(材料とは異なったものが微量混入すること)の可能性のあることを御了承ください。

揚げ油については何回か使い回しているため、他の食材の成分が流出している場合がありますので御了承ください。

調味料(しょうゆ、みそ、ごま油及びだしの素など)に使われている材料については表示をしております。

日付	曜日	献立名・料理名	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ゴマ	
1	金	五目ずし																	*									*		
		①さわらの西京焼き																												
		①おひたし																												
		②春巻き	*																	*		*								
		③あん団子																												
4	月	①マーボー豆腐																	*		*									
		②焼きぎょうざ	*		*	*														*	*	*								
		③春雨ソテー			*	*														*		*				*				
		卵のスープ			*																									
5	火	①メンチカツ	*		*	*													*	*	*					*				
		①ブロッコリーの塩ゆで																												
		②スパゲッティナポリタン	*																	*		*			*					
		③青梗菜のソテー ポトフ			*	*														*	*	*				*				
6	水	のりふりかけ	*		*														*										*	
		①白身魚の中華風煮	*																											
		②切干大根とツナのきんぴら煮																												*
		③青のりポテト 白菜と肉団子のスープ																		*	*	*								
7	木	①大豆と鶏肉のトマト煮																	*	*										
		②温野菜サラダ(和風ドレッシング)																			*	*			*					
		③ひじきのソテー			*	*														*		*				*				
		果物(清見オレンジ)												*																
8	金	①豚肉の生姜焼き																				*								
		②ポイルキャベツ																												
		③竹輪のカレー揚げ	*																											
		大根の味噌汁																												
11	月	①ハヤシライス	*		*														*		*			*						
		②かぼちゃコロッケ	*		*															*		*								
		③小松菜のソテー			*	*														*		*				*				
		デザート(ワインゼリー)																												

食育ピクトグラム



「みんなで楽しく食べよう」

同じ食事内容でも、誰かと一緒に食べた方がおいしく感じることはありませんか？
 家族や友達と一緒に食事をする事でお互いの心や体の調子を知ることができます。
 また、楽しい食事は心を豊かにしてくれます。