

# 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			
12	水	野菜ふりかけ	*		*														*										*			
		①さばの塩焼き																	*													
		①お浸し																														
		②こぶひら																													*	
		③あん団子 かきたま汁																				*										
13	木	①豚肉の生姜焼き																				*										
		②ボイルキャベツ																														
		③五目豆																		*												
		味噌汁																		*												
14	金	①白菜と鶏肉のクリーム煮	*			*															*											
		②温野菜サラダ(和風ドレッシング)																			*	*							*			
		③さつまいものとりんごの重ね煮						*																					*			
		大根とわかめのスープ																														
17	月	①あじの竜田揚げ	*																													
		①いんげんのごま和え																														*
		②じゃがいもとごぼうのきんぴら																														
		③きのこベーコンのソテー 吉野汁					*	*												*		*					*					
18	火	①酢豚	*																			*										
		②生揚げの生姜煮																		*												
		③長ねぎの味噌チーズ焼き					*	*																					*			
		もずくのスープ																		*		*										
19	水	わかめごはん																		*		*										
		①大豆の中華煮																		*		*										
		②小松菜のじゃこ炒め																														
		③南瓜のふくめ煮 果物(みかん)																														
20	木	①太刀魚の麩焼き																														
		①白菜のおかか和え																			*		*						*			
		②揚げ焼きそば	*																													
		③蒸ししょうまい けんちん汁	*																	*		*										
21	金	①南蛮煮																			*											
		②春雨入り野菜ソテー				*	*													*		*					*					
		③いかのガーリック炒め										*								*		*										
		磯香汁																		*		*										
24	月	①カツ煮	*		*														*		*											
		②小松菜の煮びたし																	*		*											
		③ピリ辛こんにゃく																	*		*											
		デザート(ワインゼリー)																		*		*										
25	火	①鶏肉のフレーク焼き			*															*						*						
		①ブロッコリーの塩ゆで																				*										
		②キャベツとウインナーのソテー																				*										
		③さつまいものレモン煮 かぶとベーコンのスープ				*	*													*		*				*						
26	水	①カレー	*		*														*		*				*		*					
		②白菜の華風漬け																		*		*				*						
		③ひじきのソテー			*	*													*		*				*							
27	木	①めかじきのバター焼き				*																										
		①きんぴらごぼう																													*	
		②コロッケ	*																	*		*										
		③キャベツの煮びたし ごま汁																		*		*				*					*	
28	金	①親子煮	*		*															*												
		②じゃがいものチーズ焼き			*	*																				*						
		③もやしのゆかり和え																								*						
		野菜スープ			*	*														*		*				*						
31	月	①マーボー豆腐																	*		*											
		②春巻き	*																*		*											
		③ナムル																		*		*										*
		春雨スープ																		*		*										

料理名について  
 いる番号は、  
 ランチボックスに  
 入る位置です。

