

5月給食弁メニュー表 アレルギー物質特定原材料7品目一覧  
(卵・乳成分・小麦・えび・かに・**落花生**・そば)

\*メニュー下部の表示は、アレルギーとカロリー(kcal)/塩分(g)です

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
		1 鶏の唐揚げ 油淋鶏ソース 牛肉と白滝のしぐれ煮 シェルマカロニサラダ 青菜の胡麻和え チーズ卵、漬物	2 豆腐のふわふわ揚げ、イカ天 坦々茄子 コールスローサラダ 豆と豆乳のサラダ 若竹煮、漬物	3 お休み(憲法記念日)
		卵、乳成分、小麦、かに 607kcal/4.0g	卵、乳成分、小麦 480kcal/3.7g	
6 お休み(振替休日)	7 黒毛和牛メンチカツ 鶏肉とブロッコリーのオイスター炒め 山菜そばサラダ ほうれん草のお浸し ひじき煮、漬物	8 美味しい魚 銀鮭の塩焼き チーズ入りグラタンコロッケ ※ソースは付いておりません 蒸し鶏とポテトのマヨサラダ 砂肝ときゃべつのガーリック炒め、漬物 人参とコーンの胡麻和え、切干大根煮	9 人気 大きなエビカツ タルタルソースパック キーマカレー 花野菜の明太サラダ いんげんのおかか和え 蓮根の青さ粉炒め、漬物	10 鶏の唐揚げ スタミナソース けんちょう(豆腐と大根の煮物) 茄子とベーコンのトマト炒め 野沢菜ともやしのおえ物 かぼちゃサラダ、漬物
	卵、乳成分、小麦、そば 432kcal/4.0g	卵、乳成分、小麦 461kcal/2.8g	卵、乳成分、小麦、えび 392kcal/2.8g	卵、乳成分、小麦 422kcal/3.0g
13 人気 厚切りローストンカツ ポパイエッグ 緑野菜のチョレギサラダ カリフラワーのゆかり和え 蒟蒻のゆず味噌煮、漬物	14 ハンバーグ トマトソース 牛肉と春雨のピリ辛炒め 大葉香る春巻 さつま芋の黒胡麻和え 切干大根のサラダ、漬物	15 エビフライ2本 手作りタルタルソース 野菜炒め 小松菜とちくわの煮浸し ツナといんげんのサラダ 肉味噌ひじき、漬物	16 鶏の唐揚げ スイートチリマヨソース あさりと昆布・さつま揚げの炒め煮 <b>根菜のピーナツサラダ</b> 筍とカニカマの塩金平 赤かぶ漬物、煮豆	17 オススメ&美味しい魚 キムタクご飯風 鱈の塩焼き シェルマカロニサラダ チヂミボール 人参の白和え、漬物
卵、乳成分、小麦 412kcal/3.4g	卵、乳成分、小麦 436kcal/4.1g	卵、乳成分、小麦、えび 423kcal/3.9g	卵、乳成分、小麦、かに、 <b>落花生</b> 515kcal/3.6g	卵、乳成分、小麦、かに 552kcal/3.8g
20 ローストビーフコロッケ あさり入り野菜炒め ごぼうと人参の明太マヨサラダ カリフラワーの煮浸し 若布と枝豆の和え物、梅干	21 人気 牛肉ピビンバ、温泉卵 小海老とくわいのかき揚げ 温野菜サラダ 割干大根漬、なめたけカップ	22 豚ヒレカツ 胡麻味噌ソース イカとニンニクの芽の中華炒め スモークチキンサラダ 青菜のお浸し ひじき煮、漬物	23 美味しい魚 銀鮭の塩焼き 鶏の唐揚げ ゆず醤油ソース ニラ玉 いんげんの七味マヨサラダ チャーシューもやし 切干大根煮、漬物	24 オススメ エビ天、イカ天 大根のそぼろ煮 豚バラときゃべつの塩昆布炒め マカロニサラダ 茄子の生姜和え、漬物
卵、乳成分、小麦 364kcal/3.8g	卵、乳成分、小麦、えび 572kcal/3.5g	卵、乳成分、小麦 377kcal/3.5g	卵、乳成分、小麦 462kcal/3.3g	卵、乳成分、小麦、えび 408kcal/2.3g
27 ハンバーグ なめたけおろしソース 鱈の竜田揚げ 帆立とパスタのガーリックソテー 人参とチーズのサラダ 小松菜のピーナツ和え、漬物	28 人気 三元豚ロースカツ デミソース 牛肉とごぼうのオイスター炒め ちくわときゃべつのおかかマヨ和え ハムとカリフラワーのサラダ 五目豆、漬物	29 鶏のマヨ焼き オーロラソース 伊予美人里芋コロッケ ※ソースは付いておりません 大根とベーコンのコンソメ煮 カニカマと胡瓜・もやしのサラダ ほうれん草の胡麻和え、漬物	30 オススメ 豚バラ葱塩炒め エビ天、蓮根天 山菜と油揚げの煮物 ブロッコリーのミモザサラダ きゃべつの梅和え、漬物	31 美味しい魚 銀ヒラスの西京焼き 肉餃子 野菜入り黒酢あん プチプチ海藻サラダ いんげんの山椒マヨ和え ツナとえのきの塩炒め、漬物
卵、乳成分、小麦、 <b>落花生</b> 392kcal/3.8g	卵、乳成分、小麦 537kcal/3.2g	卵、乳成分、小麦、かに 499kcal/3.0g	卵、乳成分、小麦、えび 526kcal/3.5g	卵、乳成分、小麦 334kcal/2.9g

・米は国産米を使用しております。・ここに表示されているカロリーは、ライスを含んでおりません。ライスのカロリーは約343kcalです。  
検査の基準は東京都指導の数値よりもさらに厳しくし、より安全な商品作りに努力しています。