		7月12日（月）	7月13日（火）	7月14日（水）	7月15日（木）	7月16日（金）	7月17日（土）	7月18日（日）
朝食	主食	ライス	パン	ライス	パン	ライス	パン	パン
		アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに
			乳		卵 乳		卵 乳	卵 乳
	副食	和風スクランブル	ツナサラダ	筑前煮	フランクソーセージ	温泉卵	目玉焼き	エッグサラダ
		アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに
		卵 卵	卵	小麦	乳	卵 卵 卵	卵 卵	卵 卵 卵
		がんもの煮物	ベーコン	納豆	オムレツ	しのだ巻き	ハムとチーズ	ウインナー
		アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに
		卵	卵	小麦 卵 卵	卵 卵 卵	小麦	卵 卵 卵	卵 卵 卵
	サラダバー	きゅうり、さつまいもサラダ、のり佃煮	アボカド、エンドウ、パンプキンサラダ	オクラ、コーンマヨ、しそ昆布	ブロッコリー、ヤングコーン マカロニサラダ	カリフラワー、ポテトサラダ、高菜	枝豆、アボカド、スパゲッティサラダ	パプリカ、海草サラダ、ごぼうサラダ
		アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに
		卵 卵	卵	卵 卵	卵 卵 卵	卵 卵 卵	卵 卵 卵	卵 卵 卵
	汁物	いんげんと麩の味噌汁	彩りクリームスープ	チンゲン菜と玉葱の味噌汁	パンプキンスープ	冬瓜と春菊の味噌汁	ミネストローネ	コーンスープ
		アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに
		卵	卵 卵		卵 卵		卵 卵	卵 卵
	飲物		牛乳		牛乳		牛乳	牛乳
		アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに
			乳		卵 乳		卵 乳	卵 乳
栄養価		エネルギー 669kcal / たんぱく質 16.2g / カルシウム 60mg / 鉄 1.7mg / 食塩相当量 3.8g	エネルギー 885kcal / たんぱく質 29.6g / カルシウム 289mg / 鉄 1.7mg / 食塩相当量 4.5g	エネルギー 729kcal / たんぱく質 22.7g / カルシウム 114mg / 鉄 2.8mg / 食塩相当量 4.8g	エネルギー 882kcal / たんぱく質 34.9g / カルシウム 288mg / 鉄 1.4mg / 食塩相当量 5.2g	エネルギー 661kcal / たんぱく質 21.2g / カルシウム 153mg / 鉄 2.8mg / 食塩相当量 3.1g	エネルギー 673kcal / たんぱく質 28.2g / カルシウム 359mg / 鉄 1.3mg / 食塩相当量 4.4g	エネルギー 805kcal / たんぱく質 26.4g / カルシウム 276mg / 鉄 1.0mg / 食塩相当量 6.2g
昼食	給食	中1・3、高1・3	中1・2、高2・3	中2・3、高1・2	中1・3、高1・3	中1・2、高2・3	全学年	全学年
	お弁当	中2・高2	中3、高1	中1・高3	中2・高2	中3、高1		
	主食	ライス	パン	ライス	ライス	ライス	ライス	ライス
		アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに
	メイン	ささみチーズカツ	ソース焼きそば	麻婆豆腐丼	チキンカレー	鮭の西京焼き	牛肉の甘辛煮	豚肉のレモンペッパーグリル
		アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに
		卵 乳	卵 えび	卵	卵 卵		卵	
	小鉢	オクラの梅和え	オニオンフライ	なすの揚げ浸し	コールスローサラダ	こんにゃくごぼう煮	ブロッコリーのおかか和え	いんげんのごま醤油がけ
		アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに
		小麦	卵 乳	小麦	卵 卵 卵	小麦	小麦	小麦
		アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに
	汁物	春菊とえのきの味噌汁	かき玉汁	12種野菜のスープ	わかめスープ	ほうれん草と麩の味噌汁	野菜スープ	大根葉と油揚げの味噌汁
		アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに
			卵 卵	卵		小麦	小麦 卵	
	飲物	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		
		アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに
		乳	乳	乳	乳	乳		
栄養価		エネルギー 812kcal / たんぱく質 34.2g / カルシウム 330mg / 鉄 1.5mg / 食塩相当量 3.5g	エネルギー 1171kcal / たんぱく質 36.2g / カルシウム 353mg / 鉄 3.0mg / 食塩相当量 10.1g	エネルギー 1312kcal / たんぱく質 32.0g / カルシウム 395mg / 鉄 3.8mg / 食塩相当量 6.9g	エネルギー 935kcal / たんぱく質 30.1g / カルシウム 316mg / 鉄 2.4mg / 食塩相当量 5.8g	エネルギー 756kcal / たんぱく質 37.8g / カルシウム 293mg / 鉄 1.7mg / 食塩相当量 2.4g	エネルギー 944kcal / たんぱく質 29.8g / カルシウム 73mg / 鉄 3.5mg / 食塩相当量 5.0g	エネルギー 789kcal / たんぱく質 31.8g / カルシウム 94mg / 鉄 2.2mg / 食塩相当量 2.6g
夕食	主食	ライス	ライス	混ぜご飯(わかめひじき)	ライス	ライス	ライス	ライス
		アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに
				小麦				
	主菜	ポークチャップ	鶏肉のオーブン焼き タルタルソース	白身魚のフリット　照り焼きソース	豚キムチ炒め	鶏の唐揚げ	豆腐ハンバーグ　和風ソース	エビチリと春巻
		アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに
		卵 乳	卵	卵 卵 卵	小麦 かに	卵 卵	卵 卵	卵 卵 卵 えび
	副菜	蓮根と竹輪のきんぴら	ピリ辛こんにゃく	人参と白菜の胡麻和え	さやえんどうの中華風味	れんこんの明太マヨ和え	大学芋	切干大根煮
		アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに
		卵 卵 えび	小麦	小麦	小麦	卵	小麦	卵 卵
	飲物・デザート	フルーチェ　ミックスオレンジ		牛乳		牛乳	牛乳	牛乳
		アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに
		乳		乳		乳	乳	乳
	汁物	中華スープ	小松菜と大根の味噌汁	きのこ汁	大根葉となすの味噌汁	春雨スープ	にらともやしの味噌汁	小松菜とかぼちゃの味噌汁
		アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	アレルギー：小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに
栄養価		エネルギー 898kcal / たんぱく質 34.4g / カルシウム 96mg / 鉄 2.4mg / 食塩相当量 3.6g	エネルギー 905kcal / たんぱく質 36.0g / カルシウム 100mg / 鉄 2.4mg / 食塩相当量 3.4g	エネルギー 820kcal / たんぱく質 35.7g / カルシウム 329mg / 鉄 1.3mg / 食塩相当量 4.8g	エネルギー 732kcal / たんぱく質 28.0g / カルシウム 94mg / 鉄 2.2mg / 食塩相当量 3.5g	エネルギー 974kcal / たんぱく質 41.2g / カルシウム 283mg / 鉄 2.1mg / 食塩相当量 2.2g	エネルギー 966kcal / たんぱく質 27.2g / カルシウム 274mg / 鉄 1.2mg / 食塩相当量 4.9g	エネルギー 1191kcal / たんぱく質 33.5g / カルシウム 403mg / 鉄 2.7mg / 食塩相当量 5.8g
一日計栄養価		エネルギー 2379kcal / たんぱく質 84.8g / カルシウム 486mg / 鉄 5.6mg / 食塩相当量 10.9g	エネルギー 2961kcal / たんぱく質 101.8g / カルシウム 742mg / 鉄 7.1mg / 食塩相当量 18.0g	エネルギー 2861kcal / たんぱく質 90.4g / カルシウム 838mg / 鉄 7.9mg / 食塩相当量 16.5g	エネルギー 2549kcal / たんぱく質 93.0g / カルシウム 698mg / 鉄 6.0mg / 食塩相当量 14.5g	エネルギー 2391kcal / たんぱく質 100.2g / カルシウム 729mg / 鉄 6.6mg / 食塩相当量 7.7g	エネルギー 2583kcal / たんぱく質 85.2g / カルシウム 706mg / 鉄 6.0mg / 食塩相当量 14.3g	エネルギー 2785kcal / たんぱく質 91.7g / カルシウム 773mg / 鉄 5.9mg / 食塩相当量 14.6g

＊食材の都合により、メニューを変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承くださいませ。