

メニュー名	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維推量	食塩相当量	卵	小麦	※小麦由来原料	乳	えび	かに	そば	落花生	くるみ	大豆	鶏肉	豚肉	牛肉	あわび	いか	さば	鮭	イクラ	山芋	松茸	オレンジ	キウイ	桃	りんご	バナナ	ゼラチン	○ナッツ	ごま	※ごま由来原料	
ホルモン揚げ	299	17.8	25.4	0.8	0.0	1.6	○	-	-	-	-	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
もつ煮込み	739	47.1	36.4	49.9	3.5	8.6	-	○	小麦	○	-	-	-	-	○	○	○	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	ごま油	
海鮮																																				
イカの姿焼き	101	21.8	1.0	0.1	0.0	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
エビの塩焼き	71	15.8	0.3	0.3	0.0	0.3	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
イイダコくるりん焼	46	9.6	0.5	0.1	0.0	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
ご飯・スープ																																				
白ご飯	387	6.9	1.0	87.8	0.6	0.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
ビビンバ	377	7.2	8.6	67.5	0.5	1.1	▲	○	小麦	○	▲	▲	-	-	○	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	-	○	-	いり胡麻	
石焼ビビンバ	452	13.3	13.7	67.6	0.5	1.3	○	○	小麦	○	▲	▲	-	-	○	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	-	○	-	いり胡麻	
クッパ	430	14.3	9.7	73.1	2.9	1.5	○	○	小麦	○	▲	▲	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	-	▲	-	▲	▲	-	▲	-	○	-	いり胡麻	
玉子スープ	143	9.2	8.4	9.0	2.5	1.4	○	○	調味料	▲	▲	▲	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	-	▲	-	▲	▲	-	▲	-	○	-	いり胡麻	
塩にんにくスープ	278	7.9	24.3	10.2	2.2	4.3	▲	○	小麦	○	▲	▲	-	-	○	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	-	-	▲	-	▲	▲	-	▲	-	○	-	いり胡麻	
トッピング																																				
ネギ塩	32	0.4	2.5	2.4	0.6	0.1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	ごま油		
おろしポン酢	28	1.5	0.1	6.1	0.8	2.5	-	○	調味料	-	-	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
オニオンライス	10	0.3	0.0	2.6	0.5	0.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
レモン汁	6	0.0	0.0	1.4	0.0	0.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
おこさま																																				
おこさまうどん	232	10.0	6.0	29.6	0.8	4.5	○	○	小麦	▲	▲	▲	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	-	▲	-	▲	▲	-	▲	-	▲	-	-	
おこさまクッパ	341	11.3	6.1	55.2	1.2	4.4	○	○	調味料	▲	▲	▲	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	-	▲	-	▲	▲	-	▲	-	▲	-	-	
おこさま焼肉プレート	516	17.6	31.2	43.0	0.4	2.9	○	○	小麦	○	▲	▲	-	-	○	○	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	-	○	-	いり胡麻
デザート																																				
杏仁豆腐イチゴソース	48	1.2	1.4	7.4	0.1	0.1	-	-	-	○	-	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	▲	-	-	-	-	-	-		
雪見だいふく	102	1.2	3.4	16.6	0.0	0.1	○	▲	-	○	-	-	-	-	▲	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
バニラアイス	132	2.7	6.9	14.6	0.1	0.1	▲	-	-	○	-	-	▲	▲	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	▲	-	
チョコアイス	130	2.8	6.6	14.2	0.0	0.1	▲	○	調味料	○	-	-	▲	▲	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	▲	-	
抹茶アイス	101	2.4	2.4	17.4	0.0	0.1	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
シューアイス(バニラ)	236	4.4	13.3	24.2	0.3	0.3	○	○	小麦	○	-	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
シューアイス(チョコ)	233	4.5	12.2	25.9	0.3	0.3	○	○	小麦	○	-	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
ライチ	32	0.5	0.1	8.2	0.5	0.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
マンゴー	32	0.3	0.1	8.5	0.0	0.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	