

※「詳細献立表」には、使用する食材と、アレルギー表示義務のある7品目及び下記の品目について表示しています。

表示義務(特定原材料)7品目		その他
卵、乳、小麦、落花生(ピーナッツ)、えび、そば、かに		くるみ、魚卵、サバ、ナッツ、貝類、甲殻類、軟体類
※ 醤油と酢に含まれる「小麦」は表示していませんが、微量の小麦成分が含まれております。		
※ 詳しい情報が必要な方、または不明な点がある場合は、給食センターまでお問い合わせください。		
※ 給食を食べる前に、必ず内容を確認してください。※ 材料、天候等により、献立を変更する場合があります。		
※ もずく、アーサ、のり、ししゃも、チリメン、カタクチイワシなどの海産物には、「エビ」「カニ」が混入している場合があります。		

日	曜日	こ ん だ て	(あか) おもに体をつくる もとなる食品	(きいろ) おもにエネルギーの もとなる食品	(みどり) おもに体の調子を 整えるもとなる食品	調味料
11	火	牛乳 カレーピラフ ポテトリョネーズ くだもの	鶏肉、ひよこ豆 ウインナー、チーズ(乳)	米、乳なしマーガリン じゃがいも、油、バター(乳)	たまねぎ、にんじん、グリーンピース、マッシュルーム、にんにく たまねぎ、にんじん、コーン、ピーマン パインアップル	
12	水	牛乳 麦ごはん シブインプシー ルクジュアとチリメンのマリネ	豚肉、豆腐、昆布、みそ 厚揚げ、チリメン	米、麦 油 卵なしマヨネーズ、さとう	とうがん、小松菜、にんじん、にら たまねぎ、きゅうり、シークワサー	
13	木	牛乳 焼きうどん コロケ えだまめサラダ ナッツと魚	豚肉、なると、油揚げ 鶏肉、大豆、脱脂粉乳、卵 ハム(乳)、ひじき カタクチイワシ	うどん(小麦)、油 じゃがいも、さとう、油、小麦粉、パン粉、でん粉 さとう、ごま アーモンド、かぼちゃの種、カタクチイワシ、さとう、ごま	しょうが、にんにく、にんじん、はくさい、小松菜、椎茸、木くらげ たまねぎ えだまめ、もやし	卵、乳、小麦
14	金	牛乳 きびごはん 和風うま煮 鯖の生姜焼き	鶏肉、厚揚げ、かまぼこ さば	米、もちきび じゃがいも、さとう、でん粉、油 ごま	にんじん、ごぼう、いんげん、こんにゃく、しいたけ しょうが	
17	月	牛乳 きびごはん マーボーへちま もやしのナムル チーズスコーン(天久小) バナナ(安岡中)	牛肉、豚肉、大豆、豆腐、みそ ヨーグルト(乳)、チーズ(乳)	米、もちきび さとう、でん粉、油、ごま油 さとう、ごま ケーキミックス(小麦、乳)、バター(乳)、さとう	にんにく、しょうが、へちま、にんじん、たまねぎ、たけのこ、椎茸、長ねぎ もやし、きゅうり、にんじん、こんにゃく バナナ	小麦
18	火	牛乳 麦ごはん チムシンジ にんじんしりしり ちくわの磯辺焼き	豚肉、油揚げ、みそ ツナ ちくわ、かつおぶし、青のり、豆乳	米、麦 じゃがいも 油 卵なしマヨネーズ	にんじん、だいこん、長ねぎ、しょうが にんじん、たまねぎ、にら	
19	水	牛乳 パーカーハウスパン レンズ豆のスープ 魚フライ コールスローサラダ	脱脂粉乳 レンズ豆、ベーコン、白いんげん豆 ホキ	小麦粉、さとう、ショートニング じゃがいも、米粉、乳なしマーガリン、油 パン粉、小麦粉、でん粉、油 卵なしマヨネーズ	たまねぎ、にんじん キャベツ、にんじん、コーン	
20	木	牛乳 麦ごはん シカムドゥチ タマナーチャンプルー なっとうみそ	豚肉、かまぼこ コンビーフハッシュ、豆腐、かつおぶし 納豆、みそ	米、麦 油 さとう、油	とうがん、こんにゃく、しいたけ キャベツ、たまねぎ、にんじん、にら	
21	金	牛乳 ジャージャー麺(麺) ジャージャー麺(肉みそ) きのこの中華スープ モウイのあえもの	豚肉、大豆、みそ 鶏肉 かつおぶし	小麦粉、油、さとう 油、さとう、でん粉、ごま油 ごま油 さとう	にんにく、しょうが、たけのこ、にんじん、たまねぎ、長ねぎ しめじ、えのき、椎茸、にんじん、ほうれん草 モーウイ、きゅうり、シークワサー	小麦 かきエキス
24	月	牛乳 五穀ごはん ビーフストロガノフ えいようづけ	牛肉、白いんげん豆 昆布	米、麦、もちきび、黒米、赤米 小麦粉、乳なしマーガリン、油 さとう	にんにく、たまねぎ、にんじん、セロリ、マッシュルーム、グリーンピース、パセリ 千切大根、にんじん、きゅうり、ゆず	小麦
25	火	牛乳 クファジュージー グルクンのシークワサーソース 白いんげん豆の白和え風	豚肉、昆布、油揚げ グルクン 白いんげん豆、みそ	米、油 でん粉、油、さとう ごま	にんじん、椎茸、ねぎ シークワサー ほうれん草、にんじん、こんにゃく、コーン	小麦
26	水	牛乳 三色丼(麦ごはん) 三色丼(肉) 三色丼(卵) 三色丼(野菜) 大根のみそ汁	豚肉、大豆 鶏糸卵 かつおぶし みそ	米、麦 さとう、油	しょうが、たまねぎ ごまつな、もやし だいこん、にんじん、椎茸、ねぎ	
27	木	牛乳 しょうゆラーメン(麺) しょうゆラーメン(スープ&具) イカの中華和え バナナ(天久小) チーズスコーン(安岡中)	豚肉、なると イカ、かまぼこ ヨーグルト(乳)、チーズ(乳)	小麦粉、油、さとう ごま油 さとう、ごま油 ケーキミックス(小麦、乳)、バター(乳)、さとう	にんじん、チンゲンサイ、長ネギ だいこん、きゅうり、ごまつな バナナ	小麦 小麦
28	金	牛乳 わかめごはん さかな汁 五目きんぴら チョコプリン	あかうお、厚揚げ、みそ 豚肉	米、麦 さとう、ごま油、ごま さとう、油	長ねぎ、椎茸、しょうが ごぼう、にんじん、こんにゃく、れんこん	
31	月	牛乳 玄米ごはん 八宝菜 お豆腐しゅうまい パンサンサー	豚肉、うずらの卵 豆腐、かまぼこ、豆乳、ひじき、大豆 ハム(乳)	米、玄米 さとう、でん粉、油、ごま油 油、さとう、小麦粉、でん粉 春雨、さとう、ごま油、ごま	しょうが、はくさい、にんじん、たまねぎ、たけのこ、きくらげ、くわい たまねぎ、にんじん、えだまめ、コーン きゅうり、もやし	小麦

じんましん、はれ



腹痛、吐き気

何歳になっても発症する！？ 食物アレルギー

今まで食物アレルギーではなかった人が、新たに症状を発症することがあります。その日の体調や運動の有無も影響します。生死にかかわる場合もありますので、食べた後にきぶんが悪くなったら、近くの先生など、大人に伝えましょう。



アナフィラキシー
血圧さがる
命にかかわる

せき、呼吸
できない

