

※「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、給食室(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
1	木	牛乳 きびごはん 大根の煮つけ 手作りふりかけ お月見ボンチ	鶏肉、厚揚げ、昆布、かまぼこ、がんもどき チリメン、かつおぶし、のり	米、もちきび 油、さとう ごま もち	こんにやく、だいこん、にんじん、いんげん ぶどう、マンゴー、オレンジ、パイナップル、人参 しめじ、にんじん、椎茸、こんにやく	
2	金	牛乳 かやくご飯 さば塩焼き 温野菜ゴマソース和え くだもの(安岡中のみ)	鶏肉、油揚げ、大豆 さば	米、油 油、さとう、ごま	ブロッコリー、カリフラワー、にんじん、コーン、りんご バナナ	
5	月	牛乳 五穀ごはん チキンストロガノフ カリフラワーサラダ	鶏肉	米、麦、もちきび、黒米、赤米 小麦粉、乳なしマーガリン、油 ごま	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 カリフラワー、いんげん、コーン、赤ピーマン	小麦 小麦
6	火	牛乳 麦ごはん シカムドゥチ フータシャー なっとうみそ	豚肉、かまぼこ ツナ 納豆、みそ	米、麦 麩(小麦)、油 さとう、油	とうがん、こんにやく、しいたけ からし菜、にんじん、たまねぎ、もやし	
7	水	牛乳 チリドック(パン) チリドック(具) キャロットスープ 黄桃缶	脱脂粉乳 ウインナー、豚肉、鶏肉、レッドキドニー、レンズ豆 鶏肉、白いんげん豆、豆乳	小麦粉、さとう、ショートニング さとう、油 じゃがいも、米粉、乳なしマーガリン	たまねぎ、にんにく、トマト にんじん、たまねぎ 黄桃(もも)	小麦
8	木	牛乳 きびごはん 中華たまごスープ レパニラ炒め 多菜包子(ターサイパオズ)	卵、アーサ、豆腐 豚肉、大豆 豚肉、鶏肉、ひじき	米、もちきび でん粉、ごま油 油、さとう、でん粉、ごま油 油、でん粉、パン粉(小麦)、さとう、ごま油、小麦粉	たけのこ、きくらげ、チンゲン菜 しょうが、にんにく、キャベツ、もやし、人参、にら キャベツ、たまねぎ、しょうが	かきエキス 乳、小麦、かきエキス
9	金	牛乳 ツナのピラフ サンマのたつた揚げ ファイバーサラダ ブルーベリーゼリー	ポーク、ツナ、ひよこ豆 さんま レンズ豆、えんどう豆、ひよこ豆、あずき	米、乳なしマーガリン でん粉、油、ごま油 玄米、きび、麦、赤米、でん粉、アーモンド、卵なしマヨネーズ、ごま、さとう さとう	たまねぎ、にんじん、グリーンピース、マッシュルーム しょうが キャベツ、きゅうり、えだまめ ブルーベリー、りんご	小麦
12	月	牛乳 麦ごはん 海鮮風ワンタンスープ 厚揚げの中華煮	ワンタン(小麦、ほたてエキス) 豚肉、厚揚げ	米、麦 ごま油 でん粉、油、ごま油	はくさい、人参、しめじ、ほうれん草、椎茸、長ねぎ しょうが、にんにく、にんじん、たまねぎ、くわい、チンゲン菜	小麦、かきエキス
13	火	牛乳 麦ごはん 呉汁 五目きんぴら ししゃもの磯辺焼き	青大豆、油揚げ、みそ 豚肉 ししゃも(魚卵)、かつお節、青のり、豆乳	米、麦 さとう、ごま油、ごま 卵なしマヨネーズ	だいこん、にんじん、かぼちゃ、椎茸、しめじ ごぼう、にんじん、こんにやく、れんこん	
14	水	牛乳 和風スパゲティ 焼きコロッケ ビーンズサラダ	ベーコン、チリメン、のり 鶏肉、大豆、脱脂粉乳、卵、大豆 ひよこ豆、えんどう豆、いんげん豆	スパゲッティ(小麦) じゃがいも、さとう、油、小麦粉、パン粉、 卵なしマヨネーズ	にんじん、たまねぎ、しめじ、えのき、ほうれん草、赤ピーマン たまねぎ ブロッコリー、キャベツ	卵、乳、小麦 小麦
15	木	牛乳 麦ごはん シブインブシー にんじんしりしり	豚肉、豆腐、昆布、みそ ツナ	米、麦 油 油	とうがん、こまつな、にんじん、にら にんじん、たまねぎ、にら	
20	火	牛乳 五穀ごはん 秋のきのこカレー カリフラワーのマリネ 県産冷凍マンゴー	鶏肉、白いんげん豆	米、麦、もちきび、黒米、赤米 じゃがいも、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、しめじ、マッシュルーム、エリンギ、グリーンピース カリフラワー、きゅうり、コーン、レモン マンゴー	小麦
21	水	牛乳 麦ごはん 春雨スープ チンジャオロースー 揚げ青じそ餃子	豆腐 豚肉 豚肉、鶏肉、大豆	米、麦 春雨、でん粉、ごま油 さとう、でん粉、油 ごま油、パン粉、でん粉、小麦粉、油	はくさい、きくらげ、にんじん、ねぎ ピーマン、たけのこ、にんじん、もやし、しょうが キャベツ、青じそ、にら、長ネギ、しょうが、にんにく	かきエキス 小麦、乳、かきエキス
22	木	牛乳 秋の香りごはん 魚のもみじ焼き えいようづけ	鶏肉、油揚げ かじき 昆布	米、くり、油 卵なしマヨネーズ、さとう さとう	にんじん、椎茸、しめじ、えだまめ にんじん、パセリ 千切大根、にんじん、きゅうり、ゆず	
23	金	牛乳 黒米ごはん 中身汁 クービリチー ちんすこう	豚肉、豚中身 豚肉、昆布、かまぼこ	米、黒米 さとう、油 小麦粉、さとう、油	しいたけ、こんにやく、しょうが こんにやく	
26	月	牛乳 スパゲティナポリタン ほうれん草オムレツ ポテトナッツサラダ	ベーコン たまご	スパゲッティ(小麦)、油 油、でん粉 じゃがいも、アーモンド、卵なしマヨネーズ	にんにく、人参、たまねぎ、ピーマン、しめじ、トマト ほうれん草 にんじん、ブロッコリー	
27	火	牛乳 麦ごはん 鶏汁 マーミナーチャンプルー カエリあまから	鶏肉 ツナ、豆腐、かつおぶし カエリ、大豆	米、麦 油 アーモンド、ごま、はちみつ、さとう	とうがん、にんじん、こまつな、しょうが もやし、たまねぎ、にんじん、にら	
28	水	牛乳 お芋のジュシー 黒はんぺんフライ ほうれんそうの白和え	豚肉、油揚げ いわし、すり身、卵、アーサ、大豆 豆腐、みそ	米、さつまいも、油 でん粉、油、パン粉、小麦粉、さとう	にんじん、椎茸、ねぎ たまねぎ、しょうが ほうれん草、にんじん、コーン	小麦、卵、乳
29	木	牛乳 あおなごごはん 沢煮椀 おからイリチー スナックアーモンド	昆布、みそ、かつおぶし 豚肉、油揚げ おから、豚肉	米、麦、さとう、でん粉 油 アーモンド、油	青菜 にんじん、えのき、ごぼう、たけのこ、しょうが にんじん、たまねぎ、にら、きくらげ	
30	金	牛乳 なかよしパン 麦入りパンキンスープ ハンバーグきのこソース	脱脂粉乳 鶏肉、白いんげん豆、豆乳 ハンバーグ	小麦粉、さとう、ショートニング じゃがいも、麦、米粉、乳なしマーガリン 油	かぼちゃ、にんじん、たまねぎ しめじ、椎茸、えのきたまねぎ	小麦