

※「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8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）8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	カシューナッツ、くるみ、イクラ、イカ、タコ、ほたて、大麦

※ 醤油と酢に含まれる「小麦」は表示しておりませんが、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。
※ 配合表を基に表記しているため、表示義務8品目以外の食品については表記されていない場合もあります。
※ 給食で使用するもずくやアーサ、チリメンなどにエビ・カニが混ざる可能性があります。

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	調味料由来
1	木		むぎごはん		米,大麦		
			ポークカレー	豚肉,鶏レバー	油,じゃがいも,小麦粉	しょうが,にんにく,玉ねぎ,人参,なす	小麦
			キャベツわかめサラダ	ちくわ,わかめ	砂糖,卵なしマヨネーズ	キャベツ,きゅうり	
			りんご			りんご	
2	金		たけのこごはん	鶏肉,かまぼこ,油揚げ	米,油,ごま油	たけのこ,人参,長ねぎ	
			とりのからあげ	鶏肉	でんぶん,米粉,油		
			いんげんのごま和え	ちくわ,糸けずり	ごま,砂糖,ごま油	いんげん,もやし,こんにゃく,にんじん	
			かしわもち	あずき	米粉,砂糖,でんぶん,油		
7	水		牛ゴボウたきこみごはん	牛肉,油揚げ	米,油	しょうが,にんにく,ごぼう,人参,ねぎ	
			ほうれん草のみそ汁	豆腐,わかめ,麦みそ(大麦)白みそ		ほうれんそう,大根	
			もやしのごまあえ	かまぼこ	砂糖,ごま,ごま油	もやし,きゅうり,人参,こんにゃく	
			ミルメーク		砂糖,ココア		
8	木		わかめごはん		米,砂糖	わかめ	
			厚揚げと冬瓜のにももの	あつあげ,ちくわ	砂糖	冬瓜,人参,こんにゃく,いんげん	
			とりレンコンつくね	鶏肉,大豆	油,パン粉,砂糖,でんぶん	玉ねぎ,レンコン,しょうが	小麦,魚介エキス
			ゴーヤーチップス		でんぶん,米粉,油	ゴーヤー	
9	金		黒糖パン	スキムミルク(乳)	小麦粉,黒糖,油		
			うちなーきのごしチュー	鶏肉,スキムミルク(乳)	じゃがいも,小麦粉,油,生クリーム(乳)	エリンギ,えのきたけ,玉ねぎ,人参	小麦,乳
			ささみチーズフライ	鶏肉,チーズ(乳)	小麦粉,パン粉(小麦),油,でんぶん	ほうれんそう	
			キャベツコーンサラダ		卵なしマヨネーズ,砂糖	キャベツ,人参,きゅうり,コーン	
12	月		ミートソースパゲッティ	豚肉,牛肉,鶏レバー,大豆	スパゲッティ(小麦),油	にんにく,玉ねぎ,マッシュルーム,トマト	小麦
			ポテトのチーズがらめ	チーズ(乳),ウインナー	じゃがいも,油	玉ねぎ,人参	
			いوردりサラダ	まぐろ	卵なしマヨネーズ,砂糖	ブロッコリー,きゅうり,キャベツ,人参,コーン	
			アセロラゼリー		砂糖,でんぶん	アセロラ	
13	火		ごはん		米		
			中華コーンスープ	ハム(乳),かまぼこ	でん粉	コーン,玉ねぎ,人参	
			はるまき	豚肉,大豆	油,小麦粉,砂糖,でんぶん,春雨	キャベツ,人参,玉ねぎ,しょうが	
			パンパンジー	鶏肉,白みそ	ごま,卵なしマヨネーズ,砂糖,ごま油	きゅうり,もやし,こんにゃく	
14	水		むぎごはん		米,大麦		
			もずく丼	もずく,豚肉,大豆	油,砂糖,でんぶん	しょうが,玉ねぎ,人参,赤ピーマン,ピーマン,コーン	
			チムシンジ	豚肉,鶏レバー,チキアギ	油,じゃがいも	にんにく,しょうが,人参,にら	
			オレンジ			オレンジ	
15	木		ゆかりごはん		米,砂糖	しそ	
			イナムドゥチ	豚肉,かまぼこ,甘口白みそ	ごま	こんにゃく,しいたけ	
			クービーリチー	豚肉,昆布,かまぼこ,油揚げ	砂糖,油	千切大根,こんにゃく,人参	
			手作り黒糖アガラサー	豆乳	小麦粉,黒糖,砂糖,油		
16	金		げんまいごはん		米,げんまい		
			おやこ丼	卵,鶏肉	砂糖,油,でんぶん	玉ねぎ,長ねぎ,人参	
			とうふサラダ	まぐろ,豆腐	砂糖,ごま,卵なしマヨネーズ	キャベツ,人参	
			りんご			りんご	
19	月		ごはん		米		
			ゆしどうふのみそ汁	ゆし豆腐,白みそ,赤みそ(大麦)		とうがん,小松菜,にんにく	
			ぶたしょうがいため	豚肉	砂糖,でん粉,油	しょうが,キャベツ,ピーマン,玉ねぎ,人参	
			手作りかぼちゃクッキー	豆乳	小麦粉,でんぶん,砂糖,油	かぼちゃ	
20	火		ひじきジュシー	豚肉,かまぼこ,ひじき	米,油	人参,しいたけ,ねぎ	
			とり汁	鶏肉,油揚げ		とうがん,こんにゃく,しょうが	
			きゅうりのツナごまあえ	まぐろ	砂糖,ごま油,ごま	きゅうり,もやし	
			ソフル元気ヨーグルト	スキムミルク(乳) 寒天,ゼラチン	砂糖		
21	水		ごはん		米		
			マーボー大根	豚肉,大豆,豆腐,赤みそ(大麦)	油,砂糖,でんぶん	にんにく,しょうが,大根,玉ねぎ,人参,にら,木くらげ	小麦,かきほたてエキス
			ターサイパオズ	豚肉,鶏肉,ひじき	油,パン粉(小麦),でんぶん,砂糖	キャベツ,玉ねぎ,しょうが	小麦,かきエキス
			はるさめ海そうサラダ	かまぼこ,わかめ,こんぶ,とさかのり,ふのり	マロニー,砂糖,ごま油	ほうれんそう,もやし,にんじん	
22	木		バーガーパン	スキムミルク(乳)	小麦粉,砂糖,油		
			ブロッコリーシチュー	鶏肉,スキムミルク(乳)	油,じゃがいも,小麦粉,生クリーム(乳)	ブロッコリー,玉ねぎ,人参	小麦,乳
			カツオフライ	かつお	パン粉(小麦),油,砂糖,でん粉		
			チーズコールスロー	チーズ(乳)	卵なしマヨネーズ,砂糖	キャベツ,きゅうり,コーン	
23	金		あおなごはん	かつお節	米,砂糖	広島菜,京菜,大根葉	
			厚揚げとじゃが芋のにももの	あつあげ,豚肉	じゃがいも,砂糖	玉ねぎ,人参,いんげん	
			ちくわのいそべやき	ちくわ,かつお節,青のり	卵なしマヨネーズ,でんぶん,油		
			オレンジ			オレンジ	
27	火		むぎごはん		米,大麦		
			ポークハヤシライス	豚肉,チーズ(乳)	油,小麦粉	にんにく,玉ねぎ,人参,マッシュルーム,トマト	小麦
			大根コーンサラダ	まぐろ	卵なしマヨネーズ,砂糖	大根,きゅうり,コーン	
			紅芋豆乳アイスクリーム	豆乳	砂糖,油,紅芋		
28	水		きびごはん		米,きび		
			冬瓜のくず煮	つくね(小麦)	砂糖,でん粉,油	とうがん,玉ねぎ,人参,しいたけ,いんげん	
			ゴーヤーチャンプルー	卵,豚肉,豆腐	油	ゴーヤー,人参,もやし	
			なっとうみそ	納豆,麦みそ(大麦)白みそ,かつお節	砂糖,油		
29	木		チャーハン	鶏肉,かまぼこ	米,油,ごま油	にんにく,人参,長ねぎ	
			厚揚げのチリソースいため	あつあげ	油,砂糖,でんぶん	にんにく,しょうが,キャベツ,玉ねぎ,たけのこ,しいたけ,人参,いんげん	小麦
			きゅうりのあえもの	かまぼこ	砂糖,ごま油	きゅうり,こんにゃく,もやし	
			ナン		小麦粉,油,砂糖		
30	金		トマトキーマカレー	鶏肉,鶏レバー,大豆	油,小麦粉,じゃがいも	しょうが,にんにく,トマト,玉ねぎ,人参	小麦
			ブロッコリーのじゃこサラダ	しらす	卵なしマヨネーズ,砂糖	玉ねぎ,きゅうり,にんじん,ブロッコリー	
			バナナ(1/2)			バナナ	