

# 令和3年5月 詳細献立表(アレルギー) 神原学校給食センター 917-3479

学校給食の E=エネルギー P=タンパク質 F=脂質  
基準量 650 Kcal 21.1~32.5 g 14.4~21.7g

※「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	さば、いか、貝類、くるみ

※ 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。

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
6	木	牛乳 きびごはん イナムドゥチ こいのぼりバーグ ウサチ かしわもち	ぶたにく、かまぼこ、みそ	こめ、もちぎび	しいたけ、こんにゃく	
			鶏肉、豚肉、大豆	でんぷん、さとう	たまねぎ、にんにく、しょうが	
7	金	牛乳 むぎごはん 肉もほろごはん はるさめスープ 紅いもだんご	ぶたにく、ひよこ豆	こめ、むぎ さとう、あぶら、でんぷん	たまねぎ、にんじん、ピーマン、コーン、 こんにゃく、しょうが	
			わかめ	はるさめ、でんぷん	しいたけ、チンゲンサイ	
10	月	牛乳 むぎごはん マーボー豆腐 中華あえ	とうふ、ぶたにく、ぶたレバー、みそ	こめ、むぎ ごま油、でんぷん	たまねぎ、にんじん、ねぎ、しいたけ、に んにく、しょうが	小麦
			とり、わかめ	ごま油、さとう	きゅうり、もやし	
11	火	牛乳 黒糖パン 白花豆スープ ブロッコリーソテー りんご	脱脂粉乳(乳)	こむぎこ、さとう、こくとう、ショートニ ング		
			ベーコン、とり、くだいず、白花豆 白 いんげん豆	じゃがいも、米粉、乳なしマーガリン	たまねぎ、にんじん、えだまめ、にんにく	
12	水	牛乳 きびごはん チキンカレー フルーツアセロラポンチ	とり、ぶたレバー	こめ、もちぎび じゃがいも、あぶら、米粉、乳なしマー ガリン	にんじん、たまねぎ、グリーンピース、セロ リー、にんにく	乳、小麦、ウージ
				もち米粉、でんぷん、さとう	パイン、みかん、黄桃、りんご果汁、ア セロラ果汁	
13	木	牛乳 むぎごはん けんちん汁 レンコン入り平つくね 野菜おから	とうふ、あぶらあげ	こめ、むぎ さといも、ごま油	だいこん、にんじん、ごぼう、こんにゃく、 長ねぎ	
			とり、くだいず	油、パン粉(小麦)、でんぷん、さとう	たまねぎ、れんこん、しょうが	小麦
14	金	牛乳 きびごはん ゆし豆腐 魚のみそマヨ焼き ウンチューいため	ゆし豆腐 ホキ、みそ ツナ	こめ、もちぎび たまごなしマヨネーズ あぶら	ねぎ ウンチュー、えのきたけ、にんじん、もや し	
17	月	牛乳 きびごはん ハヤシライス カラフルサラダ	ぎゅうにく、ぶたレバー	こめ、もちぎび じゃがいも、米粉、乳なしマーガリン、あ ぶら	にんじん、たまねぎ、グリーンピース、に んにく	小麦
				ドレッシング(小麦)	赤ピーマン、ブロッコリー、コーン、しめ じ	
18	火	牛乳 むぎごはん 肉じゃが いわしのかりかりフライ	ぶたにく	こめ、むぎ じゃがいも、さとう、あぶら	にんじん、こんにゃく、たまねぎ、グリーン ピース	
			いわし	あぶら、さとう、米粉パン粉(小麦)、 でんぷん、玄米粉、じゃがいも	しょうが	
19	水	牛乳 きゅうりのおかか和え 沖繩そば(麵) 沖繩そば(汁) 沖繩そば(野菜) パインイヤーのツナあえ	かつおぶし	ごま油 こむぎこ、あぶら	きゅうり、だいこん	
			ぶたにく、かまぼこ ツナ	あぶら さとう、ドレッシング(小麦)	からしな、にんじん、もやし パパイア、きゅうり	
20	木	牛乳 きびごはん 豚ねぎどん きゅうりとわかめあえ	ぶたにく、かまぼこ	こめ、もちぎび あぶら、さとう、ごま油、ごま	長ねぎ、たまねぎ、にんじん、しめじ、え のきたけ、しょうが、ねぎ	
			わかめ	さとう	きゅうり、もやし	
21	金	牛乳 高菜チャーハン とんかつ アーモンド和え	ハム(乳) 豚肉	こめ、ごま油、あぶら あぶら、パン粉(小麦)、大豆粉	高菜漬(大豆)、たまねぎ、にんじん	小麦
				アーモンド、ドレッシング(小麦)	こまつな、もやし、にんじん	
24	月	牛乳 わかめごはん 冬瓜のにつけ 魚のてりやき ごぼうサラダ	わかめ ぶたにく、こんぶ、あつあげ	こめ、さとう あぶら、さとう	とうがん、こんにゃく、にんじん、いんげ ん、こんにゃく	
			ホキ ひじき、とりにく	さとう、でんぷん たまごなしマヨネーズ、ドレッシング (小麦)、さとう	しょうが ごぼう、にんじん、きゅうり	
25	火	牛乳 むぎごはん もずくのみそ汁 干切りイリチー 味付のり	もずく、とうふ、みそ	こめ、むぎ	だいこん	
			こんぶ、あぶらあげ、ぶたにく のり、こんぶ、かつおぶし	さとう、あぶら さとう	だいこん、にんじん、こんにゃく	
26	水	牛乳 チキンとトマトのスパゲティー メンチカツ フルーツ白玉	とりにく	スパゲッティ(小麦)、あぶら、さとう	にんじん、たまねぎ、小松菜、にんにく、 トマト	小麦
			豚肉、大豆	あぶら、パン粉(小麦)、でんぷん、さとう さとう、もち米粉、でんぷん	キャベツ、たまねぎ みかん、パイン、黄もも、洋なし、ぶど う、パイン、さくらんぼ	小麦
27	木	牛乳 きびごはん 鶏肉とれんこんの甘辛煮 ナムル	とりにく、くだいず、かまぼこ	こめ、もちぎび あぶら、さとう	れんこん、にんじん、しいたけ、いんげ ん、こんにゃく	
				さとう、ごま油、ごま	チンゲンサイ、もやし、にんじん、きくら げ	
28	金	牛乳 油みそ むぎごはん だいこんのみそ汁 きんぴらごぼう 山芋入りとうろくハンバーグ	ぶたにく、みそ	さとう、あぶら こめ、むぎ		
			みそ かまぼこ	さとう、あぶら、ごま、ごま油	だいこん、こまつな、えのきたけ、ねぎ ごぼう、にんじん、こんにゃく	
31	月	牛乳 きびごはん 豚汁	とりにく、大豆、魚すりみ、とうふ	あぶら、さとう、でんぷん、やまいも こめ、もちぎび	れんこん、たまねぎ、にんじん、ねぎ	
			ぶたにく、あつあげ、みそ	さといも	だいこん、ねぎ、こんにゃく、にんじん、し い	