

令和3年12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=たんぱく質 F=脂質
基準量 650 Kcal 21.1~32.5g 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		いか、貝類
※ 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。		※ 給食を食べる前に、必ず内容を確認してください。
※ 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		※ 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
1	水	牛乳 チャーハン 厚揚げのアーサあんかけ 春雨とササミの中華和え	たまご、ぶたにく	こめ、あぶら、ごま油 さとう、でんぷん はるさめ、さとう、ごま油、ごま	たまねぎ、にんじん、レタス、ねぎ、にんにく、しょうが しょうが きゅうり、にんじん	小麦
2	木	牛乳 むぎごはん だいこんのみそ汁 くるま鮓と鶏肉のナゲット ビーンズサラダ	みそ とりにく、ふ ひよこ豆、えんどうまめ、いんげんまめ、ハム	こめ、むぎ あぶら ドレッシング	だいこん、こまつな、えのきたけ、ねぎ にんにく きゅうり、キャベツ、コーン	小麦
3	金	牛乳 黒糖パン 白菜のクリームに 白身魚フライ バナナ	脱脂粉乳(乳) とりにく、豆乳 ホキ	こむぎこ、さとう、こくとう、ショートニング じゃがいも、あぶら、こむぎこ、乳なしマーガリン あぶら、でんぷん、パン粉(小麦)小麦粉	はくさい、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、パセリ バナナ	小麦、乳 小麦
6	月	牛乳 むぎごはん 親子丼 アーモンド和え	とりにく、たまご	こめ、むぎ あぶら、さとう アーモンドドレッシング(小麦)	たまねぎ、にんじん、長ねぎ、こんにゃく、しいたけ、えだまめ、にんにく こまつな、もやし、にんじん	
7	火	牛乳 野菜そば(めん) 野菜そば(汁) 野菜そば(野菜) まぐろフライ みかん	ぶたにく、かまぼこ まぐろ	こむぎこ、あぶら あぶら パン粉(小麦)、あぶら	にんじん からしな、にんじん、もやし みかん	小麦
8	水	牛乳 きびごはん スピニッチカレー フルーツナタデココ	とりにく、ぶたレバー、白花生 白いんげん豆	こめ、もちきび じゃがいも、あぶら、乳なしマーガリン、こむぎこ さとう	にんじん、たまねぎ、ほうれんそう、セロリ、にんにく みかん、パイナップル、黄もも、洋なし、ぶどう、さくらんぼ、ナタデココ	小麦
9	木	牛乳 むぎごはん 魚そうめん汁 豚キムチいため	魚そうめん ぶたにく	こめ、むぎ ごま、あぶら、さとう、ごま油	しいたけ、にんじん、ねぎ 白菜キムチ(小麦、そば)、はくさい、にんじん、たまねぎ、にんにく、しょうが	
10	金	牛乳 きびごはん ピーナストロガノフ キャベツサラダ	ぎゅうにく、ぶたレバー	こめ、もちきび じゃがいも、あぶら、こむぎこ、乳なしマーガリン ドレッシング	たまねぎ、にんじん、しめじ、ブロッコリー、にんにく キャベツ、にんじん、きゅうり	小麦
13	月	牛乳 わかめごはん かきたま汁 サバのしおこうじ焼き ほうれんそうときのこのサラダ	わかめ たまご、とうふ さば	こめ、さとう でんぷん	こまつな ほうれんそう、きゅうり、しめじ	
14	火	牛乳 むぎごはん マーボー大根 中華あえ シークワサーゼリー	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 ごま油、さとう さとう	だいこん、たまねぎ、にんじん、ねぎ、しいたけ、しょうが、にんにく きゅうり、もやし シークワサー果汁	小麦
15	水	牛乳 きびごはん じゃが芋のカレーそば煮 納豆 大根とちくわの和え物	ぶたにく だいず かまぼこ、わかめ	こめ、もちきび じゃがいも、さとう、あぶら さとう ドレッシング(小麦)	にんじん、しいたけ、こんにゃく、たまねぎ、えだまめ だいこん、こまつな	小麦
16	木	牛乳 むぎごはん わかめスープ 酢豚	わかめ、とうふ ぶたにく	こめ、むぎ ごま、ごま油 さとう、でんぷん、あぶら、ごま油	長ねぎ、だいこん しょうが、にんにく、たまねぎ、しいたけ、にんじん、たけのこ、ピーマン、赤ピーマン	
17	金	牛乳 りんご なかよしパン ビーンズシチュー ブロッコリーソーテー 焼きショコラ	脱脂粉乳(乳) ぶたにく、レッドキドニー、金時豆 ベーコン アーモンド、卵	こむぎこ、さとう、ショートニング じゃがいも、あぶら、乳なしマーガリン、こむぎこ あぶら 小麦粉、コンスターチ、さとう、バター(乳)、チョコレート	にんにく、にんじん、たまねぎ、しめじ ブロッコリー、コーン、にんじん	小麦、乳 小麦、卵、乳
20	月	牛乳 きびごはん シカムドゥチ フーイリチー ざっく入り油みそ	ぶたにく、かまぼこ ふ(小麦)、たまご、ツナ えんどう豆、ひよこ豆、レンズ豆、大豆、みそ	こめ、もちきび あぶら さとう、あぶら、押麦、もち麦、玄米、赤米、たかきび、でんぷん、あずき	こんにゃく、しいたけ、だいこん、しょうが からしな、にんじん、もやし	
21	火	牛乳 むぎごはん ワンタンスープ 枝豆と豆腐のメンチカツ ちゅうかいため	ワンタン(小麦) とうふ、とりにく、大豆 ぶたにく	こめ、むぎ あぶら、でんぷん、さとう、えだまめ、パン粉(小麦) あぶら、でんぷん	にんじん、しいたけ、きくらげ、チンゲンサイ たまねぎ、えだまめ しょうが、にんにく、ピーマン、赤ピーマン、たまねぎ、たけのこ	小麦
22	水	牛乳 トゥンジージュシー いんげんのツナマヨあえ さんまのゆずみそ煮 朱里紅葉	ぶたにく、かまぼこ ツナ さんま、みそ 卵、練乳(乳)	こめ、田芋、あぶら たまごなしマヨネーズ、ドレッシング(小麦)、ごま、さとう さとう、米粉 紅芋、さとう、でんぷん、マーガリン	にんじん、しいたけ、ねぎ いんげん、カリフラワー、赤ピーマン ゆず	卵、乳
23	木	牛乳 きびごはん おでん 白菜のごまあえ オレンジ	豚肉、かまぼこ、がんもどき、うずらたまご	こめ、もちきび ごま、ごま油、さとう	だいこん、にんじん、こんにゃく、いんげん はくさい、もやし、にんじん オレンジ	
24	金	牛乳 ナポリタン コールドスローサラダ ツリー型とりやきハンバーグ クリスマスケーキ	ベーコン、ハム ハム とりにく、大豆、ぶたにく 豆乳	スパゲッティ(小麦)、あぶら、さとう ドレッシング あぶら、さとう、でんぷん 米粉、さとう、でんぷん、あぶら、ココア	マッシュルーム、にんじん、たまねぎ、ピーマン、にんにく キャベツ、にんじん、コーン たまねぎ、にんにく、しょうが	小麦