

※「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		タコ、イカ、貝類、ココナッツ、キウイ、マンゴー、パパイヤ、	

※ 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7品目以外の食品については表記され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
3	月	牛乳 むぎごはん マーボーへちま シューマイ 茎わかめのナムル	ぶたにく、とうふ、みそ 豚肉 くきわかめ	こめ、むぎ ごま油、でんぷん パン粉、さとう、小麦粉 さとう、ドレッシング(おろし系、小麦)	にんにく、しょうが、へちま、たまねぎ、にんじん、 ねぎ、しいたけ たまねぎ、しょうが きゅうり、もやし、にんじん	小麦 小麦
4	火	牛乳 ゆかりごはん アーサ入りゆし豆腐 とり肉とれんこんの甘辛煮 ソフール	ゆし豆腐、アーサ とりにく、大豆、かまぼこ 脱脂粉乳、クリーム(乳)、セラチン	こめ、さとう あぶら、さとう さとう	しそ とうがん れんこん、にんじん、しいたけ、いんげん、こんにゃく 寒天	乳
5	水	牛乳 きびごはん 豚汁 レンコンつくね だいずあまから ミルクココア	ぶたにく、あつあげ、みそ とりにく 大豆	こめ、もちきび 里芋 あぶら、パン粉(小麦)、でんぷん、さとう さつまいも、さとう、アーモンド さとう、ココア	だいこん、にんじん、ねぎ、こんにゃく、しいたけ たまねぎ、れんこん、しょうが	小麦
6	木	牛乳 あみパン アイントプフ(ドイツの家庭スープ) フリカデレ(ドイツ風ハンバーグ) ブラートカルフエルン(ジャーマンポト)	脱脂粉乳(乳) ウインナー ハンバーグ ベーコン	小麦粉、あぶら(乳)さとう さとう、でんぷん じゃがいも、あぶら	キャベツ、たまねぎ、にんじん、セロリー たまねぎ、パセリ、にんにく	小麦、乳
7	金	牛乳 たこライス(きびごはん) タコライス(タコスミート) タコライス(やさい、チーズ) ほしぞらスープ たなばたゼリー	ぶたにく、だいず チーズ(乳) かまぼこ、もずく	こめ、もちきび あぶら さとう、あぶら	にんじん、たまねぎ、セロリー、トマト、にんにく キャベツ とうがん、にんじん りんご、レモン、みかん	小麦、乳
10	月	牛乳 むぎごはん かしわ汁 やさいチップス なっとうあえ	とりにく、こんぶ なっとう	こめ、むぎ でんぷん、あぶら	とうがん、しいたけ、こまつな、しょうが ゴーヤー、れんこん、ごぼう こまつな、にんじん、きゅうり、たくあん	
11	火	牛乳 むぎごはん 夏やさい汁 アーサのたまごやき ウンチエーのきんぴら	ぶたにく、あぶらあげ、みそ たまご、アーサ ぶたにく	こめ、むぎ 油、じゃがいも、こめこ でんぷん、あぶら さとう、あぶら、ごま、ごま油	なす、たまねぎ、かぼちゃ、ハンダマ、にんじん ごぼう、ウンチエー、にんじん、こんにゃく	卵、小麦
12	水	牛乳 わふうスパゲティ 鳥やさいのマリネ アセロラ入りフルーツポンチ	とりにく、ベーコン、のり ハム(乳)	スパゲッティ(小麦)、あぶら、パ ター(乳) ドレッシング(小麦) 白玉だんご、さとう	たまねぎ、にんじん、しめじ、ほうれんそう、しいた け、にんにく モーウイ、きゅうり、ゴーヤー、ヤングコーン パイン、みかん、黄桃(もも)、アセロラ	
13	木	牛乳 カレーピラフ 魚のパン粉やき イタリアンサラダ	とりにく、ベーコン、ひよこ豆 ホキ、チーズ(乳) ハム(乳)	こめ、あぶら、あぶら(乳) パン粉(小麦)、あぶら あぶら、さとう、ドレッシング(卵、小麦)	マッシュルーム、にんにく、にんじん、たまねぎ、 ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン パジル キャベツ、きゅうり、コーン、にんじん	卵、小麦
14	金	牛乳 むぎごはん なめこのみそ汁 まぐろカツレツ スタミナいため	とうふ、わかめ、みそ まぐろ ぶたにく、みそ	こめ、むぎ パン粉、さとう、あぶら、でん粉 ごま、さとう、あぶら、ごま油	えのき、長ねぎ にんにく、しょうが、キャベツ、にんじん、たまね ぎ、なら、にんにくの芽、白菜キムチ(小麦、さ	小麦
18	火	牛乳 なかよしパン ロヒケイット(鮭のクリームスープ) ベルナーラティッコ(5種野菜のグラタン) ロソッリ(ピーツ入りサラダ)	脱脂粉乳 さけ、ベーコン、白花生、白いんげ ん豆、豆乳 豆乳、おから	こむぎこ、さとう、あぶら じゃがいも、あぶら あぶら、じゃがいも、米粉、さとう、で んぷん さとう、あぶら	にんじん、たまねぎ、コーン、パセリ たまねぎ、にんじん、コーン、ほうれん草 ピーツ、きゅうり、だいこん、りんご	
19	水	牛乳 きびごはん 中華もずくスープ 魚の中華甘辛煮 すいか	もずく、かまぼこ まぐろ、ミートボール(小麦)	こめ、もちきび でんぷん、ごま油 でんぷん、あぶら、さとう、ごま油	とうがん、たけのこ しょうが、パパイヤ、たまねぎ、にんじん、たけの こ、しいたけ、ピーマン すいか	
20	木	牛乳 むぎごはん シカムドゥチ チキナーチャンプルー シークワサータルト	ぶたにく、かまぼこ ぶたにく、とうふ、かまぼこ 豆乳、だいず	こめ、むぎ あぶら さとう、米粉、油、でん粉	とうがん、こんにゃく、しいたけ からしな、にんじん、もやし シークワサー	



たのしい、たのしい夏休みがやってきます♪海やプールに虫とり、スイカ  
 やかき氷を食べたりとたくさん、たのしい夏の思い出を作ってくださいね！  
 そんな『たのしい』を味わうためにも健康でいられるように心がけましょ  
 う！夏休み中でも夜更かしせずに、早寝早起き朝ごはんを欠かさずにしま  
 しょう！給食がない日は牛乳を飲む習慣がなければカルシウムが不足する  
 というデータもあります！積極的に牛乳や小魚を食べて成長期にカルシウム貯  
 蓄をしましょう！！



8月 28日	月	牛乳 ウンケージュシー さばしょうが煮 モーウイのウサチ シークワサーシャーベットの	ぶたにく、かまぼこ、こんぶ さば生姜煮(小麦、大豆、さば) ツナ	こめ、あぶら さとう、ドレッシング(小麦) さとう	しいたけ、にんじん、ねぎ モーウイ、きゅうり シークワサー	
8月 29日	火	牛乳 全粒粉パン ガルパンズスープ フィッシュ&チップス オレンジサラダ	ぎゅうにく、ひよこ豆	こむぎこ、ぜんりゅうふん、さとう、油 じゃがいも、もちきび、あぶら じゃがいも、あぶら さとう	たまねぎ、ピーマン、セロリー、パセリ、にんにく、 甘夏みかん、キャベツ、きゅうり	
8月 31日	木	牛乳 ざっこくごはん 夏野菜カレー 大根のシークワサー和え れいとうみかん	ぶたにく、ぶたレバー	こめ、麦、もちきび、黒米、赤米 じゃがいも、あぶら、マーガリン (乳)、こめこ さとう	にんじん、たまねぎ、かぼちゃ、へちま、なす、ピー マン、にんにく だいこん、にんじん、シークワサー果汁 みかん	

