

※「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
たまご、乳、小麦、落花生(ピーナッツ)、エビ、ソバ、カニ、くるみ		ナッツ類、アーモンド、カシューナッツ、ヘーゼルナッツ、ココナッツ、魚類、かつお、アーサ、貝類、あさり、ホタテ、甲殻類、イカ、タコ、いくら、カキ、タラコ、山芋、長芋、キウイフルーツ、バナナ、りんご、もも、パイナップル、ごま、大豆、いちご
※ 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。 ※ 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。 ※ 豆腐などの豆製品類、醤油、みそ、油、乳なしマーガリン、卵なしマヨネーズ、ドレッシング等の調味料や食品添加物に含まれる「大豆」は表示していませんが、大豆成分が含まれております。		

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	月		キムチチャーハン	豚肉	こめ、あぶら	白菜キムチ(トマト、大豆)、しいたけ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく	
			にくまん	豚肉、大豆粉	小麦粉、さとう、ラード、あぶら、パン粉、ごま油	たまねぎ、キャベツ、ねぎ、しいたけ、しょうが	オイスターソース
			ちゅうかはるさめサラダ	ハム	はるさめ、ごま、さとう、ごま油	にんじん、きゅうり、ほうれん草、シークワーサー	
2	火		ごはん		こめ		
			とうがんじる	鶏肉、豆腐		とうがん、にんじん、ねぎ	
			さばのみそやき	さば、みそ		しょうが	
3	水		にんじんイリチー	豚肉、かまぼこ	あぶら、さとう	にんじん、たまねぎ、こんにゃく、いんげん	
			コッペパン	脱脂粉乳	小麦粉、あぶら、さとう		
			かぼちゃシチュー	鶏肉、白いんげん豆、豆乳	じゃがいも、乳なしマーガリン、こめ粉、あぶら	かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、えだ豆	
4	木		ほうれんそうソテー	ベーコン	あぶら	ほうれん草、にんじん、たまねぎ、コーン、赤パプリカ、にんにく、しめじ	
			りんご			りんご	
			ごはん		こめ		
5	金		きのこのすましじる	鶏肉、豆腐、わかめ		しいたけ、えのきたけ、しめじ	
			ちくわいそてんぷら	魚肉すり身、あおさ	あぶら、でん粉、さとう、小麦粉		大豆
			だいごんのそばろに	鶏肉、鶏レバー	あぶら、さとう、でん粉	だいごん、にんじん、たまねぎ、えだ豆、しょうが	
6	土		プリン	豆乳	さとう、水あめ		
			ごはん		こめ		
			にくどうふ	豚肉、豆腐、みそ	ごま、ごま油	はくさい、にんじん、長ねぎ、こんにゃく、しょうが、にんにく、しめじ	
7	日		ナムル		さとう、ごま油、ごま	こまつな、きゅうり、にんじん、切干大根	
			だいずふりかけ	大豆、のり	ごま、さとう、マッシュポテト、でん粉	かぼちゃ	小麦、大豆
			むぎごはん		こめ、麦		
8	月		ボークカレー	豚肉、豚レバー、白いんげん豆	じゃがいも、乳なしマーガリン、米粉、あぶら	たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、りんご	
			フルーツポンチ		さとう	みかん、黄もも、洋なし、ぶどう、パインアップル、さくらんぼ	
			とりおこわ	鶏肉、ちくわ	こめ、もちこめ、あぶら	えだ豆、にんじん、しいたけ	
9	火		あおなのしらあえ	ひじき、豆腐、鶏肉、みそ	さとう、ごま	こんにゃく、こまつな、にんじん	
			だいがくいも		さつまいも、あぶら、さとう、水あめ、黒糖		
			きびごはん		こめ、もちきび		
10	水		はるさめスープ	鶏肉	はるさめ	にんじん、こまつな、しめじ	
			ホイコーロー	豚肉、豚レバー、みそ	さとう、あぶら	キャベツ、にんじん、たけのこ、たまねぎ、にんにく、しょうが	小麦、大豆
			ぎょうざ	豚肉、鶏肉、大豆粉	ラード、でん粉、さとう、小麦粉、あぶら	キャベツ、たまねぎ、にら、しょうが	
11	木		ごはん		こめ		
			こまつなのみそじる	豆腐、みそ		こまつな、だいごん	
			ぶたにくのしょうがいため	豚肉、油揚げ	あぶら、さとう、はちみつ	たまねぎ、にんじん、ピーマン、しょうが、しめじ	
12	金		こもちししゃもフライ	ししゃも	あぶら、パン粉、でん粉、小麦粉		
			ごはん		こめ		
			にくじゃが	豚肉	じゃがいも、あぶら、さとう	たまねぎ、にんじん、こんにゃく、えだ豆	
13	土		うめしそあえ		さとう	はくさい、こまつな、にんじん、きゅうり、うめ、しそ	
			みかん			みかん	
			カレーピラフ	鶏肉	こめ、乳なしマーガリン	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、えだ豆、にんにく	
14	日		マカロニサラダ		マカロニ(小麦)、たまごなしマヨネーズ、さとう	キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン	
			ミートボール	鶏肉	ラード、さとう、でん粉、あぶら	たまねぎ、にんにく、しょうが、トマト	大豆
			バーガーパン	脱脂粉乳	小麦粉、あぶら、さとう		
15	月		バーガーパン(とりのてりやきパティ)	鶏肉、大豆	パン粉、さとう、水あめ、あぶら、でん粉	たまねぎ、りんご、パプリカ、しょうが、にんにく	小麦
			バーガーパン(コールスロー)		たまごなしマヨネーズ、さとう、ドレッシング	キャベツ、きゅうり、にんじん、ピクルス	
			ミネストローネ	鶏肉、ベーコン、レンズ豆、ひよこ豆、だいず、えんどうまめ、あずき	あぶら、押し麦、玄米、きび、赤米、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、コーン、にんにく、トマト、パセリ	
16	火		にくやさいそば(めん)		こむぎこ、あぶら		
			にくやさいそば(しる)			しょうが	
			にくやさいそば(にくやさしいため)	豚肉、かまぼこ	あぶら、さとう	キャベツ、にんじん、たまねぎ、にら	
17	水		まぐろカツ	まぐろ	あぶら、パン粉、でん粉、さとう		大豆、小麦
			もずくどん(むぎごはん)		こめ、麦		
			もずくどん(ぐ)	もずく、豚肉、豚レバー、大豆	あぶら、さとう、でん粉	木くらげ、コーン、たまねぎ、にんじん、ピーマン、しょうが	
18	木		とんじる	豚肉、みそ		だいごん、にんじん、こんにゃく、ごぼう、たまねぎ	
			ごはん		こめ		
			アーサじる	アーサ、豆腐		しょうが	
19	金		タマナーチャンプルー	豚肉、豆腐、油揚げ	あぶら	キャベツ、にんじん、ピーマン	
			オレンジ			オレンジ	
			ミルメーク(キャラメル)		さとう		
20	土		トゥンジージュシー	豚肉、かまぼこ	こめ、タロイモ、あぶら	にんじん、しいたけ、ねぎ	
			はくさいのゆずあえ		さとう	はくさい、切干大根、きゅうり、にんじん、ゆず	
			ひじきあつやきたまご	たまご、ひじき	でん粉、あぶら、さとう	にんじん	小麦、大豆、かつおエキス
21	日		むぎごはん		こめ、麦		
			マーボーだいごん	豚肉、豚レバー、大豆、豆腐、みそ	ごま油、でん粉	だいごん、たまねぎ、にんじん、にら、しいたけ、しょうが、にんにく	小麦、大豆
			カリフラワーとコーンのサラダ	ひよこ豆	ごま油、ドレッシング(小麦、大豆、りんご)	カリフラワー、キャベツ、コーン	
22	月		ごはん		こめ		
			わかめスープ	鶏肉、かまぼこ、わかめ		にんじん、長ねぎ、えのきたけ	
			グルクン・シークワーサーソース	グルクン	でん粉、あぶら、さとう	シークワーサー	
23	火		じゃがいもきんぴら	ぶたにく、油揚げ	じゃがいも、ごま、あぶら、さとう、ごま油	にんじん、れんこん、こんにゃく	
			チキンライス	鶏肉	こめ、あぶら、乳なしマーガリン	たまねぎ、にんじん、黄パプリカ、にんにく、パセリ、トマト	
			もみのきハンバーグ	鶏肉、豚肉	ラード、さとう、でん粉、あぶら	たまねぎ、トマト、にんにく、しょうが	大豆
24	水		カラフルサラダ		さとう、ドレッシング(小麦、大豆、りんご)	きゅうり、だいごん、赤パプリカ、黄パプリカ	
			クリスマスチョコケーキ	豆乳、大豆粉	さとう、あぶら、水あめ、ココア、でん粉、米粉	こんにゃく粉	