

※ 「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)、そば、えび、かに	アーモンド、魚類、ほうれん草、キウイ、スターフルーツ、グレープフルーツ、マンゴー

日	曜日	こ ん だ て	主な材料と体内での働き			調味料
			(あか) おもに体をつくる もとになる食品	(きいろ) おもにエネルギーの もとになる食品	(みどり) おもに体の調子を 整えるもとになる食品	
3	月	きのこごはん とりのごみそやき モーウィのしそふうみサラダ ぶどうゼリー	とりにく、うすあげ とりにく、みそ わかめ	米、あぶら ごま さとう さとう	ごぼう、しめじ、エリンギ、しいたけ しいたけ、にんじん、えだ豆 モーウィ、キャベツ、にんじん、しそ ぶどう	かつおだし 小麦、かつおエキス
4	火	むぎごはん ごぼうのとりにくまき タマナーチャンプルー つみれ汁	とりにく ぶたにく、とうふ じゃこだんご(小麦・魚肉すりみ)	米、大麦 さとう あぶら	ごぼう キャベツ、にんじん、たまねぎ、からしな ごまつな、だいこん、にんじん、ごぼう 長ねぎ、しょうが	小麦 かつおだし
5	水	にくまん(1~2年生) にくまん(3~6年生・先生) あつあげのちゅうかに やさいのちゅうかあえ とうにゅうプリン	ぶたにく ぶたにく あつあげ、ぶたにく 豆乳	こむぎこ、さとう、ラード、あぶら パン粉、ごま油 こむぎこ、さとう、ラード、あぶら パン粉、ごま油 ごま油、でんぷん	たけのこ、ねぎ、しいたけ たけのこ、たまねぎ、くわい にんじん、たまねぎ、しいたけ、ほくさい チンゲンサイ、にんにく、しょうが きゅうり、もやし、にんじん	小麦、乳
6	木	わかめごはん 魚のてりやき きんぴらごぼう へちまのみそ汁	わかめ しいら ぶたにく、うすあげ とうふ、ぶたにく、みそ	米、水あめ 水あめ、あぶら さとう、あぶら、ごま	しょうが ごぼう、こんにゃく、にんじん へちま、にんじん、パクチョイ	小麦 かつおだし
7	金	黒こめパン トマトオムレツ ピーンズサラダ クラムチャウダー オレンジ	たまご、とりにく ひよこ豆、えんどう豆、いんげん豆 あさり、いんげん豆	黒米粉パン(小麦、乳) 大豆油、でんぷん じゃがいも、こむぎこ、バター	たまねぎ、トマト セロリ、たまねぎ、きゅうり たまねぎ、にんじん、にんにく オレンジ	小麦 小麦
10	月	むぎごはん はるまき デンジャオロース わかめスープ	ぶたにく ぶたにく わかめ、あつあげ	米、大麦 あぶら、はるさめ、こむぎこ、ラード でんぷん、さとう、米粉 あぶら、さとう、でんぷん ごま油、ごま	たまねぎ、にんじん、もやし、キャベツ しょうが ピーマン、赤ピーマン、にんじん、たけのこ たまねぎ、長ねぎ	小麦 かつおだし
11	火	むぎごはん さんまのみぞれ煮 あつあげのやながわふ あおなごますあえ	さんま あつあげ、ぶたにく、かまぼこ、たまご	米、大豆 さとう、でんぷん さとう、あぶら、ごま油 ごま油、さとう、ごま	だいこん ごぼう、長ねぎ、たまねぎ、ねぎ、しょうが ごまつな、もやし、にんじん	かつおだし
12	水	もちきびごはん 羊づくりふりかけ にくじゃが おひたし りんごゼリー	青のり、しらすぼし、糸けずり ぶたにく	米、きび ごま、さとう じゃがいも、あぶら、さとう さとう	にんじん、たまねぎ、こんにゃく、えだ豆 にんじん、ほくさい、チンゲンサイ りんご	かつおだし かつおだし
13	木	カレーうどん ごぼうサラダ ぶどう	ぶたにく、とりレバー、うすあげ とりにく	うどん(小麦)、あぶら、でんぷん ごま	にんじん、長ねぎ、しいたけ、しめじ さんとうさい、にんにく ごぼう、きゅうり、にんじん ぶどう	かつおだし、小麦 小麦
14	金	三色どん あぶらあげのみそ汁	とりにく、たまご うすあげ、わかめ、みそ	米、大麦 さとう、あぶら、ごま	しょうが、ごまつな たまねぎ、えのきたけ、ねぎ	小麦 かつおだし
18	火	スパゲティ なすミートソース しらすサラダ ヨーグルト	ぶたにく、とりレバー、大豆 しらすぼし ヨーグルト(乳)	スパゲティ(小麦)、オリーブ油 さとう	なす、にんじん、たまねぎ、セロリ、パセリ トマト、にんにく きゅうり、キャベツ	小麦 小麦、かつおエキス
19	水	むぎごはん へちまのちゅうかに きりぼしだいこんのハリハリづけ なし	とうふ、ぶたにく、みそ ハム(乳)、糸けずり	米、大麦 ごま油、さとう、でんぷん ごま、さとう	へちま、ごまつな、にんじん、しいたけ にら、にんにく、しょうが きりぼしだいこん、にんじん、きゅうり なし	小麦
20	木	もちきびごはん グルクンの シークワサーソースかけ からしなのささみあえ イナムドゥチ あおぎりみかん	グルクン とりにく、うすあげ、みそ カステラかまぼこ(卵、魚肉すりみ)	米、きび でんぷん、こむぎこ、あぶら さとう ノンエッグマヨネーズ	シークワサー からしな、もやし しいたけ、こんにゃく みかん	小麦、かつおエキス かつおだし
21	金	むぎごはん なつとう とうがんににつけ ごまあえ あじつけのり	なつとう ぶたにく、あつあげ、こんぶ のり	米、大麦 さとう、あぶら ごま、さとう	とうがん、にんじん、いんげん、こんにゃく もやし、にんじん、ごまつな	小麦 小麦
25	火	むぎごはん いわしのおかか煮 きゅうりともやしのすのも さといものみそ汁 お月見だんご	いわし、糸けずり わかめ とりにく、みそ	米、大麦 さとう、でんぷん さとう、ごま さといも こめこ、さとう、水あめ、でんぷん	きゅうり、もやし にんじん、だいこん、チンゲンサイ、なめこ	小麦 かつおだし
26	水	パーカーハウスパン ハンバーグきのこソース ブロッコリーサラダ ミネストローネ りんご	とりにく、ぶたにく ベーコン、いんげん豆	パーカーハウスパン(小麦、乳) ラード、パン粉、こくとう、でんぷん マカロニ、じゃがいも	たまねぎ、しょうが、マッシュルーム、しめじ ブロッコリー、きゅうり、にんじん にんじん、たまねぎ、キャベツ、セロリ にんにく、トマト りんご	小麦
27	木	むぎごはん コーンしゅうまい マーボー豆腐 ごまつなのナムル オレンジ	魚肉すりみ とうふ、ぶたにく、みそ	米、大麦 ラード、でんぷん、パン粉、こむぎこ さとう こくとう、ごま油、あぶら、でんぷん ごま、ごま油、さとう	コーン、たまねぎ にんじん、たまねぎ、しいたけ、ねぎ しょうが、にんにく もやし、ごまつな オレンジ	小麦 小麦
28	金	もちげんまいごはん ポークカレー ひじきサラダ ムース	ぶたにく ひじき 牛乳、スキムミルク、れんにゅう	米、げんまい じゃがいも、あぶら、こむぎこ マーガリン(乳なし) ごま油、さとう 生クリーム、水あめ、あぶら	たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく トマト だいこん、きゅうり、レタス	小麦 乳

※ 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。
 ※ サラダ油とみそに含まれている「大豆」は表示しておりませんが、微量の大豆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。