

※「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		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
※ 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
1	木		もちきびごはん		米、きび		
			ホイコーロー	ぶたにく、みそ	油、ごま油、でん粉	キャベツ、ピーマン、にんじん、長ねぎ、もやし、しょうが、にんにく	
			卵とはくさいのスープ	卵	でん粉、ごま油	はくさい、たまねぎ、にんじん、しいたけ	かつおだし
			べにいもだんご		べにいも、もちこ、さとう、油、ごま		
2	金		麦ごはん		米、麦		
			ビーフストロガノフ	ぎゅうにく	油、こむぎこ、生クリーム(乳)	にんにく、たまねぎ、にんじん、しめじ、マッシュルーム、トマト、パセリ	小麦
			ビーンズサラダ	ひよこ豆、えんどう豆、いんげん豆	ドレッシング(小麦)	コーン、セロリー、たまねぎ、きゅうり	
			ブルーベリーゼリー		水あめ、さとう	ブルーベリー、りんご	
5	月		麦ごはん		米、麦		
			マーボー大根	ぶたにく、大豆、とりレバー、とうふ、みそ	ごま油、油、でん粉	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	小麦
			パンサンズー	ハム(乳)、きんし卵	はるさめ、さとう、ごま油	きゅうり	
			りんご			りんご	
6	火		わかめごはん	わかめ	こめ、さとう		
			にくじゃが	ぶたにく	じゃがいも、油、さとう	にんじん、たまねぎ、こんにゃく、えだ豆	かつおだし
			やきししゃも	ししゃも(魚)			
			アーモンド和え		アーモンド	こまつな、はくさい、もやし	
7	水		コッペパン		パン(小麦、乳)		
			チリビーンズ	ぶたにく、大豆、いんげん豆	じゃがいも、こむぎこ、油	たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく	小麦
			かいそうサラダ	わかめ、こんぶ、赤つのまた、青つのまた、白キリンサイ、しらすぼし(魚)	ドレッシング(小麦、かつおぶしエキス)	キャベツ、きゅうり、コーン	
			フルーツヨーグルト	ヨーグルト(乳)		おうとう、みかん、パインアップル	
8	木		麦ごはん		米、麦		
			あじゴマフライ	あじ(魚)	ごま、ごま油、でん粉、パン粉、小麦粉、油		
			パパイヤイリチー	ベーコン	油	パパイヤ、にんじん、にら、にんにく	
			アーサ汁	アーサ、とうふ		しょうが	かつおだし
9	金		たきこみごはん	とりにく	米、油	にんじん、しめじ、しいたけ、たけのこ、ごぼう、えだ豆	かつおだし
			ごもくあつやきたまご	卵	さとう、でん粉	しいたけ、にんじん、コーン、たけのこ、グリーンピース	小麦
			もやしのごま和え	とりにく	ごま、さとう	もやし、にんじん、こまつな	
			アセロラゼリー		さとう	アセロラ	
12	月		タコライス	麦ごはん	米、麦		
			タコライスの具	ぎゅうにく、ぶたにく、とりレバー、チーズ(乳)	油、でん粉	たまねぎ、トマト、にんにく、キャベツ	
			きのこスープ	とりにく		にんじん、たまねぎ、セロリー、しいたけ、しめじ、えのきたけ	
			みかん			みかん	
13	火		もちきびごはん		米、きび		
			さんまのかばやき風	さんま(魚)	こむぎこ、油、さとう、でん粉、ごま	しょうが	
			きんぴらごぼう	ぶたにく、うすあげ	さとう、油、ごま	ごぼう、こんにゃく、にんじん	
			とうふのみそ汁	とうふ、みそ		さんとうさい、しめじ	かつおだし
14	水		麦ごはん		米、麦		
			なっとう	なっとう(小麦)			
			いりどり	とりにく、かまぼこ(魚)	さとう、油	にんじん、ごぼう、しいたけ、たけのこ、れんこん、こんにゃく	かつおだし
			ツナとわかめのあえもの	ツナ(魚)、わかめ	ごま油、さとう、ごま	きゅうり、キャベツ、にんじん	
15	木		あじつけのり	のり	さとう		小麦
			ちゅうかどん	麦ご飯	米、麦		
			ちゅうかどんの具	ぶたにく、うずらの卵、えび、いか	さとう、油、ごま油、でん粉	にんにく、コーン、きくらげ、しいたけ、はくさい、にんじん、チンゲンサイ、エリンギ	小麦
			わかめスープ	わかめ、あつあげ	ごま油、ごま	たまねぎ、長ねぎ	かつおだし
16	金		かき			かき	
			やさいそば	ぶたにく	沖縄そば(小麦)、油	キャベツ、にんじん、こまつな、もやし	かつおだし
			きりぼしだいこんのハリハリづけ	ハム(乳)、糸けずり(魚)	ごま、さとう	きりぼしだいこん、にんじん、きゅうり	
			おいものだいふく		さつまいも、もちこ、さとう、でん粉、油、水あめ		
19	月		麦ごはん		米、麦		
			べにいも天ぷら		べにいも、こむぎこ、ノンエッグマヨネーズ、油		
			スンシーイリチー	ぶたにく、かまぼこ(魚)	油	スンシー、こんにゃく、しいたけ	
			シカムドゥチ	ぶたにく、カステラかまぼこ(卵・魚)、うすあげ		こんにゃく、しいたけ、だいこん	かつおだし
20	火		クガニー			クガニー	
			メキシカンライス	ぶたにく	米、油	たまねぎ、にんじん、ピーマン、赤ピーマン	
			タンドリーチキン	とりにく、ヨーグルト(乳)	さとう	コーン、マッシュルーム、トマト、にんにく	
			ブロッコリーサラダ		ドレッシング	しょうが、にんにく	
21	水		みかんゼリー		さとう	ブロッコリー、きゅうり、にんじん	
			なかよしパン		パン(小麦、乳)	みかん	
			トマトオムレツ	卵、とりにく	油、でん粉	たまねぎ、トマト	小麦
			イタリアンサラダ		ドレッシング	キャベツ、たまねぎ、赤ピーマン、アスパラガス、コーン	
22	木		はくさいのクリームに	とりにく、牛乳	じゃがいも、こむぎこ、バター(乳)、油	にんじん、たまねぎ、はくさい、ブロッコリー、しめじ	
			りんごジャム		水あめ、さとう	りんご	
			麦ごはん		米、麦		
			魚のもみじやき	しいら(魚)	さとう、ノンエッグマヨネーズ	にんじん、パセリ	
26	月		からしないため	ベーコン	油	からしな、にんじん、もやし	
			とん汁	ぶたにく、あつあげ、みそ	じゃがいも	だいこん、にんじん、長ねぎ、ごぼう	かつおだし
			麦ごはん		米、麦		
			あつあげのちゅうかに	あつあげ、ぶたにく、みそ	さとう、油、でん粉、ごま油	にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ、はくさい、しいたけ	
27	火		パンパンジー	とりにく	ごま、ドレッシング(小麦)	きゅうり、にんじん、キャベツ	
			バナナ			バナナ	
			スパゲティナポリタン	ベーコン、ぶたにく	スパゲティ(小麦)、オリーブ油、油、さとう	にんじん、たまねぎ、ピーマン、マッシュルーム、トマト、にんにく	
			さといもコロッケ	とりにく	さといも、じゃがいも、米粉、パン粉、油	しいたけ、にんじん、たまねぎ	小麦
28	水		小松菜サラダ	カニかまぼこ(カニ、魚)	ドレッシング(小麦)	こまつな、はくさい、コーン	
			ヨーグルト	ヨーグルト(乳)			
			麦ごはん		米、麦		
			さんまのうめに	さんま(魚)	さとう	うめぼし	
29	木		しらす和え	わかめ、しらすぼし(魚)	さとう	キャベツ、にんじん	
			さといものうまに	ぶたにく、あつあげ	さといも、油、さとう	こんにゃく、だいこん、にんじん、いんげん、しいたけ	かつおだし
			みかん			みかん	
			麦ごはん		米、麦		
30	金		ポークカレー	ぶたにく	じゃがいも、油、こむぎこ、マーガリン(乳なし)	たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、トマト	小麦
			ごぼうサラダ	ちくわ(魚)	ごま、ドレッシング(卵、小麦)	ごぼう、きゅうり、にんじん	
			りんごゼリー		水あめ、さとう	りんご	
			もちきびごはん		米、きび		
			きびなごの青のりからあげ	きびなご(魚)、青のり	こむぎこ、でん粉、油		
			ゆかりあえ		さとう、ドレッシング(小麦、かつおぶしエキス)	キャベツ、パクチョイ、にんじん、しそ	
			おきなわ風みそ汁	ぶたにく、とうふ、みそ		とうがん、にんじん、こまつな	かつおだし