2018.11月

献立別詳細食品表

松島小学校

※「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、わかさぎ、カシューナッツ

日	曜日	こんだて	主な材料と体内での働き（あか）血や肉、骨をつくる	主な材料と体内での働き（きいろ）働く力や体温となる	主な材料と体内での働き（みどり）体の調子をととのえる	調味料
1	木	クファジューシー	豚肉、うす揚げ、ひじき	米、麦、サラダ油	ごぼう、にんじん、わけぎ、干ししいたけ	
		きのこのみそ汁	わかめ、とうふ、みそ		しめじ、えのきたけ、チンゲン菜	
		ほきの南部焼き	ほき	砂糖、ごま		
		タルガヨー			タルガヨー	
2	金	バター入りあみパン		パン（小麦、乳）		
		救給コーンポタージュ		玄米、砂糖、でんぷん	コーン、玉ねぎ、にんじん	
		ミートオムレツ	卵、鶏肉	油、でんぷん	トマト、玉ねぎ	小麦
		ブロッコリーサラダ		アーモンド、ドレッシング（卵、乳）	ブロッコリー、にんじん、キャベツ、コーン	
5	月	五穀ごはん	大豆	米、麦、ごま、玄米、キヌア		
		チキンカレー	鶏肉、鶏レバー	じゃがいも、小麦粉、バター、生クリーム サラダ油	にんじん、玉ねぎ、ピーマン	小麦，乳
		グリーンサラダ		ドレッシング	きゅうり、キャベツ、ブロッコリー	
		梨			梨	
6	火	ソース焼きそば	豚肉	中華麺（小麦）、サラダ油	にんじん、キャベツ、玉ねぎ、もやし きくらげ	小麦、乳
		春巻	豚肉	サラダ油、春雨、ラード、でんぷん 小麦粉、砂糖、米粉	玉ねぎ、にんじん、もやし、キャベツ しょうが	
		中華サラダ	鶏ささみ	砂糖、ごま、ごま油、ドレッシング（小麦）	白菜、にんじん、こまつな、きゅうり	
		バナナ			バナナ	
7	水	アーサ入り炊き込みご飯	アーサ、豚肉、うす揚げ	米、麦、サラダ油	干ししいたけ、にんじん、わけぎ	
		レンコン入りつくね	鶏肉	パン粉、でんぷん、ラード、油、砂糖	玉ねぎ、れんこん、しょうが	
		からしなのマヨ和え	鶏ささみ	ﾉﾝｴｯｸﾞ ﾏﾖﾈｰｽﾞ、ドレッシング（小麦）	からしなキャベツ、もやし、にんじん	
		ムース	ムース（乳）			
8	木	麦ごはん		米、麦		
		うずらの卵スープ	うずらの卵	春雨	にんじん、こまつな、干ししいたけ	
		レバニラ炒め	豚レバー、豚肉、みそ	砂糖、サラダ油、ごま油	にんにく、にんじん、もやし、玉ねぎ、にら	
		味付けのり	のり			小麦
		ナッツと小魚	かたくちいわし	アーモンド、かぼちゃの種、砂糖、ごま		
9	金	きびごはん		米、もちきび		
		さつま汁	豚肉、みそ	さつまいも	にんじん、玉ねぎ、大根、チンゲン菜	
		鶏肉のピリ辛焼き	鶏肉	砂糖、ごま油	にんにく、しょうが	
		きゅうりとわかめの酢の物	わかめ、ロースハム（乳，卵）	ごま、砂糖、ごま油	きゅうり、もやし	
12	月	わかめごはん	わかめ	米、水あめ		
		冬瓜スープ	とうふ		とうがん、にんじん、わけぎ、えのきたけ	
		しいらのシークワーサー味噌焼き	しいら、みそ	砂糖	シークヮーサー	
		ごまマヨ和え		ごま、ﾉﾝｴｯｸﾞ ﾏﾖﾈｰｽﾞ、ドレッシング（小麦）	もやし、こまつな、にんじん、コーン	
		チーズ	チーズ			
13	火	麻芽入りなかよしパン		パン（小麦、乳）		
		チリコンカン	大豆、牛肉、豚肉、ベーコン（乳）	じゃがいも、サラダ油、砂糖	玉ねぎ、にんじん、マッシュルーム、トマト グリーンピース、にんにく	
		コールスローサラダ	ソナ	アーモンド、砂糖、ﾉﾝｴｯｸﾞ ﾏﾖﾈｰｽﾞ ドレッシング（卵）	キャベツ、きゅうり、玉ねぎ、コーン	
		柿			柿	
14	水	麦ごはん		米、麦		
		コーンスープ	鶏肉、豆腐	片栗粉、ごま	コーン、干ししいたけ、にんじん チンゲン菜	
		チンジャオロース	牛肉	砂糖、サラダ油、片栗粉	ピーマン、赤ピーマン、長ねぎ、にんじん 竹の子、にんにく	
		梨			梨	
15	木	きびごはん		米、もちきび		
		肉じゃが	豚肉	サラダ油、じゃがいも、砂糖、黒糖	にんじん、玉ねぎ、こんにゃく グリーンピース	
		和風サラダ	わかめ、茎わかめ、昆布、つのまた、キリンサイ	ドレッシング（小麦）、アーモンド	大根、きゅうり、にんじん、コーン	
		マスカットゼリー		ゼリー		
16	金	じゃこ入りごはん	しらす干し、豚肉、ひじき	米、麦、サラダ油	ごぼう、にんじん、からしな、干ししいたけ	
		豆苗と卵のおつゆ	卵、とうふ	片栗粉	豆苗、にんじん	
		だいがく紅芋		紅イモ、サラダ油、砂糖、水あめ、ごま はちみつ		
		温州みかん			温州みかん	
19	月	麦ごはん		米、麦		
		パパイヤのみそ汁	とうふ、みそ		パパイヤ、わけぎ、干ししいたけ	
		アーサ入り卵焼き	卵、アーサ	でんぷん、油		小麦
		ヌンクーグァー	豚肉、かまぼこ、うす揚げ	砂糖	大根、にんじん、枝豆	
		タルガヨー			タルガヨー	
20	火	きのこおこわ	鶏肉、ひじき	米、もち米、サラダ油	干ししいたけ、まいたけ、エリンギ にんじん、わけぎ、しょうが、にんにく	
		魚そーめん汁	魚そーめん		干ししいたけ、わけぎ	
		緑のもみじ焼き	さけ	ﾉﾝｴｯｸﾞ ﾏﾖﾈｰｽﾞ	にんじん、パセリ	
		黒糖蒸しケーキ	牛乳	小麦粉、黒糖、ベーキングパウダー		
21	水	きびごはん		米、もちきび		
		白花豆のクリームスープ	ベーコン（乳）、鶏肉、スキムミルク 白花豆、白いんげん	じゃがいも、小麦粉、バター、サラダ油	玉ねぎ、にんじん、コーン	
		カレーポテトコロッケ	豚肉	じゃがいも、砂糖、マッシュポテト パン粉、小麦粉でんぷん、米粉、サラダ油	玉ねぎ、キャベツ、コーン、にんじん	
		小松菜ときのこのサラダ	鶏肉	ごま、砂糖、ドレッシング（小麦）	小松菜、キャベツ、しめじ、にんじん	
		りんご			りんご	
22	木	麦ごはん		米、麦		
		えのきのみそ汁	わかめ、とうふ、みそ		えのきたけ、にんじん	
		フーチャンプルー	麩、卵、豚肉	サラダ油	にんじん、からしな、キャベツ	
		ごま菓子		ごま、アーモンド、砂糖、水あめ		
26	月	麦ごはん		米、麦		
		わかめのみそ汁	とうふ、わかめ、みそ		わけぎ	
		さばの塩焼き	さば			
		ちくぜん煮	鶏肉、ボール天	砂糖、サラダ油	にんじん、竹の子、ごぼう、れんこん 干ししいたけ、こんにゃく、いんげん	
27	火	あんかけ麺	豚肉	チャーメン（小麦）、サラダ油、ごま油 片栗粉	白菜、玉ねぎ、にんじん、チンゲン菜 竹の子、きくらげ、干ししいたけ	小麦
		豆苗ナムル	しらす干し、わかめ	砂糖、ごま油、ドレッシング（小麦）、ごま	豆苗、もやし、にんじん	貝エキス
		ヨーグルト和え	ヨーグルト	砂糖	みかん、パイン、もも、洋なし、さくらんぼ ぶどう、ナタデココ	
28	水	きびごはん		米、もちきび		
		イナムドゥチ	豚肉、かまぼこ、みそ		干ししいたけ、こんにゃく	
		納豆	納豆			
		かぼちゃのそぼろ煮	鶏肉、大豆	砂糖、こめサラダ油	かぼちゃ、玉ねぎ、にんじん、いんげん	
		梨			梨	
29	木	麦ごはん		米、麦		
		ビーフシチュー	牛肉	じゃがいも、小麦粉、生クリーム、バター	玉ねぎ、にんじん、しめじ、グリーンピース トマト	小麦
		キャベツと枝豆のサラダ		オリーブ油、砂糖	キャベツ、枝豆、カリフラワー	
		柿			柿	
30	金	チャーハン	鶏肉、焼き豚（卵）、大豆、卵	米、麦、サラダ油、ごま油	玉ねぎ、にんじん、コーン、枝豆	
		春雨スープ	ベーコン（乳）	春雨	パクチョイ、干ししいたけ	
		グルクンのからあげ	グルクン	小麦粉、片栗粉、サラダ油		
		温州みかん			温州みかん	

※ 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。