2015

献立表（アレルギー）

銘苅学校給食センター

7・8月

※アレルゲン表示義務のある7品目（卵・乳・小麦・ピーナッツ・えび・かに・そば）とゼラチンを表示しています。

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	水	うっちんチャーハン	ぶたにく	ｺﾒ、むぎ、ｻﾗﾀﾞ油	ﾆﾝｼﾞﾝ、ﾀﾏﾈｷﾞ、からしな、ｺｰﾝ	
		魚の照焼き	さば	ｻﾄｳ	ｼｮｳｶﾞ	
		ウサチ		ごま、ｻﾄｳ	ﾓﾔｼ、ｷｭｳﾘ、ﾆﾝｼﾞﾝ、チンゲン菜	
		さくっとそら豆		ｻﾗﾀﾞ油	そらまめ	
2	木	きびごはん		こめ、ｷﾋﾞ		
		かしわ汁	とりにく		ﾄｳｶﾞﾝ、ｼｲﾀｹ、ﾆﾝｼﾞﾝ、カンダバー	花かつお
		野菜いため	ぶたにく、テキアギ	ｻﾄｳ、ｻﾗﾀﾞ油	ｷｬﾍﾞﾂ、ﾀﾏﾈｷﾞ、ﾆﾝｼﾞﾝ、ﾓﾔｼ、ニラ	
		彩り卵焼き	卵、ﾍﾞｰｺﾝ	ｼﾞｬｶﾞｲﾓ、ｻﾗﾀﾞ油、かたくり粉	ﾀﾏﾈｷﾞ、ﾋﾟｰﾏﾝ、ｽｲﾚﾝｿｳ、	
3	金	あげパン（銘刈小）	脱脂粉乳、きなこ	こむぎこ、ｻﾄｳ、はいが、ｻﾗﾀﾞ油 アｰﾓﾝﾄﾞ、黒糖		
		豚茸なかよしパン（若狭小・上山中）	脱脂粉乳	こむぎこ、ｻﾄｳ、はいが		
		マーシャルビーンズ（若狭小・上山中）	大豆粉、脱脂粉乳	ｻﾗﾀﾞ油、ｻﾄｳ、ココア		
		県産野菜のトマト煮	とりにく、白ｲﾝｹﾞﾝ豆	ｼﾞｬｶﾞｲﾓ、ｻﾄｳ、ｻﾗﾀﾞ油	ﾆﾝﾆｸ、ﾄｳｶﾞﾝ、ﾓｰｳｲ、ﾆﾝｼﾞﾝ、ﾀﾏﾈｷﾞ、こまつな トマト	
		コールスローサラダ		ﾉﾝｴｯｸﾞﾏﾖﾈｰｽﾞ、ｻﾄｳ	ｷｬﾍﾞﾂ、ｷｭｳﾘ、ｺｰﾝ、ピクルス（ｷｭｳﾘ）	
6	月	五穀ごはん		こめ、むぎ、きび、黒米、赤米		
		夏野菜カレー	ぶたにく、とりレバー、脱脂粉乳 白いんげん豆、白花豆	ｻﾄｳ、ｻﾗﾀﾞ油、こむぎこ、ﾊﾞﾀｰ	ﾆﾝｼﾞﾝ、ﾀﾏﾈｷﾞ、ﾋﾟｰﾏﾝ、赤ﾋﾟｰﾏﾝ、トマト、なす へちま、かぼちゃ、ﾆﾝﾆｸ、りんご	小麦、乳 ココナッツパウダー
		スナックパイン			パイン	
7	火	きびごはん		こめ、ｷﾋﾞ		
		魚ソーメン汁	わかめ、いとよりだい		ﾆﾝｼﾞﾝ、ｴﾉｷﾀｹ、オクラ	花かつお、昆布
		ゴーヤーサラダ	ツナ	ﾉﾝｴｯｸﾞﾏﾖﾈｰｽﾞ、ｻﾄｳ	にがうり、ﾓﾔｼ、赤ﾋﾟｰﾏﾝ、シークヮーサー	
		七夕ゼリー		ｻﾄｳ、かたくり粉	黒糖、こんにゃく、なつみかん	
		星型コロッケ	ぶたにく	ｼﾞｬｶﾞｲﾓ、パン粉、ラード、小麦粉 ｻﾗﾀﾞ油、かたくり粉	ﾀﾏﾈｷﾞ	
		※星型コロッケに使用している油は、あげパン（7月3日）に使用したものです。				
8	水	あげパン（若狭小・上山中）	脱脂粉乳、きなこ	こむぎこ、ｻﾄｳ、はいが、ｻﾗﾀﾞ油 アｰﾓﾝﾄﾞ、黒糖		
		豚茸なかよしパン（銘刈小）	脱脂粉乳	こむぎこ、ｻﾄｳ、はいが		
		マーシャルビーンズ（銘刈小）	大豆粉、脱脂粉乳	ｻﾗﾀﾞ油、ｻﾄｳ、ココア		
		ミネストローネ	ﾍﾞｰｺﾝ	ｼﾞｬｶﾞｲﾓ、マカロニ、オリーブ油	ﾀﾏﾈｷﾞ、ﾆﾝｼﾞﾝ、セロリ、しめじ、ﾄﾏﾄ、ﾆﾝﾆｸ	
		ひよこ豆のソテー	ひよこまめ、ウインナー	オリーブ油	ｷｬﾍﾞﾂ、こまつな、ﾆﾝｼﾞﾝ、エリンギ、ｺｰﾝ ﾆﾝﾆｸ	
		ぶどう			ぶどう	
9	木	むぎごはん		こめ、むぎ		
		魚の西京焼き	ｻﾜﾗ、みそ	ｻﾄｳ		
		冬瓜とｱｰｻのｽｰﾌﾟ	ｱｰｻ、とりにく、とうふ		ﾄｳｶﾞﾝ、しめじ、ﾆﾝｼﾞﾝ、ｼｮｳｶﾞ	花かつお
		いんげんのごまあえ		ごま、ｻﾄｳ	いんげん、ﾆﾝｼﾞﾝ、ｷｭｳﾘ	
10	金	むぎごはん		こめ、むぎ		
		ｻﾜﾗﾝﾊﾞ（肉）	ぎゅうにく	ｻﾄｳ、ｻﾗﾀﾞ油	ﾆﾝﾆｸ、ｼｮｳｶﾞ	
		ｻﾜﾗﾝﾊﾞ（和え物）		ごま、ごま油	こまつな、ﾓﾔｼ、ﾆﾝｼﾞﾝ	
		麩スープ	とりにく、ﾀﾏｺﾞ、とうふ	かたくり粉	ﾆﾝｼﾞﾝ、ｼｲﾀｹ、チンゲン菜	
		ミニミニ納豆	大豆	ｻﾄｳ		小麦、かつお節エキス 昆布エキス いわしエキス
13	月	むぎごはん		こめ、むぎ		
		もずく丼	もずく、ぶたにく、大豆、とりレバー	ｻﾄｳ、かたくり粉、ｻﾗﾀﾞ油	ﾋﾟｰﾏﾝ、ｺｰﾝ、ﾆﾝｼﾞﾝ、ﾀﾏﾈｷﾞ、ｼｮｳｶﾞ	花かつお
		大根の梅肉あえ	いとけずり	ｻﾄｳ	だいこん、ｷｭｳﾘ、梅肉（りんご）	
		すいか			すいか	
14	火	冷し中華麺		こむぎこ、ｻﾗﾀﾞ油、ｺﾞﾏ油		
		冷やし中華（具）	とりにく、ﾊﾑ（乳）、たまご		ｷｭｳﾘ、ﾓﾔｼ、	
		冷やし中華（汁）		ｻﾄｳ、ごま油	シークヮーサー、しょうが	花かつお、小麦
		かぼちゃひき肉フライ	ぶたにく	ﾗｰﾄﾞ、パン粉、かたくり粉、小麦粉 ｻﾗﾀﾞ油、ｻﾄｳ	かぼちゃ、たまねぎ、	
		※かぼちゃひき肉フライに使用している油は、あげパン（7月8日）に使用したものです。				
		ミニフィッシュ（銘刈・若狭小のみ）	かたくちいわし	ｻﾄｳ、かたくり粉、ごま		
		ナッツ&魚（上山中のみ）	かたくちいわし	ｱｰﾓﾝﾄﾞ、カボチャの種、ｻﾗﾀﾞ油、ｻﾄｳ、ごま		
15	水	むぎごはん		こめ、むぎ		
		豚汁	ぶたにく、うすあげ、みそ	さといも	ﾆﾝｼﾞﾝ、だいこん、わけぎ、ごぼう、しめじ ｺﾝﾆｬｸ	花かつお
		魚の塩こうじ焼き	さけ	塩こうじ		
		モーウィのツナ和え	ツナ	ｻﾄｳ、ｻﾗﾀﾞ油	ﾓｰｳｲ、ｷｭｳﾘ、たんかん、レモン	小麦、ｾﾞﾗﾁﾝ
16	木	むぎごはん		こめ、むぎ		
		ケーリッシ	ぶたにく、白かまぼこ、ﾀﾏｺﾞ		ｺﾝﾆｬｸ、ｼｲﾀｹ、ﾄｳｶﾞﾝ、チンゲン菜	花かつお
		パパイヤイリチー	ぶたにく	ｻﾗﾀﾞ油	ﾊﾟﾊﾟｲﾔ、ﾆﾝｼﾞﾝ、ﾆﾗ	
		マグロフライ	まぐろ	パン粉、ｻﾗﾀﾞ油		
		※まぐろフライに使用している油は、あげパン（7月8日）とかぼちゃひき肉フライ（7月14日）に使用したものです。				
		冷凍みかん			みかん	
17	金	むぎごはん		こめ、むぎ		
		タコライス	ぎゅうにく、ぶたにく、大豆ﾀﾝﾊﾟｸ 鶏レバー、ﾀﾞｲｽﾞ、ﾁｰｽﾞ	ｻﾄｳ、ｻﾗﾀﾞ油	ｺｰﾝ、ﾀﾏﾈｷﾞ、ﾆﾝｼﾞﾝ、ﾋﾟｰﾏﾝ、ﾆﾝﾆｸ、ﾄﾏﾄ ｷｬﾍﾞﾂ	
		アーサのすまし汁	白かまぼこ、アーサ		だいこん、ﾆﾝｼﾞﾝ	花かつお
		シークヮーサーソルベ		ｻﾄｳ、水あめ	シークヮーサー	

夏休み

8月の献立

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
24	月	ピザドック	脱脂粉乳、ｳｲﾝﾅｰ、チーズ	こむぎこ、ｻﾄｳ	トマト、たまねぎ、ピーマン	
		麩スープ	ﾍﾞｰｺﾝ	ｼﾞｬｶﾞｲﾓ	ﾆﾝｼﾞﾝ、ﾀﾏﾈｷﾞ、ｷｬﾍﾞﾂ、いんげん、ﾊﾟｾﾘ	
		ごぼうサラダ		ごま、ﾉﾝｴｯｸﾞﾏﾖﾈｰｽﾞ、ｻﾄｳ	ごぼう、ﾆﾝｼﾞﾝ、ｷｭｳﾘ	小麦、かつお節
25	火	むぎごはん		こめ、むぎ		
		じゃがいものみそ汁	わかめ、うすあげ、みそ	ｼﾞｬｶﾞｲﾓ	こまつな、しめじ	花かつお
		野菜と小魚のかき揚げ	チリメン	ﾍﾞｰｺﾝ、こむぎこ、ｻﾗﾀﾞ油	ﾆﾝｼﾞﾝ、ﾀﾏﾈｷﾞ、ごぼう	
		オクラのごまあえ		ｱｰﾓﾝﾄﾞ、ごま、ｻﾄｳ、ごま油	ﾓﾔｼ、ｴﾉｷﾀｹ、オクラ、ﾆﾝｼﾞﾝ	
		ヨーグルト	生乳、脱脂粉乳	ﾊﾞﾀｰ、ｻﾄｳ		
26	水	むぎごはん		こめ、むぎ		
		チキンストロガノフ	とりにく、とりレバー、生クリーム 白花豆、白いんげん豆	ｼﾞｬｶﾞｲﾓ、ｻﾗﾀﾞ油、こむぎこ ﾊﾞﾀｰ	ﾆﾝﾆｸ、ﾀﾏﾈｷﾞ、ﾆﾝｼﾞﾝ、しめじ、ﾊﾟｾﾘ、ﾄﾏﾄ	小麦
		海藻サラダ	わかめ、昆布、姫とさかのり、つのまた ｷﾘﾝｻｲ、豆乳	ごま、ｻﾄｳ、ﾉﾝｴｯｸﾞﾏﾖﾈｰｽﾞ、ごま油	だいこん、ｷｭｳﾘ	
27	木	きびごはん		こめ、ｷﾋﾞ		
		鶏肉ととうがんの煮付け	とりにく、こんぶ	ｻﾄｳ、ｻﾗﾀﾞ油	ﾄｳｶﾞﾝ、ﾆﾝｼﾞﾝ、いんげん、ｼｲﾀｹ、ｺﾝﾆｬｸ	花かつお
		れんこんサラダ	みそ	ﾉﾝｴｯｸﾞﾏﾖﾈｰｽﾞ、ｻﾄｳ、ごま油、ごま	れんこん、ｷｭｳﾘ、ﾆﾝｼﾞﾝ	
		梅干し		ｻﾄｳ、はちみつ	うめ	

※しょうゆ、酢は記載していませんが、微量の小麦が含まれています。情報が必要な方はセンターまでお問い合わせください。
※マヨネーズ、ベーコン、ウインナー には卵・乳製品は使われていません。
※小麦粉を使用している場合はこむぎこ表示、小麦粉以外の小麦成分の場合は小麦表示にしています。
※もずく、アーサ、チリメン、片口いわし等の海産物にはえび・かにが混入している場合があります。