

2015
10月

献立表 (アレルギー)

銘苅学校給食センター

※アレルギー表示義務のある7品目(卵・乳・小麦・ピーナツ・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			調味料
			(あか) 血 や 肉 骨をつくる	(きいろ) 働く力や 体温となる	(みどり) 体の調子を ととのえる	
1	木	 むぎごはん 豚汁	ぶたにく、うすあげ みそ	こめ、むぎ さといも	ニンジン、だいこん、わけぎ、ごぼう、コンヤ	花かつお
2	金	 ひじきのごまあえ 魚の照焼き むぎごはん かきたま汁 とんかつ	ひじき、とりにく さば タコ、とうふ ぶたにく	かつお、ごま かつ こめ、むぎ かたくり粉 パン粉、かつ油	ニンジン、コマツナ、キャベツ ショウガ ごまつな ごぼう、ニンジン、こんにやく、いんげん	花かつお 花かつお 花かつお
5	月	 きびごはん アーサと卵のスープ あげだし豆腐	アーサ、タコ とうふ	かたくり粉、かつ、かつ油 こめ、そば	タマネギ、ニンジン、エノキ だいこん	花かつお 花かつお
6	火	 いんげんのアーモンドあえ 高菜入り焼き込み魚 ほうれん草の磯和え いかのトマトオイル焼き 黒糖ビーンズ	ぶたにく、うすあげ チリメン、のり いか 大豆	アーモンド、かつ、ノイックマネズ コマ、かつ油 かつ かつ油 黒糖	いんげん、ニン たかな、ニンジン、ごぼう、ねぎ ほうれん草、ニンジン、キャ レモン、ハチ	花かつお
7	水	 紅芋パン 鶏肉のトマト煮ペンネ添え ハワイヤサラダ なし	脱脂粉乳 とりにく、赤いんげん豆	こむぎこ、かつ、紅芋 ジャガイモ、オリーブ油、かつ マカロニ、かたくり粉 かつ、ごま	ニンタ、タネ、ニンジン、トマト バナナ、かつ、ニンジン なし	
8	木	 むぎごはん 大根のそぼろ煮 きびなごからあげ 小松菜のごまあえ	ぶたにく、大豆、かつ、厚揚げ きびなご	こめ、むぎ かつ油、かつ、かたくり粉 こむぎこ、かたくり粉、かつ油	だいこん、ニンジン、たけのこ、コンヤ、ショウ ガ、あお豆	花かつお
9	金	 ウッチンごはん ギーマカレー ブルーベリーサラダ ブルーベリーゼリー	ぎゅうにく、ぶたにく、高野豆腐 鶏レバー、大豆	こめ、そば ジャガイモ、かつ油、こむぎこ バター	ニンジン、タネ、ピーマン、ニンタ、りんご トマト ブルーベリー、りんご	小麦、乳
19	月	 黒米ごはん イナムドウチ 手切りイリチー 紅芋だんご	ぶたにく、白かまぼこ、みそ ぶたにく、チキアキ、こんぶ、うすあげ	こめ、もち米、黒米、ごま かつ油、かつ 紅芋、もち粉、かつ、ごま、かたくり粉 かつ油	ショウガ、ニンタ ニンタ、だいこん、ニンジン	花かつお 花かつお
20	火	 たきこみピラフ 魚のみそマヨ焼き 大根サラダ	ぶたにく、ベーコン さわらび、みそ とりにく	こめ、そば、かつ油、バター ノイックマネズ かつ	ニンジン、ニンタ、タネ、ピーマン、赤ピーマン タネ だいこん、かつ、ニンジン	かつお節、小麦
21	水	 むぎごはん 豚スープ ピピンパ ピロシニ(和み) ヨーグルト(小のみ) ソノール元気ヨーグルト(中のみ)	とりにく、タコ、とうふ ぎゅうにく	こめ、むぎ かたくり粉 かつ、かつ油 ごま、ごま油	ニンジン、ショウガ、チンゲン菜 ニンタ、ショウガ ごまつな、かつ、ニンジン	
22	木	 ラーメン(備食) みそラーメン(汁・具) コマドもごあえ ぶどう	ぶたにく、わかめ、なると、みそ	こむぎこ、かつ油 ごま、ごま油	はくさい、ニンタ、長ねぎ、ニンジン、ニンタ、ショウガ	花かつお かつお風調味料 いわし粉末、さば 昆布エキス
23	金	 むぎごはん きのこ汁 キャベツの梅あえ じゃがいものそぼろあんかけ スタックアーモンド	とりにく ぶたにく、大豆	こめ、むぎ かつ ジャガイモ、バター、かたくり粉、かつ油 かつ アーモンド、かつ油	ニンジン、ニンタ、キャベツ、かつ しめじ、ショウガ、なめこ、なす、長ネギ キャベツ、ニンジン、かつ、だいこん、梅肉(りんご)	花かつお かつお節エキス 昆布エキス、小麦 花かつお
26	月	 むぎごはん 森のきのこカレー パンパンジーサラダ みかん	ぶたにく、とりレバー、白花豆 白いんげん豆 とりにく	こめ、むぎ かつ油、こむぎこ、バター、さつまいも	ニンタ、タネ、ニンジン、マツタケ、シジ、エリンギ あお豆、トマト キャベツ、もやし、ニンタ みかん	小麦、乳 小麦、ゼラチン
27	火	 くりごはん 鶏肉ととうがんの煮付け もずく入り厚焼き玉子 かき	とりにく、厚揚げ、こんぶ たまご、もずく、ひじき	こめ、くり、かつ かつ、かつ油 かつ、かたくり粉、かつ油	とうがん、ニンジン、いんげん、ショウガ、ニンヤ ほうれん草、ニンタ、ニンジン かき	花かつお かつお・昆布だし
28	水	 きびごはん わかめスープ ホイコーロー あげギョーザ	わかめ、ちくわ、とうふ 厚揚げ、ぶたにく	こめ、そば ごま油、ごま かつ、かつ油、ごま油、かたくり粉	長ネギ、エノキ キャベツ、ニンジン、ピーマン、タネ、かつ	花かつお 小麦、魚介エキス かき
29	木	 むぎごはん さつま汁 さんまのかば焼き キャベツのおかかあえ	ぶたにく、うすあげ、みそ さんま	こめ、むぎ さつまいも、さといも こむぎこ、かたくり粉、かつ油、かつ	ニンジン、ごぼう、長ネギ ショウガ キャベツ、かつ、キャ	花かつお
30	金	 黒米粉パン かぼちゃスープ かぼちゃ型ハンバーグ カリフラワーサラダ パンフキンパバロア	脱脂粉乳 とりにく、白花豆、白いんげん豆 とりにく、ぶたにく 豆乳、大豆	こむぎこ、かつ、黒米粉 ジャガイモ、こむぎこ、バター パン粉、かつ ごま、かつ かつ、かつ油	キャベツ、ニンタ、ピーマン かぼちゃ、たんぱく、リンゴ、ピーマン タネ、かぼちゃ、ショウガ カリフラワー、ニンタ、赤ピーマン かぼちゃ	小麦

※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。