

学校給食の 基準量	E=エネルギー 650 Kcal	P=タンパク質 21.1~32.5 g	F=脂質 14.4~21.7g
--------------	---------------------	------------------------	--------------------

※「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 卵、乳、小麦、落花生(ピーナッツ)、えび、かに、そば	その他 いか、たこ、貝類(あさり、かき、ほたて等)、まぐろ、バナナ、キウイ
--	--

※ 醤油と酢に含まれる「小麦」は表示していませんが、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	調味料由来
8	金	ごはん お花のハンバーグ なの花のごま和え なかみ汁 さくらゼリー	とうふ、とり肉、おから なかみ、ぶた肉	米 油、さとう、でん粉 ごま、さとう さとう、水あめ	たまねぎ、にんじん、にんにく、しょうが なの花、はくさい、にんじん こんにゃく、しいたけ、しょうが さくらんぼ、レモン	
11	月	麦ごはん はるまき 春雨サラダ 冬瓜の中華煮	ぶた肉、大豆 系かまぼこ ぶた肉、あつあげ、みそ	米、麦 小麦粉、水あめ、ラード、でん粉、春雨、 さとう、コーンフラワー、油 春雨、さとう、ごま油 油、でん粉、ごま油	キャベツ、にんじん、たまねぎ、しいたけ、しょうが だいこん、キャベツ とうがんと、たまねぎ、にんじん、金美にんじん、にら、しいた け	
12	火	きびごはん サバのでんがくみそ焼き ほうれん草のおひたし わかたけ汁	さば、みそ うすあげ わかめ、とり肉	米、もちきび 油、水あめ、さとう さとう	ほうれん草、はくさい、にんじん、えのきたけ たけのこ、長ねぎ	
13	水	春野菜のペペロンチーノ ひじきサラダ キャベツのメンチカツ	ベーコン、ぶた肉 ひじき、ちくわ ぶた肉、とり肉	スパゲティ(小麦)、オリーブ油 ごま、ドレッシング(小麦) パン粉(小麦)、ラード、油、小麦粉、コー ンフラワー、でん粉、さとう	にんにく、なの花、金美にんじん、にんじん、たまねぎ、しめ じ、エリンギ、パジル きゅうり、だいこん、にんじん、コーン キャベツ	
14	木	タコライス コンソメスープ オレンジ	麦ごはん タコライスの具 牛肉、ぶた肉、ぶたレバー、大豆、チー ズ(乳) とり肉	米、麦 油 じゃがいも、油	たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、トマト、キャベツ、 赤ピーマン にんじん、たまねぎ、こまつな、コーン、にんにく オレンジ	
15	金	麦入りクファージュシー キャベツ入平つくね 小松菜とじゃこの和え物 さつまポテト	ぶた肉、白かまぼこ、こんぶ とり肉、えんどう豆、かつおぶし チリメン	米、麦、油 ラード、でん粉、さとう さとう、ごま油 さつまいも、さとう、油、水あめ	にんじん、青ねぎ キャベツ、しょうが こまつな、キャベツ、にんじん、コーン	
18	月	麦ごはん チキンカレー 春やさいサラダ お祝いいちごゼリー	とり肉、ぶたレバー 豆乳、大豆	米、麦 じゃがいも、油、米粉、乳なしマーガリン ドレッシング(小麦)、ごま 油、水あめ、さとう	たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、トマト キャベツ、金美にんじん、赤ピーマン、ブロッコリー、カリフ ラワー いちご	
19	火	麦ごはん マーボーとうふ 大根の中華サラダ りんご	ぶた肉、ぶたレバー、大豆、とうふ、みそ 系かまぼこ	米、麦 油、ごま油、さとう、でん粉 春雨、さとう、ごま油	にんにく、しょうが、しいたけ、にんじん、たまねぎ、にら だいこん、キャベツ、えだ豆 りんご	小麦
20	水	チキンライス 魚のマスタード焼き カラフルコーンサラダ カップdeヤクルト	とり肉、ウインナー パサ、みそ 脱脂粉乳(乳)、ゼラチン、かんてん、 はっ酵乳(乳)	米、麦、油、乳なしマーガリン 卵なしマヨネーズ ドレッシング 生クリーム(乳)、油(乳)、さとう	にんじん、たまねぎ、ピーマン、コーン パセリ アスパラガス、コーン、キャベツ、きゅうり、にんじん	
21	木	きびごはん さわらの竜田あげ とうふチャンプルー じゃがいものみそ汁	さわら ポーク、とうふ うすあげ、みそ	米、もちきび でん粉、米粉、油 油 じゃがいも 小麦粉、さとう、油、黒糖、糖蜜	しょうが キャベツ、にんじん、こまつな、にんにく チンゲンサイ、えのきたけ	
22	金	こくとうパン てりやきチキン 花やさいサラダ 県産キャロットスープ	脱脂粉乳(乳) とり肉 とり肉、いんげん豆、豆乳	小麦粉、さとう、油、黒糖、糖蜜 水あめ、さとう ドレッシング じゃがいも、米粉、乳なしマーガリン	にんにく カリフラワー、ブロッコリー、きゅうり、赤ピーマン にんじん、たまねぎ、パセリ	
25	月	麦ごはん ほきの洋風みそ焼き きんぴらごぼう アーサ汁 清見みかん	ほき、みそ ぶた肉 アーサ、とうふ	米、麦 卵なしマヨネーズ さとう、ごま油、ごま	パセリ ごぼう、にんじん、いんげん、こんにゃく とうがんと、しょうが 清見みかん	
26	火	やきそば 大根のナムル 紅いもだんご	ぶた肉、青のり とり肉	ちゅうかめん(小麦)、油、ごま油 ごま、ごま油、さとう べにいも、もち粉、さとう、ごま、でん粉、 油	にんじん、キャベツ、たまねぎ、こまつな、木くらげ だいこん、パクチョイ、にんじん	
27	水	麦ごはん カリボリ煮干し こまつなの和え物 冬瓜のにつけ	カエリ 系かまぼこ ぶた肉、あつあげ、こんぶ	米、麦 水あめ、さとう、ごま、アーモンド ドレッシング さとう	こまつな、はくさい、黄ピーマン こんにゃく、とうがんと、にんじん、いんげん	
28	木	カレーピラフ トマトオムレツ パパイアサラダ ぶどう	ぶた肉、ウインナー 卵、とり肉 系かまぼこ	米、乳なしマーガリン、油 油、でん粉 卵なしマヨネーズ、さとう、ごま	マッシュルーム、コーン、にんじん、たまねぎ、ピーマン、赤 ピーマン トマト、たまねぎ パパイア、キャベツ、きゅうり ぶどう	

お 子 さ ん と 献 立 の 確 認 を お 願 い し ま す !

毎月、献立のアレルゲンを表記した「詳細献立表(アレル
 ギー)」を配付します。お子さんと一緒に自分のアレルゲン
 が含まれるメニューがいつ提供されるのか、確認してくだ
 さい。また、提供される当日にも声かけをお願いします。

