

※「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。

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
--------------	---------------------	------------------------	--------------------

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、はたて等)、まぐろ、ハナチ、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。
- ※ 配合表をもとに表記しているため、表示義務7品目以外の食品については表記されない場合もあります。
- ※ 給食で使用するもずくやアーサ、チリメンなどにエビ・カニが混ざる可能性があります。
- ※ 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
2	月	牛乳	麦ごはん れんこん入りつくね たくあんあえ 肉どうふ	とり肉,大豆 ぶた肉,とうふ	米,麦 油,パン粉(小麦),でん粉,さとう,油 ごま,さとう 油,さとう	たまねぎ,れんこん,しょうが きゅうり,にんじん,キャベツ,だいこん漬 こんにゃく,にんじん,はくさい,長ねぎ,ほうれん草,しいたけ	
6	金	牛乳	たけのこごはん かつおフライ 白菜とちくわのごま和え こどもの日日向夏ゼリー	とり肉,うすあげ かつお ちくわ	米,油 パン粉(小麦),小麦粉,油 さとう,ごま さとう	はくさい,きゅうり,にんじん ひゅうがなつ,レモン	
9	月	牛乳	麦ごはん いわしのうめ煮 ゴーヤーチップス とん汁	いわし ぶた肉,みそ	米,麦 さとう,でん粉 小麦粉,でん粉,油 ごま油,じゃがいも	うめぼし,しその葉 ゴーヤー しょうが,だいこん,にんじん,たまねぎ,はくさい,こんにゃく	
10	火	牛乳	麦ごはん チキンストロガノフ イタリアンサラダ フレンチクレープ(チョコ)	とり肉,豆乳,いんげん豆 とり肉 豆乳	米,麦 じゃがいも,油,米粉,乳なしマーガリン ドレッシング さとう,油,米粉,水あめ,ココア,でん粉	たまねぎ,にんじん,マッシュルーム,トマト,にんにく キャベツ,赤ピーマン,たまねぎ,アスパラガス,カリフラワー	
11	水	牛乳	シナモントースト アーモンドサラダ 豆乳グリーンスープ	脱脂粉乳(乳) とり肉,白花生,白いんげん豆,豆乳	小麦粉,さとう,油,マーガリン(乳),さとう アーモンド,さとう じゃがいも,米粉,乳なしマーガリン	シナモン こまつな,キャベツ,えだ豆 グリーンピース,たまねぎ,セロリー,パセリ	
12	木	牛乳	ピビンバ ピビンバの具 春雨スープ アセロラゼリー	牛,肉,みそ,きんし卵(卵・小麦) とり肉	米,麦 ごま油,さとう,ドレッシング(小麦),ごま 春雨,でん粉 さとう	ごぼう,にんじん,にんにく,もやし,こまつな しいたけ,チンゲンサイ,たけのこ アセロラ	
13	金	牛乳	クワージュージー 焼きししゃも こまつなサラダ すいか	ぶた肉,白かまぼこ,こんぶ ししゃも 系かまぼこ	米,油 ドレッシング	しいたけ,にんじん,青ねぎ こまつな,はくさい,黄ピーマン すいか	
16	月	牛乳	ミートソーススパゲティ くるまふ,ナゲット ごぼうサラダ びわ	ぶた肉,ぶたレバー,大豆 とり肉,くるまふ(小麦) チーズ(乳)	スパゲティ(小麦),オリーブ油,さとう 油 さとう,ごま,卵なしマヨネーズ	にんじん,たまねぎ,セロリー,にんにく,トマト にんにく ごぼう,赤ピーマン,アスパラガス びわ	小麦
17	火	牛乳	麦ごはん とり肉の梅焼き 小松菜のおかか和え じゃがいものみそ汁	とり肉 系けずり うすあげ,みそ	米,麦 さとう ごま,ごま油 じゃがいも	うめ,しその葉 こまつな,はくさい,にんじん チンゲンサイ,えのきたけ	
18	水	牛乳	麦ごはん ひじきゆずまい マーボーなす パンサンスー	ぶた肉,大豆,ひじき,とり肉 ぶた肉,ぶたレバー,大豆,とうふ,みそ 系かまぼこ,きんし卵(卵・小麦)	米,麦 でん粉,さとう,小麦粉 油,さとう,ごま油,でん粉 春雨,ごま,さとう,ごま油	キャベツ,たまねぎ,しょうが,しいたけ にんじん,たまねぎ,長ねぎ,なす,木くらげ,にんにく,しょうが きゅうり,もやし	小麦
19	木	牛乳	きびごはん まぐろの天ぷら タマナーチャンプルー もずく汁	まぐろ,卵 とうふ,ポーランドチョンミート もずく,とり肉	米,もちきび 小麦粉,油 油	キャベツ,もやし,にんじん,にら とうがん,青ねぎ	
20	金	牛乳	麦ごはん ボークカレー ビーンズサラダ フルーツポンチ	ぶた肉,ぶたレバー ひよこ豆,えんどう豆,いんげん豆	米,麦 じゃがいも,油,米粉,乳なしマーガリン 卵なしマヨネーズ,ドレッシング ぶどうゼリー,白玉だんご	たまねぎ,にんじん,ピーマン,エリンギ,にんにく,トマト えだ豆,きゅうり,キャベツ パインアップル,みかん,黄桃(もも),ナタデココ,シークワサー	
23	月	牛乳	麦ごはん 手づくりふりかけ からし菜のささみ和え 肉じゃが	チリメン,青のり,系けずり とり肉 ぶた肉	米,麦 ごま,さとう 卵なしマヨネーズ,ドレッシング(小麦) 油,じゃがいも,さとう	からし菜,もやし,コーン にんじん,たまねぎ,いんげん,こんにゃく	
24	火	牛乳	メキシカンライス 野菜コロッケ ブロッコリーサラダ パイン	ぶた肉,ウインナー,えび 大豆 大豆	米,油 じゃがいも,小麦粉,さとう,パン粉(小麦),油,でん粉 ドレッシング(小麦)	にんじん,たまねぎ,ピーマン,金美にんじん,マッシュルーム,トマト にんじん,かぼちゃ,たまねぎ,えだ豆 ブロッコリー,こまつな,きゅうり,赤ピーマン,黄ピーマン パインアップル	
25	水	牛乳	麦ごはん さばのごま焼き 梅かつお和え 大根のそぼろ煮	さば 系けずり ぶた肉,ぶたレバー,あつあげ	米,麦 ごま,さとう さとう さとう,油,でん粉	はくさい,こまつな,コーン,うめ しょうが,にんじん,だいこん,チンゲンサイ,こんにゃく	
26	木	牛乳	紅芋パン カラフルコーンサラダ ビーンズシチュー マーコットオレンジ	脱脂粉乳(乳) ぶた肉,いんげん豆,金時豆,豆乳	小麦粉,油,さとう,べにいも ドレッシング じゃがいも,油,乳なしマーガリン,小麦粉	アスパラガス,コーン,キャベツ,きゅうり,にんじん にんにく,にんじん,たまねぎ,しめじ,グリーンピース マーコットオレンジ	小麦
27	金	牛乳	きびごはん しょうが焼き 小松菜とじゃこの和えもの 白菜のみそ汁	ぶた肉 チリメン うすあげ,みそ	米,もちきび さとう さとう,ごま油	しょうが こまつな,キャベツ,にんじん,コーン はくさい,にんじん,ねぎ,しめじ	
30	月	牛乳	ひじきごはん あじフライ きりぼし大根のハリハリづけ りんご	ぶた肉,チキアギ,ひじき,うすあげ あじ こんぶ,ハム(乳・卵)	米,油 パン粉(小麦),小麦粉,油 ごま,さとう	にんじん,えだ豆,しいたけ きりぼし大根,にんじん,きゅうり りんご	
31	火	牛乳	麦ごはん とりのピリから焼き パンパイイリチー うちなーみそ汁	とり肉 ツナ(まぐろ) ぶた肉,とうふ,みそ	米,麦 さとう,ごま油 油	しょうが,にんにく パンパイ,にんじん,にら,にんにく とうがん,にんじん,こまつな	