

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

※ 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。
 ※ 配合表をもとに表示しているため、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
1	水	牛乳 スパゲティナポリタン カップグラタン イタリアンサラダ	ウインナー、ぶた肉 豆乳、大豆、おから とり肉	スパゲティ(小麦)、オリーブ油、さとう じゃがいも、でん粉、さとう、水あめ、米粉、油 ドレッシング	にんじん、たまねぎ、ピーマン、マッシュルーム、トマト、にんにく どうもろこし、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう 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	
2	木	牛乳 麦ごはん わかめとモウウィの酢の物 冬瓜のにつけ あまがし	わかめ、系かまぼこ ぶた肉、あつあげ、こんぶ 金時豆、緑豆	米、麦 さとう さとう さとう、黒糖、麦	モウウィ(しろり)、シークアーサー こんにやく、どうがん、にんじん、いんげん	
3	金	牛乳 昆布ごはん カミカミ米粉天ぷら 白菜のごまあえ 元氣ヨーグルト	ぶた肉、こんぶ、白かまぼこ カワハギ ヨーグルト(乳)	米、油 米粉、でん粉、油 ごま、さとう	にんじん、青ねぎ はくさい、チンゲンサイ、にんじん	
6	月	牛乳 麦ごはん ぶた肉のねぎ塩いため とりつくね中華スープ バナナ	ぶた肉 とり肉、肉だんご(小麦)	米、麦 油、ごま油 春雨、でん粉	キャベツ、たまねぎ、長ねぎ、にんじん、にんにく 木くらげ、にんじん、青ねぎ、はくさい バナナ	
7	火	牛乳 きびごはん さばのしょうが焼き 小松菜のおひたし 具だくさんみそ汁	さば うすあげ とり肉、あつあげ、みそ	米、もちきび さとう さといも	しょうが こまつな、はくさい、にんじん ごぼう、だいこん、にんじん、青ねぎ、こんにやく	
8	水	牛乳 麦ごはん やさいふりかけ アーモンド和え 肉だんごのもの	かつおぶし 肉だんご	米、麦 油、さとう アーモンド、さとう じゃがいも、油、さとう	かぼちゃ、広島菜、にんじん、大根葉、しその葉、水菜 キャベツ、チンゲンサイ、にんじん にんじん、たまねぎ、こんにやく、いんげん	
9	木	牛乳 あげパン ぶたしゃぶサラダ とり肉とひよこ豆のトマトに	脱脂粉乳(乳)、きな粉 ぶた肉 とり肉、ひよこ豆、いんげん豆	小麦粉、さとう、油、アーモンド、黒糖 ごま、ドレッシング(小麦) じゃがいも、オリーブ油	キャベツ、きゅうり、にんじん たまねぎ、にんじん、にんにく、トマト、パセリ	
10	金	牛乳 麦ごはん とりのごま風味焼き きんぴらごぼう かきたま汁	とり肉 ぶた肉 卵、どうぶ	米、麦 さとう、ごま油、ごま さとう、ごま油、ごま でん粉	ごぼう、にんじん、いんげん、こんにやく 水菜、にんじん、えのきたけ	
13	月	牛乳 きびごはん さわらのシークアーサー焼き タマナーチャンプルー シカムドゥチ	さわら どうぶ、ポークランチョンミート ぶた肉、白かまぼこ、うすあげ	米、もちきび さとう 油	シークアーサー キャベツ、もやし、にんじん、にら だいこん、こまつな、しいたけ、こんにやく	
14	火	牛乳 麦ごはん とり肉のさらさあげ しらすの和えもの さつま汁	とり肉 チリメン とり肉、みそ	米、麦 でん粉、小麦粉、油 さとう さつまいも	しょうが もやし、パクチョイ、にんじん だいこん、にんじん、チンゲンサイ	
15	水	牛乳 たかなチャーハン 焼ききょうざ 小松菜のナムル ずも	ぶた肉 ぶた肉 とり肉	米、ごま油、ごま油 ラード、さとう、でん粉、油、小麦粉 ごま、ドレッシング(小麦)、さとう、ごま油	たかな漬け、にんじん、たまねぎ、コーン、えだ豆 しょうが、にら、たまねぎ、キャベツ こまつな、にんじん、キャベツ ずも	
16	木	牛乳 パーカーハウスパン 魚フライ コールスロー パンパキンスープ	脱脂粉乳(乳) ホキ 卵なしマヨネーズ、さとう 豆乳	小麦粉、さとう、油 でん粉、パン粉(小麦)、小麦粉、油 卵なしマヨネーズ、さとう 油、小麦粉、乳なしマーガリン	キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン かぼちゃ、たまねぎ、パセリ	
17	金	牛乳 麦ごはん チキンカレー ひじきサラダ フルーツヨーグルト	とり肉、ぶたレバー ひじき、ちくわ ヨーグルト(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(小麦)	たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、トマト きゅうり、だいこん、にんじん、コーン みかん、黄桃(もも)、洋なし、ぶどう、パイナップル、さくらんぼ、ナタデココ	
20	月	牛乳 麦ごはん いわしのうめ煮 ちくぜんに 紅芋とアーモンドのかりんとう	いわし とり肉	米、麦 さとう、でん粉 さといも、油、さとう	うめぼし、しその葉 にんじん、だいこん、ごぼう、こんにやく、れんこん、いんげん、しいたけ	
21	火	牛乳 麦ごはん いろどり中華サラダ マーボーへちま オレンジ	系かまぼこ、きんし卵(卵・小麦) ぶた肉、ぶたレバー、大豆、どうぶ、みそ	米、麦 さとう、ごま油 油、さとう、ごま油、でん粉	きゅうり、もやし にんじん、たまねぎ、長ねぎ、へちま、木くらげ、にんにく、しょうが オレンジ	小麦
22	水	牛乳 カンダバージュシー きりぼし大根の和え物 どうぶハンバーグ やきいも(ポイル)	ぶた肉 とり肉 どうぶ、魚肉すり身、とり肉、大豆	米、麦 ごま、さとう やまいも、油、さとう、でん粉 さつまいも	はくさい、にんじん、カンダバー、しいたけ きりぼし大根、きゅうり、にんじん たまねぎ、にんじん、ねぎ、れんこん	
24	金	牛乳 やきにく丼 大根とわかめのみそ汁	牛肉 わかめ、うすあげ、みそ	米、麦 油、さとう、ごま	しょうが、にんにく、たまねぎ、にんじん、黄ピーマン、にんにくの芽、エリンギ だいこん、長ねぎ	小麦
27	月	牛乳 カレーうどん ちくわのいそべあげ エクレア	とり肉、鶏レバー、ナルト ちくわ、青のり 卵、練乳(乳)、脱脂粉乳(乳)	うどん(小麦)、小麦粉、乳なしマーガリン 米粉、卵なしマヨネーズ、油 マーガリン(乳)、小麦粉、チョコレート(乳)、油、さとう	にんじん、たまねぎ、はくさい、こまつな、長ねぎ、しめじ	小麦
28	火	牛乳 麦ごはん ぶた肉のなんばんソースがけ ひじき炒め じゃがいものみそ汁	ぶた肉 ぶた肉、ひじき、チキアギ、大豆 うすあげ、みそ	米、麦 さとう、油、ごま、でん粉 油、さとう じゃがいも	長ねぎ にんじん、にら、こんにやく チンゲンサイ、えのきたけ	
29	水	牛乳 麦ごはん 魚の青のりフライ 白菜のおかか和え さわにわん	バサ、青のり 糸けずり ぶた肉	米、麦 小麦粉、パン粉(小麦)、油 さとう 春雨	はくさい、こまつな えのきたけ、にんじん、ごぼう、みずな	
30	木	牛乳 タコライス コンソメスープ りんご	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 りんご	