

※「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、バナナ、キウイ、牛、豚(ぶた)
--	--

※ 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
1	木	牛乳 麦ごはん ビーフストロガノフ オリヴィエサラダ オレンジ	牛肉 とり肉	米、麦 油、小麦粉、乳なしマーガリン じゃがいも、卵なしマヨネーズ、ドレッシング	にんにく、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、トマト きゅうり、にんじん、ピクルス オレンジ	小麦、豚
2	金	牛乳 野菜そば 手づくりサターアングギー	ぶた肉、チキアギ 脱脂粉乳(乳)、卵	沖縄そば(小麦)、油 小麦粉、さとう、ごま、油	しょうが、キャベツ、たまねぎ、こまつな、にんじん、にんにく	豚エキス
5	月	牛乳 わかめごはん ししゃもフライ アーモンド和え とりじゃが	わかめ ししゃも、大豆 とり肉	米、さとう パン粉(小麦)、小麦粉、コーンフラワー、でん粉、油 アーモンド、さとう 油、じゃがいも、さとう	キャベツ、チンゲンサイ、にんじん にんじん、たまねぎ、いんげん、こんにゃく	
6	火	牛乳 麦ごはん 焼きぎょうざ ホイコーロー ちゅうか風コンスープ	ぶた肉 ぶた肉、みそ とり肉、卵、とうふ	米、麦 ラード(豚)、油、さとう、でん粉、小麦粉 油、さとう、でん粉 でん粉、ごま油	しょうが、にら、たまねぎ、キャベツ キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、黄ピーマン、たけのこ、しょうが、にんにく コーン、木くらげ、たまねぎ、ねぎ	小麦
7	水	牛乳 きびごはん 魚のあまずあんかけ けんちん汁 バナナ	赤魚 あつあげ	米、もちきび 米粉、油、さとう、でん粉 じゃがいも、ごま油	たまねぎ、ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン、シークアサー、しょうが ごぼう、だいこん、にんじん、パクチョイ バナナ	
8	木	牛乳 麦ごはん もやしのナムル キムチなべ さつま芋と栗のタルト	ぶた肉、とうふ、みそ 豆乳	米、麦 ごま、ドレッシング(小麦) くずり、さとう、ごま油 さつまいも、さとう、くり、油、米粉、コーンフラワー、でん粉	もやし、きゅうり、にんじん にんじん、チンゲンサイ、はくさい、キムチ(小麦)	豚エキス
9	金	牛乳 なかよしパン メープルジャム チキンのバジル焼き サーモンチャウダー	脱脂粉乳(乳) とり肉 さけ、とり肉、豆乳	小麦粉、さとう、油 メープルジャム じゃがいも、油、米粉、乳なしマーガリン	バジル にんじん、たまねぎ、セロリー、ブロッコリー、にんにく	小麦
12	月	牛乳 麦ごはん 肉だんご かぼちゃのそぼろあんかけ 魚そうめん汁	ぶた肉、とり肉 とり肉 糸かまぼこ	米、麦 油、さとう、ごま、でん粉、ラード(豚) 油、さとう、でん粉	ごぼう、たまねぎ、にんじん、りんご、しょうが、にんにく かぼちゃ、しょうが、えだ豆 にんじん、ねぎ、しいたけ	
13	火	牛乳 麦ごはん 春雨とわかめのサラダ マーボーだいこん みかん	わかめ ぶた肉、ぶたレバー、大豆、とうふ、みそ	米、麦 春雨、ごま、さとう、ごま油 油、さとう、でん粉、ごま油	キャベツ、にんじん、もやし にんにく、しょうが、だいこん、にんじん、たまねぎ、長ねぎ みかん	小麦、豚エキス
14	水	牛乳 麦ごはん 五目たまごやき きんぴらごぼう いもに	卵 ぶた肉 ぶた肉、あつあげ、みそ	米、麦 油、さとう、でん粉 油、さとう さといも	しいたけ、にんじん、コーン、たけのこ、グリーンピース ごぼう、にんじん、いんげん、こんにゃく にんじん、だいこん、はくさい、こまつな、長ねぎ	
15	木	牛乳 ちゅうかちまき風ごはん はるまき パンパンジー	ぶた肉、ベーコン(豚)、ひじき 大豆、ぶた肉 とり肉	米、もち米、油、ごま油 小麦粉、油、でん粉、さとう、コーンフラワー、水あめ、ラード(豚)、春雨 ごま、ドレッシング(小麦、はたて、豚)	しいたけ、にんじん、たけのこ、えだ豆、にんにく、しょうが キャベツ、たまねぎ、しょうが、にんじん、しいたけ きゅうり、にんじん、キャベツ	小麦、豚エキス 豚エキス
16	金	牛乳 きびごはん アングラス にんじんシリシリ 魚汁	ぶた肉、大豆、みそ 白かまぼこ、ツナ(まぐろ)、卵 赤魚、とうふ、みそ	米、もちきび さとう、油 油	しょうが にんじん、金美にんじん、にら、にんにく だいこん、にんじん、長ねぎ、ねぎ、しょうが	
20	火	牛乳 麦ごはん スピニッチカレー れんこんサラダ りんご	とり肉、とりレバー とり肉	米、麦 じゃがいも、油、米粉、乳なしマーガリン ごま、ドレッシング、さとう	たまねぎ、にんじん、ほうれん草、にんにく、トマト れんこん、ブロッコリー、きゅうり、赤ピーマン りんご	
21	水	牛乳 こくとうパン ほきのパン粉焼き シーザーサラダ ミネストローネ	脱脂粉乳(乳) ほき チーズ(乳) ウインナー(豚)、とり肉、いんげん豆	小麦粉、油、こくとう 卵なしマヨネーズ、パン粉(小麦) アーモンド、クルトン(乳、小麦)、ドレッシング(卵、乳) じゃがいも、マカロニ(小麦)、オリーブ油	バジル、パセリ キャベツ、にんじん、ブロッコリー にんじん、たまねぎ、セロリー、にんにく、トマト	豚エキス
22	木	牛乳 トゥンジージュシー マグロカツ 白菜のゆず和え あまSUNみかん	ぶた肉、白かまぼこ、ひじき まぐろ	米、田芋、油 パン粉(小麦)、でん粉、さとう、油 さとう	にんじん、しいたけ、ねぎ はくさい、こまつな、にんじん、ゆず あまSUNみかん	豚エキス
23	金	牛乳 ピラフ ローストチキン イタリアンサラダ クリスマスケーキ	とり肉 とり肉 豆乳	米、油 さとう ドレッシング さとう、米粉、油、ココア、水あめ、でん粉	たまねぎ、にんじん、えだ豆、コーン、マッシュルーム、にんにく、パセリ にんにく、しょうが キャベツ、赤ピーマン、アスパラガス、たまねぎ、カリフラワー	