

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	
5	木	ちんすくし おそうじ お菓子入りつくね しらすお 七草がゆ	とり肉 とり肉 チリメン、ワカメ とり肉	こめ、さとう 粟米、もち米、でんぷん パン粉、でんぷん、さとう さとう こめ	卵、卵黄、卵白、ニンジン、かぼち にんじん、だいこん、ごまつな、しいたけ キャベツ、たまねぎ、にんじん だいこん、きゅうり にんじん、はくさい、だいこん、しめじ しいたけ	小麦、大豆 大豆、小麦 大豆、小麦
6	金	クレープイリチー シユウマイ まつまおチト まごはん キーマカレー	ぶた肉、こんぶ、かまぼこ、油あげ ぶた肉 大豆 大豆	卵、油、さとう でんぷん、さとう、こむぎこ さつま芋、さとう、なたね油 こめ、むぎ マーガリン(乳抜き)、こむぎこ、卵、油	きりぼし、だいこん、こんにゃく たまねぎ、しょうが	小麦
10	火	ヨーソラダ みかん あわこはん 魚水大根シブシー せんさい 豚汁のり コッペパン ほうれん草卵-炊- ウインナーソースかけ ポイルキャベツ チキンライス ラビオリスープ オムレツ ヨーソラダ まごはん	ぎゅう肉、ぶた肉、豚レバー ひよこ豆 ぶた肉、あつあげ、こんぶ、みそ あずき のり 脱脂粉乳 とり肉、白花生、白いんげん豆 とうにゅう かつ(豚肉)	植物油 こめ、あわ 卵、油、さとう もち、さとう、こくとう、でん粉 さとう こむぎこ、さとう、ショート じゃがいも、マーガリン(乳抜き)、こむぎこ 卵、油 さとう、でん粉	たまねぎ、ピーマン、にんじん、マッシュルーム グリーンピース、トマト キャベツ、ブロッコリー、コーン みかん だいこん、にんじん、いんげん	大豆、小麦 大豆、小麦 大豆、小麦、牛肉
11	水	あわこはん 魚水大根シブシー せんさい 豚汁のり コッペパン ほうれん草卵-炊- ウインナーソースかけ ポイルキャベツ チキンライス ラビオリスープ オムレツ ヨーソラダ まごはん	ぶた肉、あつあげ、こんぶ、みそ あずき のり 脱脂粉乳 とり肉、白花生、白いんげん豆 とうにゅう かつ(豚肉)	こめ、あわ 卵、油、さとう もち、さとう、こくとう、でん粉 さとう こむぎこ、さとう、ショート じゃがいも、マーガリン(乳抜き)、こむぎこ 卵、油 さとう、でん粉	だいこん、にんじん、いんげん	大豆
12	木	あわこはん 魚水大根シブシー せんさい 豚汁のり コッペパン ほうれん草卵-炊- ウインナーソースかけ ポイルキャベツ チキンライス ラビオリスープ オムレツ ヨーソラダ まごはん	ぶた肉、あつあげ、こんぶ、みそ あずき のり 脱脂粉乳 とり肉、白花生、白いんげん豆 とうにゅう かつ(豚肉)	こめ、あわ 卵、油、さとう もち、さとう、こくとう、でん粉 さとう こむぎこ、さとう、ショート じゃがいも、マーガリン(乳抜き)、こむぎこ 卵、油 さとう、でん粉	だいこん、にんじん、いんげん	大豆
13	金	あわこはん 魚水大根シブシー せんさい 豚汁のり コッペパン ほうれん草卵-炊- ウインナーソースかけ ポイルキャベツ チキンライス ラビオリスープ オムレツ ヨーソラダ まごはん	ぶた肉、あつあげ、こんぶ、みそ あずき のり 脱脂粉乳 とり肉、白花生、白いんげん豆 とうにゅう かつ(豚肉)	こめ、あわ 卵、油、さとう もち、さとう、こくとう、でん粉 さとう こむぎこ、さとう、ショート じゃがいも、マーガリン(乳抜き)、こむぎこ 卵、油 さとう、でん粉	だいこん、にんじん、いんげん	大豆
16	月	あわこはん 魚水大根シブシー せんさい 豚汁のり コッペパン ほうれん草卵-炊- ウインナーソースかけ ポイルキャベツ チキンライス ラビオリスープ オムレツ ヨーソラダ まごはん	ぶた肉、あつあげ、こんぶ、みそ あずき のり 脱脂粉乳 とり肉、白花生、白いんげん豆 とうにゅう かつ(豚肉)	こめ、あわ 卵、油、さとう もち、さとう、こくとう、でん粉 さとう こむぎこ、さとう、ショート じゃがいも、マーガリン(乳抜き)、こむぎこ 卵、油 さとう、でん粉	だいこん、にんじん、いんげん	大豆
17	火	あわこはん 魚水大根シブシー せんさい 豚汁のり コッペパン ほうれん草卵-炊- ウインナーソースかけ ポイルキャベツ チキンライス ラビオリスープ オムレツ ヨーソラダ まごはん	ぶた肉、あつあげ、こんぶ、みそ あずき のり 脱脂粉乳 とり肉、白花生、白いんげん豆 とうにゅう かつ(豚肉)	こめ、あわ 卵、油、さとう もち、さとう、こくとう、でん粉 さとう こむぎこ、さとう、ショート じゃがいも、マーガリン(乳抜き)、こむぎこ 卵、油 さとう、でん粉	だいこん、にんじん、いんげん	大豆
18	水	あわこはん 魚水大根シブシー せんさい 豚汁のり コッペパン ほうれん草卵-炊- ウインナーソースかけ ポイルキャベツ チキンライス ラビオリスープ オムレツ ヨーソラダ まごはん	ぶた肉、あつあげ、こんぶ、みそ あずき のり 脱脂粉乳 とり肉、白花生、白いんげん豆 とうにゅう かつ(豚肉)	こめ、あわ 卵、油、さとう もち、さとう、こくとう、でん粉 さとう こむぎこ、さとう、ショート じゃがいも、マーガリン(乳抜き)、こむぎこ 卵、油 さとう、でん粉	だいこん、にんじん、いんげん	大豆
19	木	あわこはん 魚水大根シブシー せんさい 豚汁のり コッペパン ほうれん草卵-炊- ウインナーソースかけ ポイルキャベツ チキンライス ラビオリスープ オムレツ ヨーソラダ まごはん	ぶた肉、あつあげ、こんぶ、みそ あずき のり 脱脂粉乳 とり肉、白花生、白いんげん豆 とうにゅう かつ(豚肉)	こめ、あわ 卵、油、さとう もち、さとう、こくとう、でん粉 さとう こむぎこ、さとう、ショート じゃがいも、マーガリン(乳抜き)、こむぎこ 卵、油 さとう、でん粉	だいこん、にんじん、いんげん	大豆
20	金	あわこはん 魚水大根シブシー せんさい 豚汁のり コッペパン ほうれん草卵-炊- ウインナーソースかけ ポイルキャベツ チキンライス ラビオリスープ オムレツ ヨーソラダ まごはん	ぶた肉、あつあげ、こんぶ、みそ あずき のり 脱脂粉乳 とり肉、白花生、白いんげん豆 とうにゅう かつ(豚肉)	こめ、あわ 卵、油、さとう もち、さとう、こくとう、でん粉 さとう こむぎこ、さとう、ショート じゃがいも、マーガリン(乳抜き)、こむぎこ 卵、油 さとう、でん粉	だいこん、にんじん、いんげん	大豆
23	月	あわこはん 魚水大根シブシー せんさい 豚汁のり コッペパン ほうれん草卵-炊- ウインナーソースかけ ポイルキャベツ チキンライス ラビオリスープ オムレツ ヨーソラダ まごはん	ぶた肉、あつあげ、こんぶ、みそ あずき のり 脱脂粉乳 とり肉、白花生、白いんげん豆 とうにゅう かつ(豚肉)	こめ、あわ 卵、油、さとう もち、さとう、こくとう、でん粉 さとう こむぎこ、さとう、ショート じゃがいも、マーガリン(乳抜き)、こむぎこ 卵、油 さとう、でん粉	だいこん、にんじん、いんげん	大豆
24	火	あわこはん 魚水大根シブシー せんさい 豚汁のり コッペパン ほうれん草卵-炊- ウインナーソースかけ ポイルキャベツ チキンライス ラビオリスープ オムレツ ヨーソラダ まごはん	ぶた肉、あつあげ、こんぶ、みそ あずき のり 脱脂粉乳 とり肉、白花生、白いんげん豆 とうにゅう かつ(豚肉)	こめ、あわ 卵、油、さとう もち、さとう、こくとう、でん粉 さとう こむぎこ、さとう、ショート じゃがいも、マーガリン(乳抜き)、こむぎこ 卵、油 さとう、でん粉	だいこん、にんじん、いんげん	大豆
25	水	あわこはん 魚水大根シブシー せんさい 豚汁のり コッペパン ほうれん草卵-炊- ウインナーソースかけ ポイルキャベツ チキンライス ラビオリスープ オムレツ ヨーソラダ まごはん	ぶた肉、あつあげ、こんぶ、みそ あずき のり 脱脂粉乳 とり肉、白花生、白いんげん豆 とうにゅう かつ(豚肉)	こめ、あわ 卵、油、さとう もち、さとう、こくとう、でん粉 さとう こむぎこ、さとう、ショート じゃがいも、マーガリン(乳抜き)、こむぎこ 卵、油 さとう、でん粉	だいこん、にんじん、いんげん	大豆
26	木	あわこはん 魚水大根シブシー せんさい 豚汁のり コッペパン ほうれん草卵-炊- ウインナーソースかけ ポイルキャベツ チキンライス ラビオリスープ オムレツ ヨーソラダ まごはん	ぶた肉、あつあげ、こんぶ、みそ あずき のり 脱脂粉乳 とり肉、白花生、白いんげん豆 とうにゅう かつ(豚肉)	こめ、あわ 卵、油、さとう もち、さとう、こくとう、でん粉 さとう こむぎこ、さとう、ショート じゃがいも、マーガリン(乳抜き)、こむぎこ 卵、油 さとう、でん粉	だいこん、にんじん、いんげん	大豆
27	金	あわこはん 魚水大根シブシー せんさい 豚汁のり コッペパン ほうれん草卵-炊- ウインナーソースかけ ポイルキャベツ チキンライス ラビオリスープ オムレツ ヨーソラダ まごはん	ぶた肉、あつあげ、こんぶ、みそ あずき のり 脱脂粉乳 とり肉、白花生、白いんげん豆 とうにゅう かつ(豚肉)	こめ、あわ 卵、油、さとう もち、さとう、こくとう、でん粉 さとう こむぎこ、さとう、ショート じゃがいも、マーガリン(乳抜き)、こむぎこ 卵、油 さとう、でん粉	だいこん、にんじん、いんげん	大豆
30	月	あわこはん 魚水大根シブシー せんさい 豚汁のり コッペパン ほうれん草卵-炊- ウインナーソースかけ ポイルキャベツ チキンライス ラビオリスープ オムレツ ヨーソラダ まごはん	ぶた肉、あつあげ、こんぶ、みそ あずき のり 脱脂粉乳 とり肉、白花生、白いんげん豆 とうにゅう かつ(豚肉)	こめ、あわ 卵、油、さとう もち、さとう、こくとう、でん粉 さとう こむぎこ、さとう、ショート じゃがいも、マーガリン(乳抜き)、こむぎこ 卵、油 さとう、でん粉	だいこん、にんじん、いんげん	大豆
31	火	あわこはん 魚水大根シブシー せんさい 豚汁のり コッペパン ほうれん草卵-炊- ウインナーソースかけ ポイルキャベツ チキンライス ラビオリスープ オムレツ ヨーソラダ まごはん	ぶた肉、あつあげ、こんぶ、みそ あずき のり 脱脂粉乳 とり肉、白花生、白いんげん豆 とうにゅう かつ(豚肉)	こめ、あわ 卵、油、さとう もち、さとう、こくとう、でん粉 さとう こむぎこ、さとう、ショート じゃがいも、マーガリン(乳抜き)、こむぎこ 卵、油 さとう、でん粉	だいこん、にんじん、いんげん	大豆

※「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、ピーナッツ、そば、えび、かに
 表示推奨品目: あわび、いか、いくら、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、さけ、さば、大豆、やまいも、ごま
 ※しょうゆ、酢は記載はしていませんが、微量の小麦が含まれています。
 ※給食を食べる前に、内容を必ず確認しましょう。家庭、学級でも必ず確認しましょう。
 ※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センターまでお問い合わせください。
 ※給食センターで使用しているかまぼこは、卵、乳、エビ、カニは含んでいません。
 ※給食センターで使用しているハム、ベーコン、ウインナーは、卵、乳、は含んでいません。