

P

# 令和1年10月 詳細献立表(アレルギー)

鏡原学校給食センター  
917-3492

\*「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				その他														
卵	乳	小麦	落花生(ピーナッツ)	えび	そば	かに	豆乳	きなこ	甲殻類	いくら	魚卵	いか	たこ	サケ	タラ	青魚	貝類	魚介類
キウイ							キウイ	パイン	マンゴー	ごま	ジーマミー豆腐	ナツツ類	ごぼう	なす	よもぎ			

\*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。

\*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 もとになる食品	(きいろ) おもにエネルギーの もとになる食品	(みどり) おもに体の調子を 整えるもとになる食品	調味料
1	火	むぎごはん		ごめ,麦		
		あぶらみそ	ツナ,だいす,みそ	さとう,ごま,油	きゅうり,もやし,赤ピーマン,キャベツ,コーン	小麦,ごま
		ふたしゃぶサラダ	ふたにく		だいこん,にんじん,こまつな,しいたけ,しょうが	
		とりといたいこんのおつゆ	とりにく,こんぶ			
2	水	むぎごはん		ごめ,麦		
		もずくどん	ふたにく,もずく	油,さとう,でん粉	たまねぎ,にんじん,コーン,えだまめ,しょうが	
		ゆしどうふ	とうふ,みそ		ねぎ	
		なし			なし	
3	木	きなこあげパン(鏡原中)	きなこ	コッペパン(小麦,乳),さとう,ごくとう		
		コッペパン(小樽南小)	スキムミルク(乳)	こむぎこ,さとう,ショートニング		
		ジャム(小樽南小)		さとう	なつみかん,みかん,いよかん	
		チーズ(小樽南小)	チーズ(乳)	じゃがいも,マカロニ(小麦),油	たまねぎ,にんじん,えのきだけ,セロリー,パセリ	
		ぐだくさんスープ	ミートボール(小麦)	じゃがいも,マカロニ(小麦),油	たまねぎ,キャベツ,しめじ,ブロッコリー,カリフラワー	
4	金	プロッコリーソテー	ベーコン	油	にんじん,コーン,にんにく	
		ゆかりごはん		ごめ,さとう	レモ	
		べにいもだんご		べにいも,もちこ,さとう,でんぶん,ごま		
		ウサチー	ちくわ(タラ)	さとう	だいこん,きゅうり,にんじん,シークワーサー果汁	
7	月	なかみじる	なかみ,ふたにく		ごんにゅく,しいたけ,しょうが	
		ごもくたきごはん	とりにく,あぶらあげ	ごめ油	じいたけ,にんじん,ごぼう,ねぎ	
		あげだしうふ	とうふ	油,さとう	だいこん	
8	火	五色ええ	こんぶ,きんしたまご(卵),チリメン	ごま油,さとう	もやし,にんじん,ほうれんそう	
		げんまいごはん		ごめ,もちげんまい		
		ごぼうとりにくまき	とりにく	さとう	ごぼう	小麦
9	水	にんじんしりしり	ツナ,たまご	油	にんじん,たまねぎ,ピーマン	
		もずくのみぞしる	もずく,とうふ,みそ		えのきだけ,チングンサイ	
		わかめごはん	わかめ	ごめ,さとう		
10	木	マーミーチャンブルー	ふたにく,あつあげ,かまぼこ(タラ) かつおぶし	油	もやし,にんじん,にら	
		チムシング	ふたにく,ふたレバー,みそ	じゃがいも	にんじん,だいこん,ねぎ,しょうが,にんにく	
		ごくとうビーンズ	だいす	ごくとう		
		ごはん		ごめ		
11	金	マー婆ーなす	ふたにく,ふたレバー,とうふ,だいす,みそ	油,さとう,でん粉,ごま油	なす,たまねぎ,にんじん,にら,ながねぎ,だけのこ,しいたけ にんにく,しょうが	小麦 魚介エキス(かき,ほたて)
		ナムル		ごま,ごま油,さとう	もやし,こまつな,にんじん	
		ブルーベリーゼリー		さとう	ブルーベリー,りんご	
21	月	スパゲティナポリタン	ふたにく,ワインナー	スペゲティ(小麦),油,さとう	たまねぎ,にんじん,ピーマン,マッシュルーム,にんにく	
		こもらししゃもフライ	こもらししゃも(魚卵),大豆たんぱく	小麦でん粉,コーンフラワー,パンコ(小麦),油		
		だいすとチーズのサラダ	ハム(卵),だいす,チーズ(卵)	じゃがいも,卵,なしマヨネーズ,さとう	ブロッコリー,にんじん,コーン	
23	水	さつまポテト		さつまいも,さとう,油		
		あきやすみ				
		むぎごはん		ごめ,麦		
24	木	ポークカレー	ふたにく,ふたレバー	じゃがいも,油,ごむぎこ,乳なしマーガリン	たまねぎ,にんじん,ピーマン,セロリー,にんにく	小麦
		あきのフルーツポンチ		白玉だんご	ふどう,もも,パイナップル	
		ちゅうかおこわ	ふたにく	ごめ,もちごめ,くり,油,さとう,ごま油	たけのこ,しいたけ,にんじん,ながねぎ,グリンピース,しょうが	魚介エキス(かき,ほたて)
25	金	しろみさかなフライ	ホキ	でんぶん,パンコ(小麦),油		
		チングンサイのあえもの	とりにく	ごま,ごま油	チングンサイ,もやし	
		にくやさいそば(めん)		ごむぎこ,油		
26	木	にくやさいそば(具)	ふたにく,かまぼこ(タラ)	さとう,油		
		にくやさいそば(スープ)			キャベツ,にんじん,たまねぎ,もやし,ねぎ	
		くるまふのナゲット	とりにく,くるまふ(小麦)	ごむぎこ,油	にんにく	
28	月	むぎごはん		ごめ,麦		
		さんしょくごはん(とりそぼろ)	とりにく,だいす	油,さとう	しょうが	
		さんしょくごはん(きんしたまご)	たまご	でんぶん,油		小麦
		さんしょくごはん(あえもの)		ごま油	ほうれん草,もやし	
29	火	けんちんじる	あつあげ	ごま油	にんじん,だいこん,ごぼう,こんにゃく,ながねぎ,しいたけ	
		ごはん		ごめ		
		れんこんつくね	大豆たんぱく,とりにく	油,でんぶん,さとう,パンコ(小麦)	たまねぎ,しょうが,れんこん	魚介エキス
30	水	チーズおから	とりにく,おからチーズ(卵),ぎゅうにゅう	さとう,油	にんじん,たまねぎ,ねぎ	
		どんじる	ふたにく,みそ	じゃがいも	だいこん,ごぼう,にんじん,ながねぎ,こんにゃく,にんにく,しょうが	
		カレーピラフ	ふたにく,ウインナー,ひよこまめ	ごめ油,乳なしマーガリン	たまねぎ,にんじん,ピーマン,マッシュルーム,にんにく	
31	木	いわしのトマトに	いわし	さとう,ごめこ	レモン,たまねぎ,トマト	
		れんこんサラダ	とりにく	ごま	れんこん,ぎゅうり,にんじん,コーン	小麦,ごま
		むぎごはん		ごめ,麦		
31	木	タマナーチャンブルー	ふたにく,あつあげかつおぶし	油	キャベツ,もやし,にんじん,にら	
		クリーリジ	ふたにく,たまご,かまぼこ(タラ)		こんにゃく,しいたけ,とうがん,しょうが	
		カーフチー			カーフチー	
		なかよしパン	スキムミルク(乳)	ごむぎこ,さとう,ショートニング		
		ミートボール	とりにく,大豆たんぱく	さとう,油,でんぶん	たまねぎ,しおがにんにく	
		カラフルピクルス		さとう	カリフラワー,きゅうり,にんじん,黄ピーマン,シークワーサー果汁	
		かぼちゃのシチュー	とりにく,ベーコン,白花豆,白いんげん豆	油,乳なしマーガリン,ごむぎこ	かぼちゃ,にんじん,たまねぎ,さじ,ブロッコリー,コーン,にんにく	小麦
		パンプキンパバロア	とうにゅう,だいす	さとう,油	かぼちゃ	

## あきやすみ

21	月	むぎごはん		ごめ,麦		
		ポークカレー	ふたにく,ふたレバー	じゃがいも,油,ごむぎこ,乳なしマーガリン	たまねぎ,にんじん,ピーマン,セロリー,にんにく	小麦
		あきのフルーツポンチ		白玉だんご	ふどう,もも,パイナップル	
23	水	ちゅうかおこわ	ふたにく	ごめ,もちごめ,くり,油,さとう,ごま油	たけのこ,しいたけ,にんじん,ながねぎ,グリンピース,しょうが	魚介エキス(かき,ほたて)
		しろみさかなフライ	ホキ	でんぶん,パンコ(小麦),油		
		チングンサイのあえもの	とりにく	ごま,ごま油	チングンサイ,もやし	
24	木	にくやさいそば(めん)		ごむぎこ,油		
		にくやさいそば(具)	ふたにく,かまぼこ(タラ)	さとう,油		
		にくやさいそば(スープ)			キャベツ,にんじん,たまねぎ,もやし,ねぎ	
25	金	くるまふのナゲット	とりにく,くるまふ(小麦)	ごむぎこ,油		
		むぎごはん		ごめ,麦		
		さんしょくごはん(とりそぼろ)	とりにく,だいす	油,さとう	しょうが	
26	木	さんしょくごはん(きんしたまご)	たまご	でんぶん,油		
		さんしょくごはん(あえもの)		ごま油	ほうれん草,もやし	
		けんちんじる	あつあげ	ごま油	にんじん,だいこん,ごぼう,こんにゃく,ながねぎ,しいたけ	
28	月	ごはん		ごめ		
		れんこんつくね	大豆たんぱく,とりにく	油,でんぶん,さとう,パンコ(小麦)	たまねぎ,しょうが,れんこん	魚介エキス
		チーズおから	とりにく,おからチーズ(卵),ぎゅうにゅう	さとう,油	にんじん,たまねぎ,ねぎ	
29	火	どんじる	ふたにく,みそ	じゃがいも	だいこん,ごぼう,にんじん,ながねぎ,こんにゃく,にんにく,しょうが	
		カレーピラフ	ふたにく,ウインナー,ひよこまめ	ごめ油,乳なしマーガリン	たまねぎ,にんじん,ピーマン,マッシュルーム,にんにく	
		いわしのトマトに	いわし	さとう,ごめこ	レモン,たまねぎ,トマト	
30	水	れんこんサラダ	とりにく	ごま	れんこん,ぎゅうり,にんじん,コーン	小麦,ごま
		むぎごはん		ごめ,麦		
		タマナーチャンブルー	ふたにく,あつあげかつおぶし	油		