令和2年6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、パイン、マンゴー、ごま、ジーマミー豆腐、ナッツ類、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	月	牛乳	コーンピラフ	とりにく,ベーコン,ひよこまめ	こめ,油,乳なしマーガリン	たまねぎ,にんじん,ピーマン,コーン,マッシュルーム,にんにく	
			パパイヤとツナのサラダ	ツナ		パパイヤ,もやし,きゅうり,にんじん,コーン	
			チキンのからあげ	とりにく	でんぷん、こむぎこ、おおむぎこ、油	にんにく、しょうが	小麦
2	火	牛乳	ちらしずし		こめ,さとう	しいたけ,れんこん,にんじん,たけのこ,かんぴょう	小麦
			きざみのり	のり			
			すましじる	あつあげ,わかめ		だいこん,えのきたけ,ほうれんそう,ながねぎ	
			れんこんつくね	だいず,とりにく	油,でんぷん,さとう,パン粉、ラード	たまねぎ,しょうが,れんこん	
			こまつなのごまあえ	あぶらあげ	ごま,さとう	こまつな,キャベツ,にんじん	
3	水	牛乳	コッペパン	脱脂粉乳	ショートニング,さとう,こむぎこ		
			ぐだくさんスープ	とりにく,ベーコン	マカロニ（小麦),油	たまねぎ,にんじん,しめじ,セロリー,パセリ	
			ウインナートマトソースがけ	ウインナー	さとう	トマト,たまねぎ	
			コールスローサラダ		卵なしマヨネーズ,さとう、ドレッシング	キャベツ,きゅうり,にんじん,コーン	
4	木	牛乳	むぎごはん		こめ,麦		
			とんじる	ぶたにく,みそ	じゃがいも	とうがん,ごぼう,にんじん,ながねぎ,こんにゃく,にんにく,しょうが	
			きびなごのからあげ	きびなご	こむぎこ,でん粉,油		
			チーズおから	とりにく,おから(大豆),チーズ(乳),牛乳	さとう,油	にんじん,たまねぎ,ねぎ	
5	金	牛乳	スパゲティナポリタン	ぶたにく,ウインナー	スパゲティ(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	
			ホキのパンコやき	ホキ	卵なしマヨネーズ,パン粉(小麦)	バジル	
			ポテトサラダ	ツナ	じゃがいも,卵なしマヨネーズ,さとう	にんじん,えだまめ,コーン	
8	月	牛乳	むぎごはん		こめ,麦		
			ワンタンスープ	とりにく,ぶたにく	こむぎこ、油,さとう,でんぷん	にんにく,たまねぎしょうがねぎ、,にんじん,はくさい,にら	小麦
			チンジャオロース	ぶたにく	油,ごま油,さとう,でん粉	しょうが,にんにく,たまねぎ,ピーマン,赤ピーマン,黄ピーマン,たけのこ	魚介エキス(かき,ホタテ)
9	火	牛乳	げんまいごはん		こめ,もち玄米		
			みそけんちんじる	とうふ,みそ		しいたけ,だいこん,ごぼう,にんじん,金美にんじん,ながねぎ	
			さばのしおやき	さば			
			きんぴらごぼう	ぎゅうにく,かまぼこ(タラ)	油,さとう,ごま油,ごま	ごぼう,にんじん,こんにゃく	
10	水	牛乳	むぎごはん		こめ,麦		
			チキンカレー	とりにく,だいず	じゃがいも,油,こむぎこ,乳なしマーガリン	たまねぎ,にんじん,ピーマン,にんにく	小麦
			だいこんのコールスローサラダ	ツナ	卵なしマヨネーズ,さとう	せんぎりだいこん,きゅうり,コーン,レモン	
			とうにゅうプリン	とうにゅう	さとう、みずあめ、油		
11	木	牛乳	こくとうパン	脱脂粉乳	こむぎこ,さとう,ショートニング,黒ざとう		
			パンプキンスープ	ベーコン,白はな豆、白いんげん豆,とうにゅう	油,こむぎこ,乳なしマーガリン	かぼちゃ,たまねぎ,パセリ,にんにく	
			ミートボール	とりにく、だいず	ラード、さとう、油	たまねぎ、にんにく、しょうが,トマト	
			マセドアンサラダ	ツナ	じゃがいも、ドレッシング(小麦)	ブロッコリー,キャベツ,きゅうり,赤ピーマン	小麦
12	金	牛乳	むぎごはん		こめ,麦		
			アーサじる	アーサ,とうふ		しょうが	
			ちくぜんに	とりにく,ちくわ(タラ)	油,さとう	にんじん,ごぼう,れんこん,こんにゃく,しいたけ,えだ豆	
			タラのみそマヨやき	たら、みそ	卵なしマヨネーズ	にんにく	
15	月	牛乳	むぎごはん		こめ,麦		
			マーボーどうふ	ぶたにく,とうふ,だいず,みそ	油,さとう,でん粉	たまねぎ,にんじん,にら,ながねぎ,たけのこ,しいたけ,にんにく,しょうが	小麦,魚介エキス(かき,ホタテ)
			ナムル		ごま,ごま油,さとう	もやし,きゅうり,にんじん	
16	火	牛乳	むぎごはん		こめ,麦		
			にくじゃが	ぎゅうにく	じゃがいも,油,さとう,こくとう	たまねぎ,にんじん,こんにゃく,いんげん,しょうが	
			くるまふのナゲット	とりにく	ふ(小麦)、油	にんにく	
			キャベツとワカメのあえもの	わかめ,チリメン	ごま,さとう,ごま油	こまつな,キャベツ,きゅうり,赤ピーマン	
17	水	牛乳	なかよしパン	脱脂粉乳	ショートニング,さとう,こむぎこ		
			ミネストローネ	とりにく,ベーコン,だいず	じゃがいも,マカロニ(小麦),オリーブ油	にんじん,たまねぎ,セロリー,エリンギ,パセリ,トマト	
			ハンバーグ	とりにく,ぶたにく,だいず	油、さとう,でんぷん、ラード	たまねぎ	
			いろどりサラダ	とりにく	クルトン(小麦、乳)、ドレッシング(小麦)	ブロッコリー,キャベツ,にんじん,きゅうり,赤ピーマン	小麦
18	木	牛乳	むぎごはん		こめ,麦		
			とうがんととりのおつゆ	とりにく,こんぶ		とうがん,にんじん,こまつな,しいたけ,しょうが	
			マーミナーチャンプルー	ツナ,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	
19	金	牛乳	クファジューシー	ぶたにく,こんぶ,かまぼこ(タラ),あぶらあげ	こめ,油	にんじん,ねぎ,しいたけ	
			ゴーヤーのツナあえ	ツナ	さとう,ごま油	ゴーヤー,もやし,きゅうり	
			こもちししゃもフライ	ししゃも,だいず	こむぎこ、パン粉,油、でんぷん		
			アセロラゼリー		さとう、でん粉	アセロラ果汁、りんご	
22	月	牛乳	ぼろぼろじゅーしー	とりにく,あぶらあげ,みそ	こめ	カンダバー,こまつな,しいたけ	
			やさいチャンプルー	ぶたにく,あつあげ,かつおぶし	油	もやし,キャベツ,からしな,にんじん,にら	
			やきいも		あんのういも		
24	水	牛乳	むぎごはん		こめ,麦		
			もずくどん	ぶたにく,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	
			だいこんのみそしる	ぶたにく,あつあげ,みそ		だいこん,にんじん,こまつな	
			さつまポテト		さつまいも、さとう、油、水あめ		
25	木	牛乳	肉野菜そば(めん)		おきなわそば(小麦)		
			肉野菜そば(汁)	ぶたにく、かまぼこ(タラ)	さとう、油	キャベツ,にんじん,たまねぎ,もやし,ねぎ	
			グルクンのかおりあげ	グルクン,あおのり	こむぎこ,でん粉,油		
			かしわもち		じょうしんこ、さとう、みずあめ、あずき		
26	金	牛乳	むぎごはん		こめ,麦		
			シカムドゥチ	ぶたにく,かまぼこ(タラ)		こんにゃく,しいたけ,とうがん,にんじん,しょうが	
			フーイリチー	ぶたにく	ふ(小麦),油	キャベツ,もやし,にんじん,にら	
			あぶらみそ	ツナ,だいず、みそ	さとう,油	しょうが	
29	月	牛乳	むぎごはん		こめ,麦		
			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	
			ぶたにくのさっぱりみそやき	ぶたにく,みそ	さとう	シークヮーサー果汁	
			ブロッコリーのおかかあえ	ちくわ(タラ),かつおぶし	ドレッシング(小麦)	ブロッコリー,キャベツ,にんじん	小麦
30	火	牛乳	カレーピラフ	とりにく,ウインナー,ひよこまめ	こめ,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、こめこ	レモン,たまねぎ、トマト	
			ごぼうサラダ	とりにく	さとう、ごま、ドレッシング(小麦)	ごぼう,きゅうり,にんじん,コーン	小麦