平成31年4月　詳細献立表（アレルギー）

小祿学校給食センター

学校給食の基準量	E=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
	650 Kcal	21.1~32.5 g	14.4~21.7g

※「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	まぐろ、アーモンド、パイン、ほたて、グレープフルーツ、ごぼう、なす、魚、あわび いか、いくら、カシューナッツ、キウイ、牛肉、さけ、さば、大豆、やまいも、ごま、たらこ

※　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。
※　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・乳を含んでいません。
※　給食センターで使用しているかまぼこは、卵・乳・エビ・カニを含んでいません。

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
8	月	さくらちらしずし	しらす	こめ、さとう	れんこん、たけのこ、にんじん かんぴょう、桜の花	小麦、大豆
		牛乳 かしわじる	鶏肉,昆布		しょうが,とうがん,にんじん,こまつな	大豆
		さんまのかんろに	さんま	さとう、はちみつ、でんぷん		大豆
		グレープフルーツ			グレープフルーツ	
9	火	麦ごはん		こめ,麦		
		牛乳 ハヤシライス	牛肉,白花豆　白いんげん豆	ﾏｰｶﾞﾘﾝ（乳なし）,こむぎこ,あぶら さとう	たまねぎ,にんじん,ピーマン マッシュルーム,グリンピース,トマト	小麦、大豆、牛肉
		フルーツしらたま	豆乳	白玉だんご	もも,みかん,ぶどう	大豆
10	水	くろまいごはん		こめ,黒米		
		牛乳 イナムドゥチ	豚肉,かまぼこ、みそ		こんにゃく,しいたけ	
		からしなチャンプルー	豚肉,厚揚げ,糸けずり	あぶら	からし菜,にんじん,もやし	大豆
		おいわい☆デザート（中学校）	ゼラチン、豆乳	水あめ,さとう,でんぷん	いちご	
11	木	はいがなかよしパン	スキムミルク	こむぎこ、はいが、さとう、ショートニング		大豆
		牛乳 かぼちゃシチュー	鶏肉,白いんげん豆,豆乳	じゃがいも,ﾏｰｶﾞﾘﾝ（乳なし） あぶら,米粉	かぼちゃ,たまねぎ,にんじん,ほうれんそう	
		ブロッコリーサラダ	アーモンド	さとう	ブロッコリー,にんじん,コーン	大豆、小麦
		ニューサマー			ニューサマー	
12	金	ごもくチャーハン	豚肉	米,ごま油	しめじ,たまねぎ,にんじん,グリンピース	大豆
		牛乳 はるまき	豚肉	あぶら、こむぎこ、でんぷん はるさめ、さとう	キャベツ、たけのこ、たまねぎ しいたけ、にんじん	大豆、かきエキス、ごま
		バンバンジー	とりにく		こまつな,にんじん,もやし,きゅうり	小麦、ごま、ほたて、大豆
		パッションフルーツゼリー		さとう	パッションフルーツ、シークァサー	
15	月	麦ごはん		こめ,麦		
		牛乳 チキンカレー	鶏肉,豚レバー,白花豆 白いんげん豆	じゃがいも,あぶら,ﾏｰｶﾞﾘﾝ（乳なし） 米粉	たまねぎ,にんじん、にんにく、りんご	
		コールスロー	ハム	ノンエッグマヨネーズ,さとう	キャベツ,きゅうり,にんじん,コーン	大豆
		おいわい☆デザート（小学校）	ゼラチン、豆乳	水あめ,さとう,でんぷん	いちご	
16	火	きびごはん		こめ,もちきび		
		牛乳 さつまじる	鶏肉,みそ	さつまいも	金美にんじん,にんじん,ねぎ	
		こざかなのあめがらめ	カエリ,アーモンド	ごま,黒糖,さとう,はちみつ		大豆
		ごぼうサラダ	とりにく	ごま	ごぼう,きゅうり,にんじん	小麦、大豆
17	水	肉野菜そば（めん）		沖縄そば（こむぎこ）,あぶら		
		牛乳 肉野菜そば（汁）			しょうが	大豆、小麦、さば
		肉野菜そば（具）	豚肉,かまぼこ	あぶら、さとう	キャベツ,もやし,にんじん たまねぎ,にら	大豆
		パパイヤサラダ	ハム		パパイヤ,きゅうり,にんじん	小麦、大豆、ゼラチン
		ブルーベリークレープ	豆乳	あぶら,水あめさとう,でん粉,米粉	レモン,ブルーベリー	
18	木	麦ごはん		こめ,麦		
		牛乳 もずくとん	もずく,豚肉,大豆	あぶら,さとう,かたくり粉	しいたけ,コーン,たまねぎ,にんじん ピーマン,しょうが	大豆
		グルクンのシークァサーソース	グルクン	かたくり粉,さとう	シークヮーサー	大豆
		きよみみかん			清美みかん	
19	金	あみパン	スキムミルク	こむぎこ、さとう、ショートニング		大豆
		牛乳 いちごジャム		さとう	いちご	
		ベイザンヌスープ	鶏肉		だいこん,たまねぎ,ズッキーニ, にんじん,コーン,にんにく,パセリ	
		カラフルソテー	ひよこ豆,豚肉,ベーコン	あぶら	ブロッコリー,カリフラワー,ピーマン たまねぎ,にんにく	大豆
		ぶどう（2こ）			ぶどう	
22	月	ゆかりごはん		こめ、さとう	ゆかり	
		牛乳 シカムドゥチ	ぶたにく,かまぼこ		だいこん,こんにゃく,しいたけ,しょうが	大豆
		タマナーチャンプルー	豚肉,豆腐	あぶら	キャベツ,もやし,にんじん,ほうれんそう	大豆
23	火	麦ごはん		こめ,押し麦		
		牛乳 はるさめスープ	鶏肉,絹ごし豆腐	春雨	チンゲンサイ,にんじん,木くらげ	大豆
		チンジャオロースー	牛肉	あぶら,さとう,でんぷん,ごま油	ピーマン,たまねぎ,たけのこ,にんにく	大豆、カキエキス
		こめこのぎょうざ	豚肉	こめこ、ごま油、でんぷん、 もち米、発芽げんまい	キャベツ、白菜、玉ねぎ、にら、ねぎ しょうが、にんにく	大豆
24	水	スパゲティミートソース	豚肉,豚レバー,大豆	スパゲティ（こむぎこ）,オリーブ油 さとう	たまねぎ,にんじん,セロリー マッシュルーム,トマト,にんにく,パセリ	小麦、大豆
		牛乳 きゃべつのマリネ	アーモンド	さとう	キャベツ,たまねぎ,にんじん,レーズン	大豆、小麦、ゼラチン
		だいがくいも		さつまいも,あぶら,さとう,水あめ		大豆
25	木	ごこくごはん		こめ,胚芽押麦、もちきび、丸麦 黒米、赤米		
		牛乳 にくじゃが	豚肉	じゃがいも,あぶら,さとう	たまねぎ,にんじん,こんにゃく,えだ豆	大豆
		ごまじゃこあえ	チリメン	ごま,さとう,ごま油	きゅうり,キャベツ,にんじん	大豆
		オレンジ			オレンジ	
26	金	クファジューシー	豚肉,かまぼこ	米,あぶら	にんじん,ごぼう,しいたけ,ねぎ	大豆
		牛乳 きびなごのカリカリフライ	きびなご	あぶら、水あめ、さとう,でん粉 じゃがいも,米粉,玄米	しょうが	
		きゅうりのすのもの	わかめ	さとう	きゅうり,もやし	大豆、小麦