

2015
3月

献立表 (アレルギー)

小祿学校給食センター
電話 917-3459

アレルギー表示義務食品：卵、乳、小麦、ソバ、落花生、エビ、カニ
アレルギー表示推奨食品：アワビ、イカ、イクラ、オレンジ、キウイ、牛肉、クルミ、サケ、サバ、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、マツタケ、モモ、ヤマメ、リンゴ、ゼラチン、カシューナッツ、ゴマ

日	曜日	こ ん だ て	主な材料と体内での働き			
			(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	調味料
2	月	むぎごはん ワンタンスープ チンジャオロースー	とりにく、ワンタン(小麦、大豆、豚肉) ぎゅうにく、オイスターソース	こめ、むぎ ごまあぶら あぶら、ごまあぶら、さとう、でんぷん	はくさい、にんじん、たけのこ ピーマン、赤ピーマン、たまねぎ たけのこ、にんにく デコボン	小麦、大豆、鶏肉 小麦、大豆
3	火	デコボン さくらちらしずし はまぐりのすましじる クーフィリチー	しらす、かつおだし はまぐり、あさり、アーサ、かつおだし ぶたにく、こんぶ、チキアギ あぶらあげ、かつおだし	こめ、さとう もちこ、さとう、でんぷん こむぎこ、さとう、ショートニング こむぎはいが じゃがいも、あぶら、さとう、でんぷん	れんこん、たけのこ、にんじん、かんぴょう さくらの花 だいこん、えのき、ながねぎ きりぼしだいこん、にんじん	小麦、大豆、鶏肉 小麦、大豆 小麦、大豆
4	水	ひしもち はいがパン チキンのトマトに アスパラサラダ オムレツ カレーピラフ	だっしふんにゆう とりにく シーチキン たまご、かつおだし とりにく	こむぎこ、さとう、ショートニング こむぎはいが じゃがいも、あぶら、さとう、でんぷん でんぷん、あぶら こめ、マーガリン(大豆)、あぶら	たまねぎ、にんじん、えだまめ、エリンギ ブロッコリー、カリフラワー、トマト アスパラ、キャベツ、赤ピーマン	小麦、大豆 大豆 小麦、大豆 牛肉、鶏肉 小麦、大豆 牛肉、鶏肉
5	木	アスパラ ポテトグラタン	シーチキン ぎゅうにく、チーズ	さとう じゃがいも、でんぷん、あぶら、さとう マーガリン(大豆)、こむぎこ	たまねぎ、にんじん、ピーマン、コーン マッシュルーム きゅうり、キャベツ、ピクルス ほうれんそう、たまねぎ	小麦、大豆 牛肉、鶏肉 大豆、鶏肉
6	金	ブルー むぎごはん マーボーなす だいがくいも アイコトマト	ぶたにく、レバー、とうふ さつまいも、さとう、水あめ、あぶら はちみつ、ごま	こめ、むぎ あぶら、ごまあぶら、さとう、でんぷん さつまいも、さとう、水あめ、あぶら はちみつ、ごま	ブルー なす、たまねぎ、にんじん、にら、しょうが にんにく アイコトマト	小麦、大豆 豚肉、鶏肉 小麦、大豆
9	月	むぎごはん やさいかレー だいこんのレモンづけ とんかつ	とりにく、レバー ぶたにく	こめ、むぎ じゃがいも、マーガリン(大豆) こむぎこ、あぶら さとう でんぷん、パンこ、あぶら	たまねぎ、にんじん、エリンギ グリーンピース、にんにく だいこん、きゅうり、レモン	小麦、大豆、りんご 牛肉、豚肉 小麦、大豆
10	火	むぎごはん につけ こさかなのあめがらめ まきみオレンジ むぎごはん けんちんじる	ぶたにく、あつあげ、こんぶ かまぼこ、かつおだし カエリ とうふ、かつおだし	こめ、むぎ さとう、あぶら アーモンド、ごま、水あめ、こくとう	だいこん、にんじん、こんにやく、ごぼう まきみオレンジ	小麦、大豆 小麦、大豆
11	水	むぎごはん きびなごのなんぼんづけ りんご ミルク(ココア) むぎごはん ましのじる	きびなご、かつおだし	こめ、むぎ ごまあぶら さとう こめ、むぎ でんぷん	だいこん、さとも、ごぼう、にんじん ながねぎ、こんにやく たまねぎ、黄ピーマン、赤ピーマン りんご	小麦、大豆 豚肉 小麦、大豆、ごま 大豆
12	木	にくそぼろ そぼろたまご ※同じパットに入る あおなのおえもの あじつけもずく(中3以外) 中3：卒業お祝いケーキ	とりにく、だいち たまご、かつおだし かつおだし もずく、かつおだし たまご	さとう、あぶら でんぷん、あぶら ごまあぶら さとう 生クリーム、さとう、こむぎこ、あぶら でんぷん	にんじん、しいたけ、たけのこ、ながねぎ ほうれんそう しょうが こまつな しょうが、シークアサー いちご	小麦、大豆 小麦、大豆 小麦、大豆 小麦、大豆 乳、大豆 ゼラチン
13	金	なかよしパン クリームシチュー ヨーグルソー ニトポル シヤム(チョコ大豆)	だっしふんにゆう とりにく、ひよこめ だっしふんにゆう、ぎゅうにく	こむぎこ、さとう、ショートニング じゃがいも、マーガリン(乳、大豆、豚肉) こむぎこ、あぶら	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー キャベツ、きゅうり、コーン	小麦、大豆 牛肉、鶏肉 小麦、大豆、豚肉
16	月	あわごはん ナムトラチ にんじんイリチー あげだんとうふ	ぶたにく、かまぼこ、かつおだし シーチキン、ホーク、かつおだし とうふ、かつおだし	こめ、あわ あぶら あぶら、さとう、でんぷん	こんにやく、しいたけ 金葉にんじん、たまねぎ、にら だいこん、しょうが	大豆 小麦、大豆 小麦、大豆
17	火	ナポリタン ブロッコリーサラダ チキンピカタ アセロラゼリー	ウインナー、ベーコン(大豆)、だいち ハム(乳、大豆) とりにく、たまご	スパゲティ(小麦)、オリーブオイル さとう あぶら、ラード、コーンスターチ、さとう さとう	たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく トマト ブロッコリー、カリフラワー、コーン たまねぎ、にんにく	小麦、大豆、牛肉 豚肉、ゼラチン 大豆、鶏肉、豚肉 りんご
18	水	バーガーパン コーンスープ せんきゃべツ メンチカツ	だっしふんにゆう ベーコン(大豆)、しろはなまめ しろいんげんまめ、だっしふんにゆう	こむぎこ、さとう、ショートニング マーガリン(乳、大豆、豚肉) こむぎこ、生クリーム	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム コーン、パセリ キャベツ、きゅうり たまねぎ、にんじん、えだまめ、コーン キャベツ、しょうが	大豆 小麦、大豆 牛肉、豚肉 小麦、大豆
19	木	ソース わかめごはん とんじる ほうれんそうナムル オレンジ	わかめ ぶたにく、かつおだし ハム(乳、大豆)	こめ、さとう じゃがいも ごま、ごまあぶら、さとう、ラー油	だいこん、ごぼう、にんじん、ながねぎ ほうれんそう、もやし、にんじん オレンジ	大豆 小麦、大豆
20	金	あわごはん ヌンクラー チキアギ ちんすこう	ぶたにく、あつあげ いとよりだい、すけそうだら、チーズ	こめ、あわ あぶら、さとう さとう、でんぷん、あぶら こむぎこ、さとう、ラード	だいこん、からしな、にんじん、こんにやく コーン、にんまり	小麦、大豆 大豆
23	月	おきなわそば(めん) おきなわそば(スープ) にくやさしいため ししもち 小6：卒業お祝いデザート 小1～5：進級お祝いデザート 中3格：アーモンド	かつおだし ぶたにく、かまぼこ カラフトシヤモ 乳を主原料とする食品 乳を主原料とする食品	こむぎこ、あぶら あぶら、さとう パンこ、こむぎこ、でんぷん、あぶら 水あめ、さとう、チョコレート 水あめ、さとう アーモンド、あぶら	しょうが キャベツ、もやし、にんじん、たまねぎ ねぎ もも、いちご、メロン いちご	小麦、大豆、豚肉 小麦、大豆 大豆 大豆、ゼラチン 大豆
24	火	むぎごはん コンソメスープ せんきゃべツ ハンバーグ めだまやき ケチャップ ケチャップ 進級お祝いデザート	かつおだし ぶたにく、かまぼこ とりにく たまご 乳を主原料とする食品	こめ、むぎ オリーブオイル パンこ、牛脂、あぶら、さとう あぶら さとう 水あめ、さとう	たまねぎ、にんじん、セロリ、ズッキーニ しいたけ、エリンギ、トマト、だいこん ビックリジャンボ、パセリ キャベツ、きゅうり たまねぎ トマト、たまねぎ いちご	鶏肉 小麦、大豆 乳、小麦、大豆 大豆

★リクエスト献立について★

1月から3月までの献立に各学校の卒業を控えた児童生徒からリクエストのあったメニューを取り入れました。楽しんでもらえましたでしょうか。子ども達の楽しい給食の思い出になるといいなあと願いを込めて取り組みました。はじめての試みで、思っていた以上に多いリクエストが来てしまい、すべてを反映させることができませんでした。不公平になったところもあったかもしれませんが、次年度への反省として活かしていけたらと思います。

リクエストで実施した献立

- ・カレー
- ・あげパン
- ・おきなわそば
- ・もずくどん
- ・ビーフストロガノフ
- ・さんしょくごはん
- ・クリームシチュー
- ・サイコロステーキ
- ・ワンタンスープ
- ・ブロッコリーサラダ
- ・だいがくいも
- ・ミルク