

※「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8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)8品目		その他	
たまご、乳、小麦、落花生(ピーナッツ)、エビ、ソバ、カニ、くるみ		ナッツ類、アーモンド、カシューナッツ、ピーカンナッツ、ココナッツ、 魚類、鮭、マグロ、かつお、さば、アーサ、貝類、あさり、ホタテ、 甲殻類、イカ、タコ、いくら、すじこ、牛肉、豚肉、鶏肉、山芋、長芋、トマト、 キウイフルーツ、パイナップル、バナナ、りんご、グレープフルーツ、 マンゴー、いちご、メロン、グワアバ、もも、大豆	
※ 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。 ※ 配合表を基に表記しているため、表示義務8品目以外の食品については表記されていない場合もあります。 ※ 給食で使用するもずくやアーサ、チリメンなどにエビ・カニが混ざる可能性があります。			

日	曜日	こ ん だ て		(あか) おもに体をつくる もとなる食品	(きいろ) おもにエネルギーの もとなる食品	(みどり) おもに体の調子を 整えるもとなる食品	調味料由来
1	木		ハヤシライス(おぎごはん)		こめ、麦		
			ハヤシライス(ルウ)	牛肉、豚レバー、白いんげん豆	乳なしマーガリン(大豆)、米粉、あぶら、さとう	たまねぎ、にんじん、セロリ、マッシュルーム、グリ ンピース、にんにく、トマト	りんご
			コーンサラダ		ドレッシング	キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン	トマト
2	金		わかめごはん	わかめ	こめ、さとう		
			はくさいのちゅうかに	豚肉	あぶら、さとう、ごま油、でん粉	はくさい、たまねぎ、にんじん、たけのこ、絹さや、 しょうが、にんにく、コーン、しいたけ	しょうゆ(大豆)、鶏肉、かきエキ ス、ほたてエキス、魚醤
			ちゅうかポテト		さつまいも、油、さとう、水あめ、黒糖		
7	水		あおなごはん	かつお	こめ	青菜	
			わかたけじる	豆腐、わかめ		だいこん、たけのこ	しょうゆ(大豆)
			きんぴらにくだんご	鶏肉、豚肉	さとう、あぶら、ラード、ごま	ごぼう、たまねぎ、にんじん、にんにく、しょうが	大豆、りんご
			にくやさしいため	豚肉	あぶら、さとう	キャベツ、たまねぎ、しめじ、にんじん、えだ豆、しょ うが	しょうゆ(大豆)
			こどものひデザート	豆乳	さとう	レモン、りんご	
8	木		むぎごはん		こめ、麦		
			につけ	豚肉、かまぼこ	さとう、あぶら	こんにゃく、だいこん、にんじん、いんげん、しいた け	しょうゆ(大豆)
			あぶらみそ	豚肉、大豆、みそ(大豆)	さとう、あぶら	しょうが	
9	金		ゴーヤーのあえもの	かまぼこ	さとう	ゴーヤー、キャベツ、きゅうり、シークワサー	しょうゆ(大豆)
			チキンライス	鶏肉	こめ、あぶら、乳なしマーガリン(大豆)	たまねぎ、にんじん、黄パプリカ、にんにく	トマト
			ハンバーグ	鶏肉、豚肉	ラード、でん粉、さとう、あぶら、じゃがいも	たまねぎ	大豆
12	月		マカロニサラダ		マカロニ(小麦)、たまごなしマヨネーズ(大豆)、さとう	キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン	しょうゆ(大豆)
			もずくどん(おぎごはん)		こめ、麦		
			もずくどん(ぐ)	もずく、鶏肉、豚肉	あぶら、さとう、でん粉	しいたけ、コーン、たまねぎ、にんじん、えだ豆、しょ うが	しょうゆ(大豆)
			じゃがいものみそしる	豆腐、みそ(大豆)	じゃがいも	こんにゃく、にんじん、こまつな	
			アセロラゼリー		でん粉	アセロラ	りんご
13	火		カレーうどん	豚肉、油揚げ(大豆)、白いんげん豆、なると	うどん(小麦)、さとう	キャベツ、たまねぎ、にんじん、長ねぎ、ほうれん 草	しょうゆ(大豆)
			ポテトサラダ	鶏肉	じゃがいも、たまごなしマヨネーズ(大豆)、さとう	にんじん、きゅうり	しょうゆ(大豆)
			うまかつてん	大豆、黒大豆、片口いわし、昆布、あおさ	こめ、小麦、ごま、でん粉、さとう、ひまわりの種		小麦、かつおエキス
14	水		ごもくチャーハン	豚肉	こめ、あぶら、ごま油	しいたけ、たまねぎ、にんじん、ピーマン	しょうゆ(大豆)、鶏肉
			あげぎょうざ	豚肉	あぶら、ラード、さとう、でん粉、こむぎこ	キャベツ、たまねぎ、にら、しょうが	大豆
			ささみとはるさめのちゅうかあえ	鶏肉	はるさめ、ごま、さとう、ごま油	キャベツ、にんじん、木くらげ、にんにく	しょうゆ(大豆)
15	木		くろまいごはん		こめ、黒米		
			イナムドゥチ	豚肉、かまぼこ、みそ(大豆)		こんにゃく、しいたけ	
			けんさんマグロのしおこうじやき	まぐろ			
			せんぎりイリチー	豚肉、かまぼこ	あぶら、さとう	千切大根、こんにゃく、にんじん、にら	しょうゆ(大豆)
16	金		なかよしパン	脱脂粉乳	さとう、こむぎこ、あぶら		
			ポトフ	ミートボール(大豆、鶏肉、豚肉)		キャベツ、たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、コー ン、にんにく	鶏肉
			ジャーマンポテト	ベーコン(豚肉)、豚肉	じゃがいも、あぶら	たまねぎ、にんじん、えだ豆、にんにく、パセリ	しょうゆ(大豆)
19	月		マーコットオレンジ			マーコットオレンジ	
			ごはん		こめ		
			シカムドゥチ	豚肉、かまぼこ		とうがん、こんにゃく、しいたけ、しょうが	しょうゆ(大豆)
			にんじんシリシリー	豚肉	あぶら	にんじん、たまねぎ、にんにくの芽	しょうゆ(大豆)
			ミネオラオレンジ			ミネオラオレンジ	
20	火		むぎごはん		こめ、麦		
			なすとひきにくにカレー	鶏肉、豚レバー、白いんげん豆	じゃがいも、乳なしマーガリン(大豆)、米粉、あぶら	たまねぎ、にんじん、なす、にんにく	トマト、りんご、しょうゆ(大豆)
			サイダーゼリー入りフルーツポンチ		さとう	みかん、パイナップル	レモン果汁
21	水		ベンネ・ミートソース	豚肉、豚レバー、大豆	マカロニ(小麦)、あぶら、さとう	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、トマト、にん にく	トマト、小麦、豚肉、大豆、りんご
			メンチカツ	鶏肉、豚肉、大豆	あぶら、ラード、さとう、でん粉	たまねぎ、にんにく、しょうが	
			ブロッコリーとツナのサラダ	ツナ(まぐろ)	さとう、あぶら	ブロッコリー、コーン、きゅうり、にんじん、シー クワサー	しょうゆ(大豆)
22	木		むぎごはん		こめ、麦		
			とうふのみそしる	豆腐、わかめ、みそ(大豆)		しいたけ、だいこん、にんじん	
			いわししょうがに	いわし	さとう	しょうが	しょうゆ(大豆)、小麦
			きんぴらごぼう	豚肉、油揚げ(大豆)	ごま、あぶら、さとう、ごま油	ごぼう、にんじん、こんにゃく	しょうゆ(大豆)
23	金		おさかなふりかけ	かつお節、青のり、のり	さとう、ごま、でん粉、じゃがいも		小麦、ごま、さば、大豆
			こくとうパン	脱脂粉乳	こむぎこ、あぶら、黒糖		
			ひよこめめのデミソースに	ミートボール(大豆、鶏肉、豚肉)、豚レ バー、ひよこ豆、白いんげん豆	あぶら、じゃがいも、乳なしマーガリン(大豆)、米粉、さ とう	にんにく、たまねぎ、にんじん、セロリ、トマト	トマト、りんご
26	月		コールスロー	ハム(豚肉)、鶏肉	たまごなしマヨネーズ(大豆)、さとう	キャベツ、きゅうり、にんじん、ビクルス	
			むぎごはん		こめ、麦		
			マーボーだいこん	豚肉、豚レバー、大豆、豆腐、みそ(大豆)	あぶら、でん粉、ごま油	だいこん、たまねぎ、にんじん、にら、しいたけ、しょ うが、にんにく	しょうゆ(大豆)、大豆、そら豆
27	火		バンバンジーサラダ	鶏肉	さとう、ごま油、ごま	にんじん、キャベツ、きゅうり	小麦、大豆、しょうゆ(大豆)
			ごはん		こめ		
			どんじる	豚肉、みそ(大豆)	里芋	ごぼう、えのきたけ、だいこん、にんじん、長ねぎ	
			わかさぎのフリッター	わかさぎ、あおさ、沖あみ	あぶら、こむぎこ、でん粉、さとう、米粉		小麦、大豆
			ひじきのごもくに	豚肉、ひじき	あぶら、さとう	こんにゃく、にんじん、えだ豆	しょうゆ(大豆)
28	水		コッペパン	脱脂粉乳	こむぎこ、あぶら、さとう		
			ウインナー	豚肉	さとう、でん粉	にんにく、たまねぎ	
			チリコンカン	豚肉、豚レバー、赤いんげん豆、大豆	あぶら、さとう	たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、トマト	りんご
29	木		コーンポタージュ	鶏肉、豆乳	じゃがいも、乳なしマーガリン(大豆)、米粉	にんじん、たまねぎ、コーン、パセリ	鶏肉
			たけのこごはん	鶏肉、かまぼこ	こめ、あぶら	にんじん、しいたけ、えだ豆、たけのこ	しょうゆ(大豆)
			さばのしおやき	さば			
30	金		こまつなのごまあえ	ちくわ	ごま、ドレッシング	こまつな、キャベツ、にんじん	
			ごはん		こめ		
			シブインプシー	豚肉、厚揚げ、昆布、みそ(大豆)	あぶら、さとう	とうがん、にんじん、こんにゃく	
			ウサチー(すのもの)	荳わかめ、鶏肉	ごま、さとう	にんじん、きゅうり、もやし	しょうゆ(大豆)
			ひとくちこくとう		黒糖		