平成28年度

２ 月 詳 細 献 立 表（アレルギー）

高良小学校
917-3484

※使用する食材と、アレルギー表示義務のある７品目(卵・乳・小麦・ピーナッツ・そば・えび・かに)及び空豆・グリンピース・魚・いか・グレープフルーツについて表示しています。

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
1	水	麦ごはん		米　麦		
		もずく丼	もずく　豚ひき肉	サラダ油　三温糖　かたくり粉	にんじん　こんにゃく　たまねぎ　にら	
		大根とたまごのスープ	たまご　鶏肉		だいこん　にんじん　えのき　サラダ菜	
		さつまパイ		さつまいも　小麦粉　砂糖　パン粉 マーガリン　サラダ油	レーズン	
2	木	アーサぞうすい	鶏肉　アーサ	米	にんじん　はくさい　しいたけ	
		焼きいも		さつまいも		
		しらす和え	しらす干し	ごま油　三温糖	キャベツ　こまつな　赤ピーマン	
		もも缶		砂糖	黄桃	
3	金	麦ごはん		米　麦		
		豚汁	豚肉　とうふ　麦みそ		にんじん　だいこん　ねぎ　ごぼう　こんにゃく	
		いわしのおかか煮	いわし　かつお節	砂糖　かたくり粉		
		じゃがいも炒め	豚肉	サラダ油　じゃがいも	たまねぎ　いんげん　にんじん	
		節分ミックス	大豆　あおさ	もち米　水あめ　砂糖　でん粉		
6	月	麦ごはん		米　麦		
		納豆みそ	ひき割り納豆　ツナ　麦みそ	サラダ油　三温糖		
		けんちん汁	豚肉　とうふ	ごま油	ごぼう　こんにゃく　しいたけ　ねぎ だいこん　にんじん	
		チデークニイリチー	豚肉	サラダ油	にんじん　島にんじん　たまねぎ いんげん　もやし	
		焼きのり	のり			
7	火	うっちんごはん	豚肉　チキアギ	米　サラダ油		
		肉じゃがコロッケ	牛肉	じゃがいも　パン粉　砂糖　サラダ油	たまねぎ	小麦
		ツナとわかめのあえ物	ツナ　わかめ	すりごま　ごま油　三温糖	きゅうり　キャベツ	
		マスカットゼリー		砂糖　水あめ　ブドウ糖　果糖	ぶどう果汁	
8	水	麦ごはん		米　麦		
		チキンカレー	鶏肉	サラダ油　じゃがいも	にんじん　たまねぎ　ピーマン	
		海藻サラダ	わかめ　こんぶ　のり　赤トサカ 白ミル　ツナ		きゅうり　だいこん	
		パイン缶		砂糖	パイン	
9	木	焼きうどん	豚肉	うどん　サラダ油　ごま油　カキ油	キャベツ　もやし　にんじん たまねぎ　きくらげ	
		パパイヤサラダ	とりささみ	すりごま　砂糖	パパイヤ　にんじん　きゅうり	
		ミニトマト			ミニトマト	
		桃まんじゅう	あずき	小麦粉　砂糖　ラード　植物油脂		
10	金	麦ごはん		米　麦		
		すき焼き風煮	牛肉　たまご　とうふ	三温糖　サラダ油	はくさい　チンゲンサイ　にんじん こんにゃく	
		ひじき入りゴマ和え	ひじき	グラニュー糖　すりごま　いりごま	キャベツ　もやし　にんじん	
		フルーツシークヮーサー			フルーツシークヮーサー	
13	月	黒米ごはん		米　黒米		
		イナムドゥチ	豚肉　カステラかまぼこ　白みそ		こんにゃく　しいたけ	
		魚の天ぷら	ホキ（白身魚）　たまご	小麦粉　サラダ油		
		クーブイリチー	チキアギ　昆布	三温糖　サラダ油	千切り大根　こんにゃく　にんじん	
		いちごのお祝いケーキ	たまご　乳製品	砂糖　小麦粉　でん粉　練乳　水あめ	いちごピューレ	
14	火	麦ごはん		米　麦		
		肉じゃが	牛肉	サラダ油　じゃがいも　三温糖	たまねぎ　にんじん　こんにゃく　枝豆	
		アーモンド和え		粉アーモンド　細切りアーモンド　三温糖	キャベツ　こまつな　コーン	
		たんかん			たんかん	
15	水	麦ごはん		米　麦		
		みそ汁	とうふ　わかめ　麦みそ		はくさい　にんじん	
		サバの塩焼き	サバ	サラダ油		
		大根炒め	豚肉　チキアギ	サラダ油	だいこん　にんじん　しいたけ　にら こんにゃく	
		ふりかけ	かつお節	砂糖	青菜　赤しそ　かぼちゃ　にんじん	
16	木	和風スパゲティ	豚肉	スパゲティ　オリーブ油　サラダ油	にんじん　たまねぎ　こまつな　しめじ	
		アメリカンドッグ	卵白　鶏肉　豚肉	小麦粉　砂糖　でん粉　マッシュポテト ゼラチン　水あめ　サラダ油		
		ビーンズサラダ	とりささみ　ﾋﾖｺ豆　青えんどう　赤えんどう	グラニュー糖	えだまめ　きゅうり　キャベツ	
17	金	麦ごはん		米　麦		
		中華丼	豚肉　うずらのたまご	ごま油　カキ油　かたくり粉 サラダ油	にんじん　はくさい　絹さや たけのこ　ヤングコーン　きくらげ	
		ナムル	ツナ	ごま油　グラニュー糖　すりごま	もやし　赤ピーマン　こまつな	
		いちご			いちご	
20	月	シナモントースト		小麦粉　砂糖　ショートニング マーガリン　粉アーモンド		
		クラムチャウダー	あさり　スキムミルク	じゃがいも　小麦粉　バター　生クリーム	にんじん　たまねぎ　しめじ　パセリ	
		さつまいもとチーズのサラダ	チーズ	さつまいも　マヨネーズ　三温糖	きゅうり　コーン	※マヨネーズはノンエッグ
		ミルメーク（キャラメル）		砂糖　ブドウ糖		
21	火	ゆかりごはん		米	ゆかり	
		にくだんごスープ	つくね		えのき　にんじん　チンゲンサイ　はくさい	
		鶏肉と車麸のナゲット	鶏肉	車麸　なたね油		小麦
		もやし炒め	豚肉　チキアギ	サラダ油	もやし　にんじん　こまつな　たまねぎ	
		オレンジ			オレンジ	
22	水	麦ごはん		米　麦		
		ハヤシライス	牛肉	じゃがいも　小麦粉　バター　サラダ油	にんじん　たまねぎ　ピーマン　ﾏｯｼｭﾙｰﾑ	
		キャベツのおかか和え	糸けずり	砂糖	キャベツ　にんじん　こまつな　だいこん	
		フルーツ白玉		白玉餅　砂糖	みかん　黄桃　パイン	
23	木	ひじき豆ごはん	ひじき　豚肉　大豆	米　サラダ油	しいたけ　にんじん	
		カレーメンチ	豚肉	パン粉　砂糖　でん粉　サラダ油	キャベツ　たまねぎ	
		白菜のごま和え		すりごま　いりごま　ごま油　グラニュー糖	はくさい　ほうれん草　にんじん	
		バナナ			バナナ	
24	金	麦ごはん		米　麦		
		さつま汁	豚肉　白みそ	さつまいも	だいこん　にんじん　しいたけ　ねぎ	
		さんまのしょうがに	さんま	水あめ　砂糖	おろししょうが	小麦
		厚揚げ炒め	厚揚げ　豚肉	サラダ油	にんじん　たまねぎ　こんにゃく　いんげん	
27	月	麦ごはん		米　麦		
		ゆしどうふ	ゆしどうふ		ねぎ	
		鶏肉のみそ焼き	鶏肉　白みそ	サラダ油　三温糖		
		野菜炒め	豚肉　チキアギ	サラダ油	もやし　にんじん　キャベツ ピーマン　たまねぎ	
		たんかん			たんかん	
28	火	麦ごはん		米　麦		
		タコライス	豚ひき肉　牛ひき肉　大豆　チーズ	サラダ油　三温糖	にんじん　たまねぎ　トマト　キャベツ	
		野菜スープ	鶏肉	じゃがいも	にんじん　だいこん　セロリ　コーン　パセリ	
		大学芋		さつまいも　植物油脂　砂糖 水あめ　はちみつ		小麦

※酢としょうゆに含まれる「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います。
※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。