

学校給食の E=エネルギー P=タンパク質 F=脂質

学校給食の E=エネルギー P=タンパク質 F=脂質

その世に於ては

※ 醤油と酢に含まれる「小麦」は表示していませんが、微量の小麦成分が含まれております。

※ 醤油と酢に含まれる「小麦」は表示していませんが、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。

※ 精度を度へる前に、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。

公 司 名 称: 大 陆 航 空 有 限 公 司

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 もとになる食品	(みどり) おもに体の調子を 整えるもとなる食品	調味料
1	水	 クファージュシー 華クジてんがら	豚肉、かまぼこ、昆布	米、油 マッシュポテト、さとう、べにいも、 かたくり粉、サラダ油	にんじん、椎茸、ねぎ	
2	木	 ゴーヤーのツナあえ わかめごはん タマナーチャンプルー アーサ汁	ツナ わかめ 厚揚げ、ベーコン(乳)、豚肉 アーサ、豆腐	ごま 米、さとう	ゴーヤー、キャベツ、もやし、コーン キャベツ、にんじん、にら、たまねぎ しょうが	ドレッシング(小麦)
3	金	 ごはん ひじき炒め 豚汁	鶏肉、豚肉、ひじき、チキアギ、大豆 豚肉、みそ	米 油、さとう じゃがいも	こんにやく、にんじん、えだまめ だいこん、ごぼう、にんじん、こんにやく、長ねぎ	
6	月	 麦ごはん マーボーへちま 豆腐のナムル	豆腐、豚肉、鶏レバー、みそ 鶏肉	米、麦 かたくり粉、油、ごま油	へちま、たまねぎ、にんじん、にら、 きくらげ、にんにく、しょうが	中華ベース(小麦・塩・糖) チンゲンジャン(小麦)
7	火	 冷やし中華 星形コロッケ あさりとウンチエーの炒め物	鶏糸卵、わかめ、ハム(乳) 豚肉 豚肉、あさり	中華めん(小麦) じゃがいも、さとう、油、しん粉、小麦粉、 かたくり粉	きゅうり、にんじん、もやし たまねぎ にんにく、しょうが、ウンチエー、キャベツ、 赤ピーマン、長ねぎ、きくらげ	オイスターソース(カキエキス)
8	水	 ごはん 三色ごはん もずくのスープ	鶏肉、鶏レバー、ひよこ豆、卵、けずりぶし もずく、豆腐	米 油、さとう、ごま ごま	しょうが、にんじん、ほうれん草、キャベツ えのきたけ、ねぎ、しょうが	
9	木	 しそ入り炊き込みごはん マクロカツ ゴーヤー入り豚しゃぶサラダ	豚肉、かまぼこ まぐろ 豚肉	米、麦、油 パン粉、バター粉、油 ごま	にんじん、椎茸、しその葉 きゅうり、ゴーヤー、 赤ピーマン、キャベツ、コーン	
10	金	 ジャンボおにぎり 納豆みそ にんじんシリシリ シカムドゥチ	焼のり 納豆、豚肉、みそ、けずりぶし、ツナ 卵、ツナ、ベーコン(乳) 豚肉、あぶらあげ、かまぼこ	米 さとう、油 油	しょうが にんじん、たまねぎ、にら こんにやく、椎茸、だいこん	
13	月	 麦ごはん キムチ鍋 ささみの和え物	鶏肉、豆腐、ちくわ、みそ 鶏肉	米、麦 じゃがいも、はるさめ、さとう	白菜、キムチ(小麦)、はくさい、 チンゲンサイ、しめじ	ドレッシング(小麦)
14	火	 ごはん ゴーヤーチャンプルー 油揚げみそ汁	ベーコン(乳)、チキアギ、厚揚げ、 卵、けずりぶし 豚肉、ポーク豆腐、みそ	米 油 さとう、ごま油	ゴーヤー、にんじん、もやし とうがん、へちま、にんじん、チンゲンサイ	
15	水	 ピーファンいため 鶏肉のピリ辛やき キャベツの中巻サラダ	豚肉、ベーコン(乳)、チキアギ 鶏肉 鶏肉	ピーファン、油、ごま油 さとう、ごま油 ごま、さとう、ごま油	もやし、にんにく、にんじん、キャベツ、 きくらげ、ピーマン、たまねぎ にんにく、しょうが キャベツ、きゅうり、ごま、ごま	オイスターソース(カキエキス)
16	木	 ごはん ハヤシライス チーズサラダ きのこピラフ	牛肉、鶏レバー チーズ(乳) 鶏肉	米 じゃがいも、生クリーム(乳)、 小麦粉、バター(乳)、油	にんじん、たまねぎ、しめじ、にんにく キャベツ、ブロッコリー、赤ピーマン たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、 しめじ、エリンギ、まいたけ、ピーマン	ハヤシライス(小麦)、 デミグラスソース(小麦)
17	金	 いわしハンバーグ ブロッコリーサラダ 麦ごはん デンジャオロール	いわし、たら、大豆たんぱく ブロッコリー、油 牛肉	油、パン粉、さとう、かたくり粉 さとう 米、麦 さとう、ごま油、かたくり粉、油	たまねぎ ブロッコリー、カリフラワーズ、赤ピーマン ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン、 たけのこ、にんにく	ドレッシング(小麦) オイスターソース(カキエキス)
20	月	 はるさめスープ きびごはん まぐろのごまてりやき きんぴられんこん	鶏肉 まぐろ 豚肉、チキアギ	はるさめ、かたくり粉 米、もちきび さとう、ごま油、ごま ごま、さとう、油、ごま油	椎茸、にんじん、ねぎ、はくさい にんにく、しょうが れんこん、ごぼう、にんじん、 こんにやく、えだまめ	
21	火	 かきたま汁 ごはん 豚丼	卵、鶏肉 豚肉	かたくり粉 米 油、さとう、かたくり粉	椎茸、ごま、えのきたけ たまねぎ、にんにく、赤ピーマン、椎茸、 ピーマン、黄ピーマン、長ねぎ、にんにく	みそ風味調味料(小麦)
22	水	 豚汁とアーサのスープ 麦ごはん もずくのチャブチェ	アーサ、鶏肉 もずく、豚肉	米、麦 はるさめ、ごま油、さとう、ごま	とうがん、えのきたけ、しょうが 赤ピーマン、ピーマン、たまねぎ、 椎茸、にんにく	
27	月	 もやしのナムル 麦ごはん グルテンのシークワサーソース 千切りイリチー とうがん汁	もやし、豆腐 たかさご 昆布、豚肉、かまぼこ 鶏肉	米、麦 小麦粉、油、さとう さとう、油	もやし、きゅうり、にんじん シークワサー、果汁 千切大根、こんにやく とうがん、にんじん、椎茸、ねぎ、しょうが	
28	火	 高菜チャーハン 魚のチリソースかけ だいこんサラダ	ハム(乳)、豚肉 ホキ 鶏肉	米、麦、ごま油、油 さとう、油 さとう	高菜、豆腐、コーン、たまねぎ、赤ピーマン 長ねぎ、たまねぎ だいこん、きゅうり、にんじん	ドレッシング(小麦・卵・糖・塩・糖)
29	水	 ごはん 肉豆腐	豚肉、豆腐	米 さとう	にんにく、にんじん、キャベツ、 長ねぎ、チンゲンサイ、椎茸	スキャモスソース(小麦)
30	木	 たくあんときゅうりのごまあえ あげパン	きな粉	ごま、ごま油 コッペパン(小麦・乳)、油、 黒糖、アーモンド、さとう	もやし、たくあん、きゅうり たまねぎ、セロリ、にんじん、 にんにく、トマト	
31	金	 ポークビーンズ パナイヤサラダ	豚肉、ウィンナー(小麦・乳)、 白いんげん豆、大豆、 いんげん、みそ、チーズ(乳) ハム(乳)	じゃがいも、さとう、かたくり粉 さとう	たまねぎ、セロリ、にんじん、 にんにく、トマト パナイヤ、きゅうり、にんじん、パイン	チキンコンソメ(乳・小麦) ドレッシング(卵)