

令和3年12月 詳細献立表(アレルギー)

※「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。

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

表示義務(特定原材料)7品目 卵、乳、小麦、落花生(ピーナッツ)、えび、そば、かに	その他 イクラ、キウイフルーツ、パイナップル、マンゴー、くるみ
--	------------------------------------

※ 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。
 ※ 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。

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
1	水	牛乳 ごはん すきやき ごぼうチップス グレープフルーツ	牛肉、焼き豆腐	米 砂糖、なたね油 でんぷん、米粉、大豆油	えのきたけ、こんにゃく、はくさい、ほうれんそう、長ねぎ ごぼう グレープフルーツ	
2	木	牛乳 ごはん ひじきしゅうまい あつあげのちゅうかいため はるさめスープ	鶏肉、豚肉、ひじき、大豆たんぱく 豚肉、厚揚げ 鶏肉	米 砂糖、でん粉、とうもろこし、小麦粉 なたね油、ごま油、砂糖 春雨	しいたけ、たまねぎ、しょうが、キャベツ キャベツ、にんじん、チンゲンサイ、木くらげ、にんにく、しょうが にんじん、えのきたけ、はくさい、こまつな、長ねぎ	
3	金	牛乳 ごはん トンカツ ポークカレー フルーツポンチ	豚肉、卵、大豆粉 豚肉	米 大豆油、パン粉(小麦)、でん粉 じゃがいも、小麦粉、バター(乳)、なたね油 砂糖、カクテルゼリー	たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく パイナップル、みかん、おうとう(もも)、シークワーサー	小麦
7	火	牛乳 ゆかりごはん おでんおんせんのあつかおでん ほうれんそうのアーモンドあえ オレンジ	はんぺん(卵)、ちくわ、結び昆布、がんもどき、ウインナー、うずらの卵、かまぼこ	米 じゃがいも砂糖 ごま、砂糖、アーモンド	ゆかり だいこん、こんにゃく、にんじん ほうれん草、にんじん、もやし オレンジ	
8	水	牛乳 コーンピラフ チキンのハーブやき ぎょうれつのできるすずぶやさんのグリーンスープ	鶏肉 鶏肉 鶏肉、調製豆乳	米、バター(乳)、なたね油 オリーブ油 じゃがいも、なたね油、小麦粉、バター(乳)	マッシュルーム、にんじん、たまねぎ、ピーマン、赤ピーマン、コーン、にんにく バジル、にんにく グリーンピース、コーン、たまねぎ、にんじん、セロリ、にんにく、パセリ	
9	木	牛乳 ごはん いわしのトマトに ポトフ ぐりとぐらのカステラ	いわし 鶏肉、ウインナー 卵、豆乳	米 砂糖、でん粉 じゃがいも 小麦粉、さとう、バター(乳)	トマト、玉ねぎ たまねぎ、にんじん、キャベツ、グリーンピース レモン	
10	金	牛乳 ワタナベさんのナポリタン プレーンオムレツ ポテトブロックリーのサラダ	ウインナー 卵 ツナ	スパゲティ(小麦)、オリーブ油、砂糖、なたね油、バター(乳) 砂糖、でん粉 じゃがいも、ノンエッグマヨネーズ、砂糖	にんじん、たまねぎ、ピーマン、マッシュルーム、にんにく、トマト ブロックリー、コーン、たまねぎ	
13	月	牛乳 うどんかいじんのきつねうどん はくさいのしらすあえ ソファールストロベリー	豚肉、なると、油揚げ チリメン 脱脂粉乳、全粉乳	うどん、砂糖 砂糖 砂糖	こまつな、にんじん、長ねぎ はくさい、もやし、にんじん、ゆず いちご、寒天	
14	火	牛乳 ごはん にくにくどん きりぼしだいこんサラダ バナナ	豚肉、うすあげ 昆布、かまぼこ	米 砂糖、なたね油 ごま、砂糖	たまねぎ、にんじん、こんにゃく、いんげん、にんにく 干切大根、にんじん、きゅうり バナナ	
15	水	牛乳 ごはん レンコン入りつくね ひじきいため イナムドゥチ	鶏肉、大豆たんぱく 豚肉、ひじき、うすあげ 豚肉、カステラかまぼこ(卵)、みそ	米 ラード、なたね油、砂糖、でん粉、パン粉(小麦) 砂糖、なたね油	しょうが、れんこん、たまねぎ キャベツ、にんじん、こんにゃく、えだまめ しいたけ、こんにゃく	小麦
16	木	牛乳 ピザドッグ まめまめサラダ キャロットスープ	無塩せきウインナー、無塩せきベーコン、チーズ(乳) ひよこ豆、青えんどう豆、赤いんげん豆、鶏肉 鶏肉、白いんげん豆、調製豆乳	コッペパン(小麦、乳)、オリーブ油 ドレッシング じゃがいも、小麦粉、バター(乳)	たまねぎ、ピーマン、マッシュルーム ブロックリー、カリフラワー、キャベツ にんじん、たまねぎ、パセリ	
17	金	牛乳 ごはん とうふ、チャンプルー クーリジシ フルーツシークワーサー	豆腐、豚肉 豚肉、カステラかまぼこ(卵)、卵	米 なたね油 でんぷん	キャベツ、にんじん、もやし、にら、にんにく しいたけ、こんにゃく、とうがん シークワーサー	
20	月	牛乳 むぎごはん タコライス アーサとたまごのスープ	豚肉、鶏肉、大豆、チーズ(乳) 卵、アーサ	米、大麦 なたね油、砂糖	にんじん、たまねぎ、トマト、にんにく、キャベツ とうがん、しょうが	
21	火	牛乳 ごはん ぶたキムチいため ワンタンスープ てづくりかぼちゃむしパン	豚肉 ワンタン(小麦)、鶏肉 卵、豆乳	米 砂糖、ごま油 ごま油 ホットケーキミックス、砂糖、バター(乳)	白菜キムチ(小麦)、たまねぎ、キャベツ、にんじん、にら にんじん、はくさい、えのきたけ、長ねぎ かぼちゃ	
22	水	牛乳 トウジンジュシー さばのゴマみそだれ だいこんのゆずあえ	かまぼこ、豚肉、昆布、うすあげ さば、みそ だいこん、ゆず	米、紅イモ、なたね油 砂糖、ごま、でんぷん さとう	にんじん、しいたけ、だいこん葉 しょうが だいこん、にんじん、ゆず	
23	木	牛乳 ごはん こうやどうふのたまごじ じゃがいもとわかめのみそしる りんご	凍り豆腐、鶏肉、かまぼこ、卵 わかめ、みそ	米 砂糖、なたね油 じゃがいも	たまねぎ、にんじん、ごぼう、しいたけ、いんげん えのきたけ、ねぎ りんご	
24	金	牛乳 ピラフ フライドチキン カラフルサラダ クリスマスデザート	鶏肉、無塩せきベーコン 鶏肉	米、バター(乳)、油、砂糖 でんぷん、小麦粉、大豆油 ドレッシング(小麦) 砂糖、でん粉	たまねぎ、にんじん、ピーマン、マッシュルーム、グリーンピース、トマト ブロックリー、カリフラワー、コーン、赤ピーマン、シークワーサー いちご、寒天	