

令和4年1月 詳細献立表(アレルギー)

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
--------------	---------------------	------------------------	--------------------

※「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。

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、キーウイフルーツ、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
12	水	牛乳 ごはん てりやきハンバーグ コールスローサラダ ペにいのクリームスープ	鶏肉 ツナ 無塩せきベーコン、白花生 白いんげん豆、豆乳	米 パン粉、砂糖、水あめ、でん粉 ノンエッグマヨネーズ、砂糖 紅芋、じゃがいも、なたね油、バター(乳)、小麦粉	米 玉ねぎ、りんご、しょうが、にんにく キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン たまねぎ、レモン	小麦
13	木	牛乳 ごはん てりやきハンバーグ コールスローサラダ ペにいのクリームスープ	鶏肉 ツナ 無塩せきベーコン、白花生 白いんげん豆、豆乳	米 パン粉、砂糖、水あめ、でん粉 ノンエッグマヨネーズ、砂糖 紅芋、じゃがいも、なたね油、バター(乳)、小麦粉	米 玉ねぎ、りんご、しょうが、にんにく キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン たまねぎ、レモン	小麦
14	金	牛乳 ごはん レバニラいため キムチスープ ちんすこう	豚レバー 豚肉、豆腐、みそ	米 砂糖、なたね油	にんにく、しょうが、にんじん、たまねぎ、もやし、にら えのきたけ、はくさい、白菜キムチ(小麦)、ねぎ	
17	月	牛乳 ごはん レバニラいため キムチスープ ちんすこう	豚レバー 豚肉、豆腐、みそ	米 砂糖、なたね油	にんにく、しょうが、にんじん、たまねぎ、もやし、にら えのきたけ、はくさい、白菜キムチ(小麦)、ねぎ	
18	火	牛乳 ごはん ミヌダル ヌンクエグラー アーサイリゆし豆腐	豚肉 豚肉、かまぼこ ゆし豆腐、アーサ、みそ	米 ゴマ、砂糖 なたね油	しょうが しいたけ、だいこん、にんじん、からしな、しょうが	
19	水	牛乳 ごはん ミヌダル ヌンクエグラー アーサイリゆし豆腐	豚肉 豚肉、かまぼこ ゆし豆腐、アーサ、みそ	米 ゴマ、砂糖 なたね油	しょうが しいたけ、だいこん、にんじん、からしな、しょうが	
20	木	牛乳 フーチパージュシー マグロカツ びっくりジャンボのゴマあえ パッションフルーツゼリー	豚肉、チキアギ マグロ 鶏肉	米、なたね油 パン粉(小麦)、大豆油、でん粉 ごま、砂糖 砂糖、水あめ	にんじん、ごぼう、よもぎ びっくりジャンボ、はくさい、にんじん パッションフルーツ、シークワーサー	小麦
21	金	牛乳 フーチパージュシー マグロカツ びっくりジャンボのゴマあえ パッションフルーツゼリー	豚肉、チキアギ マグロ 鶏肉	米、なたね油 パン粉(小麦)、大豆油、でん粉 ごま、砂糖 砂糖、水あめ	にんじん、ごぼう、よもぎ びっくりジャンボ、はくさい、にんじん パッションフルーツ、シークワーサー	小麦
24	月	牛乳 ごはん おやこどん あおなとどうふのみそしる みかん	鶏肉、卵 豆腐、うすあげ、みそ	米 砂糖	たまねぎ、にんじん、えだまめ こまつな、えのきたけ、しめじ、にんじん うんしゅうみかん	
25	火	牛乳 ごはん おやこどん あおなとどうふのみそしる みかん	鶏肉、卵 豆腐、うすあげ、みそ	米 砂糖	たまねぎ、にんじん、えだまめ こまつな、えのきたけ、しめじ、にんじん うんしゅうみかん	
26	水	牛乳 ごはん ホキのみみじやき きんぴらごぼう はくさいときのこのみそしる	ホキ 豚肉、かまぼこ うすあげ、みそ	米 ノンエッグマヨネーズ 砂糖、ごま、ごま油	にんじん ごぼう、にんじん、こんにゃく はくさい、えのきたけ、長ねぎ、こまつな	
27	木	牛乳 メーブルトースト しろはなまめのシチュー にんじんとツナのサラダ	白花生、白いんげん豆、鶏肉、無塩せきベーコン、豆乳 ツナ	食パン(小麦、乳)、バター(乳)、さとう、メーブルシロップ、アーモンド じゃがいも、小麦粉、バター(乳)	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、パセリ にんじん、たまねぎ、コーン	
28	金	牛乳 ごもくおこわ ひとくちもまん つくねいりはるさめスープ	鶏肉、うすあげ 小豆 つくね(小麦)	米、もち米、なたね油、ごま 小麦粉、砂糖、ラード、油 春雨	にんじん、しいたけ、ごぼう、えだまめ 寒天 にんじん、えのきたけ、はくさい、チンゲンサイ、長ねぎ	小麦
31	月	牛乳 ナン ほうれんそうのキーマカレー キャベツのアーモンドあえ バナナ	鶏肉、大豆 鶏肉	ナン(小麦) じゃがいも、小麦粉、バター(乳) アーモンド、ごま、砂糖	たまねぎ、にんじん、ほうれん草、ピーマン、トマト、にんにく キャベツ、もやし、にんじん バナナ	小麦