

令和4年2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	火	牛乳 むぎごはん にんにくぱいりとうふチャンプルー クーリジシ マグロいりアンドン こんぶいりたきこみごはん うむくじてんぶら	豆腐、豚肉 豚肉、カステラかまぼこ(卵)、卵 まぐろ、糸けずり、みそ 昆布、うすあげ、豚肉、かまぼこ	米、大麦 なたね油 でんぶん さとう、なたね油	キャベツ、にんじん、もやし、にんにく、にんにく しいたけ、こんにゃく、とうがん しょうが	
2	水	牛乳 カガンジデークニーのおつゆ タンカン	鶏肉	米、大麦、なたね油 砂糖、紅いも、でんぶん、マッシュポテト、大豆油	にんじん、しいたけ、えだまめ カガンジデークニー、しまにんじん、パクチョイ、しょうが タンカン	
3	木	牛乳 ごはん いわしのしょうがに はくさいのうめおかあえ かぼちゃのみそしる 節分豆	いわし 糸けずり みそ 大豆	米 砂糖、でん粉 砂糖	しょうが はくさい、きゅうり、にんじん、うめぼし かぼちゃ、たまねぎ、えのきたけ、ねぎ	
4	金	牛乳 メーブルトースト ビーンズシチュー カラフルサラダ		食パン(小麦、乳)、バター(乳)、砂糖、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)、なたね油		小麦
7	月	牛乳 ゆかりごはん おでん ほうれんそうのしらあえ	はんぺん(卵)、ちくわ、結び昆布、うずらの卵、かまぼこ、がんもどき、ウインナー 豆腐、みそ	米 じゃがいも、砂糖	ゆかり だいこん、こんにゃく、にんじん ほうれんそう、にんじん、コーン	
8	火	牛乳 さげチャーハン やきぎょうざ もやしのナムル コーンスープ	かまぼこ、さげ 豚肉、小麦たんぱく	米、大麦、なたね油、ごま でん粉、砂糖、小麦粉、油、ラード ごま、ごま油	たまねぎ、にんじん、たけのこ、えだまめ、木くらげ、にんにく キャベツ、しょうが、たまねぎ、はくさい、にんにく こまつな、にんじん、もやし たまねぎ、クリームコーン、コーン、チンゲンサイ	
9	水	牛乳 ごはん ロコモコ ABCスープ バナナ	ハンバーグ、卵 無塩せきベーコン	米 でん粉、砂糖、なたね油、でんぶん マカロニ(小麦)	たまねぎ、にんにく、にんじん、キャベツ、赤ピーマン たまねぎ、にんじん、セロリー バナナ	小麦
10	木	牛乳 なかみそば ハンダマのすみそあえ いよかん	豚肉、なかみ、チキアギ 鶏肉、みそ	沖縄そば(小麦)、砂糖、なたね油 砂糖	しいたけ、ねぎ ハンダマ、キャベツ、にんじん いよかん	鶏骨(卵)
14	月	牛乳 スパゲティミートソース まめまめサラダ ガトーショコラ	豚肉、大豆 ひよこ豆、青えんどう豆、赤いんげん豆、鶏肉 豆乳	スパゲティ(小麦)、オリーブ油 ドレッシング 砂糖、米粉、油、ココア、カカオマス、でんぶん	にんじん、ピーマン、セロリー、たまねぎ、トマトペースト、オレガノ、バジル、にんにく ブロッコリー、カリフラワー、キャベツ	小麦
15	火	牛乳 ごはん さばのしおやき にんじんしりしり かしわじる	さば 卵、ツナ 鶏肉	米 なたね油、ごま油	にんじん、たまねぎ、にら とうがん、にんじん、長ねぎ、しいたけ、こまつな	
16	水	牛乳 むぎごはん とりのピリからやき チーズおから うちなーみそしる	鶏肉 鶏肉、おから、豆乳、チーズ(乳) 豆腐、豚肉、みそ	米、大麦 砂糖、ごま油 砂糖、なたね油	しょうが、にんにく にんじん、たまねぎ 山東菜、たまねぎ、にんじん、ねぎ	
17	木	牛乳 もちきびごはん パパイヤとしまにんじんのイリチー いかすみじる てづくりこくとうアガラサー メキシカンライス	豚肉 セイイカ、豚肉、みそ、いかすみ 調製豆乳 鶏肉	米、もちきび なたね油 小麦粉、黒糖、砂糖、なたね油 米、大麦、なたね油	パパイヤ、しまにんじん、にんじん、もやし、にら、にんにく にんじん、だいこん、こまつな	
18	金	牛乳 オムレツ ひじきサラダ	卵、ゼラチン ひじき、ツナ	砂糖、油、でん粉 ドレッシング(小麦)、ごま、砂糖	にんにく、にんじん、たまねぎ、コーン、マッシュルーム、ピーマン、トマトピューレー 玉ねぎ、しょうが キャベツ、にんじん、きゅうり	小麦
21	月	牛乳 もちきびごはん さんしょくどん はるさめスープ りんご	鶏肉、卵 無塩せきベーコン	米、もちきび 砂糖、なたね油、ごま 春雨	しょうが、にんじん、こまつな にんじん、えのきたけ、はくさい、チンゲンサイ、長ねぎ りんご	
22	火	牛乳 カレーうどん べにいもとじゃこのあめがらめ オレンジ	豚肉、うすあげ、なると カエリ	うどん、なたね油、小麦粉、バター(乳) 紅イモ、アーモンド、大豆油、砂糖、はちみつ	にんじん、長ねぎ、たまねぎ、こまつな オレンジ	小麦
24	木	牛乳 ごはん てづくりうららどうふ クービイリチー イチムドゥチ	豆腐、すけそうだら、イトヨリダイ、エソ、卵 豚肉、かまぼこ、昆布、うすあげ 豚肉、カステラかまぼこ(卵)、みそ	米 砂糖、でんぶん、大豆油 なたね油、砂糖	にら、木くらげ、にんじん、えだまめ こんにゃく、にんじん しいたけ、こんにゃく	
25	金	牛乳 ごはん タコライス マッシュルームスープ いちご	豚肉、鶏肉、大豆、チーズ(乳) 鶏肉、調製豆乳	米 なたね油、砂糖 じゃがいも、バター(乳)、小麦粉	にんじん、たまねぎ、トマト、にんにく、キャベツ しめじ、えのきたけ、マッシュルーム、たまねぎ、にんじん、パセリ いちご	
28	月	牛乳 むぎごはん ポークカレー フルーツポンチ	豚肉	米、大麦 じゃがいも、小麦粉、バター(乳)、なたね油 砂糖、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)、シークワサー	小麦