令和5年4月　詳細献立表（アレルギー）

北中城学校給食共同調理　(098)935-3545

※「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	その他
卵、乳、小麦、落花生（ピーナッツ）、えび、そば、かに	※　あさり・もずく・アーサ・しらす・カエリに関しては、えび・かにが混入している可能性があるため●マークがつきます。 ※　醤油と酢に含まれる「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 もとになる食品	（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 整えるもとになる食品	調味料
10	月	牛乳	コーンピラフ	鶏肉	米,油	にんじん,たまねぎ,ピーマン,コーン, マッシュルーム	白ワイン,塩,こしょう,チキンブイヨン（鶏肉）
			手作りミートローフ	豚肉,牛肉,●卵	●パン粉（小麦、大豆）,でん粉,さとう	にんにく,たまねぎ,にんじん,いんげん,コーン	パプリカ,ナツメグ,粒入りマスタード,赤ワイン,塩, こしょう
			春野菜のポトフ	ウインナー	じゃがいも	キャベツ,たまねぎ,グリーンアスパラ,にんじん, しめじ	塩,白ワイン,こしょう,鶏がら
11	火	牛乳	黒米ごはん		米飯,黒米		
			千切りイリチー	豚肉,昆布,ちきあぎ,かつお節	油	切干大根,こんにゃく,にんじん	しょうゆ,本みりん,酒,塩
			イナムドゥチ	豚肉,カステラかまぼこ（卵抜き）,かつお節 厚揚げ（大豆）,甘口白みそ（大豆）		イナムルチこんにゃく,しいたけ	豚骨
			紅白なます		さとう	だいこん,にんじん,シークヮーサー果汁	特濃酢,りんご酢,塩
12	水	牛乳	ミートスパゲティ	豚肉,牛肉,大豆	●スパゲッティ（小麦）,さとう,油	にんじん,たまねぎ,ピーマン,トマト, マッシュルーム,にんにく	ケチャップ,トマトピューレー,ウスターソース,塩, こしょう,ポークブイヨン（鶏肉、豚肉）
			アスパラサラダ		さとう,オリーブ油	グリーンアスパラ,きゅうり,赤ピーマン,コーン	酢,塩,こしょう
			野菜チップス		紅芋,でん粉,大豆油	かぼちゃ,ごぼう	塩
13	木	牛乳	コッペパン		●コッペパン（小麦、乳、大豆）		
			チキンのマーマレード焼き	鶏肉	マーマレード		しょうゆ,白ワイン,塩,こしょう
			マッシュルームスープ	無塩せきベーコン,鶏肉,●脱脂粉乳, ●生クリーム（乳）	じゃがいも,●小麦粉,油	マッシュルーム,たまねぎ,にんじん,パセリ	塩,こしょう,鶏がら
			ビーンズサラダ	ひよこ豆、青えんどう豆、赤いんげん豆,ハム	いりごま,さとう,ごま油	にんじん,きゅうり,コーン	しょうゆ,りんご酢,酢
14	金	牛乳	ごはん		米飯		
			魚のゴマみそ焼き	さば,赤みそ（大豆）	いりごま,すりごま,さとう	しょうが	本みりん
			じゃがいものそぼろ煮	豚肉,かつお節	じゃがいも,さとう,でん粉,油	にんじん,たまねぎ,しいたけ,いんげん, しょうが,糸こんにゃく	しょうゆ,本みりん,酒,塩
			冬瓜のすまし汁	鶏肉,●アーサ,かつお節	でん粉	とうがん,こねぎ,しょうが	しょうゆ,塩
17	月	牛乳	麦ごはん		米飯,麦		
			チキンカレー	鶏肉	じゃがいも,●小麦粉,油	にんじん,たまねぎ,あお豆,かぼちゃ,にんにく	カレー粉,●カレールウ（小麦,牛肉,鶏肉,大豆）, ウスターソース,チャツネ（りんご）,塩, チキンブイヨン（鶏肉）
			たくあん漬け		いりごま,さとう,ごま油	もやし,にんじん,きゅうり,たくあん, シークヮーサー果汁	特濃酢,しょうゆ
			フルーツポンチ		ブロックゼリー（ゆず）	パイナップル,みかん,もも	
18	火	牛乳	ごはん		米飯		
			マーボー豆腐	豆腐（大豆）,豚肉,だいず,赤みそ（大豆）	さとう,油,ごま油,でん粉	たけのこ,にんじん,たまねぎ,長ねぎ,にら, きくらげ,しいたけ,しょうが,にんにく	しょうゆ,●テンメンジャン（小麦 大豆 ごま）, トウバンジャン,酒,塩,チキンブイヨン（鶏肉）
			バンサンスー	ハム	はるさめ,さとう,ごま油,いりごま	にんじん,きゅうり	しょうゆ,特濃酢,塩
			大豆と小魚のみつがらめ	大豆,●カエリ	アーモンド,水あめ,さとう		しょうゆ,本みりん
19	水	牛乳	ごはん		米飯		
			豚汁	豚肉,白みそ（大豆）,赤みそ（大豆）,かつお節	じゃがいも	だいこん,にんじん,ごぼう,長ねぎ,しょうが, イナムルチこんにゃく	塩
			おかか和え	●チリメン,糸けずり	さとう	こまつな,きゅうり,もやし,にんじん	しょうゆ,本みりん,酢
			岩石揚げ	ハム,●チーズ（乳）,●卵	さつまいも,●小麦粉,大豆油	にんじん,あお豆	塩
20	木	牛乳	もちきびごはん		米飯,もちきび		
			ヌンクー小	豚肉,ちきあぎ,厚揚げ（大豆）,かつお節	さとう,油	だいこん,にんじん,からし菜,しいたけ	しょうゆ,本みりん,塩
			アーサと赤魚のすまし汁	●アーサ,赤魚,かつお節		とうがん,こねぎ,しょうが	しょうゆ,酒,本みりん,塩,昆布だし
			アンダンスー	赤みそ（大豆）,麦みそ（大豆）,ツナ	さとう,油		酒,本みりん
21	金	牛乳	炊き込みごはん	鶏肉,油揚げ（大豆）,ひじき,かつお節	米,おし麦,油	にんじん,ごぼう,しいたけ,あお豆	しょうゆ,本みりん,塩
			豆腐のもずくあんかけ	豆腐（大豆）,●もずく,豚肉,かつお節	でん粉,油,さとう	にんじん,たまねぎ,しょうが	しょうゆ,本みりん
			小松菜のみそ汁	赤みそ（大豆）,白みそ（大豆）,かつお節		こまつな,にんじん,たまねぎ,えのきたけ,長ねぎ	昆布だし
24	月	牛乳	和風スパゲティ	無塩せきベーコン,鶏肉,糸けずり	●スパゲッティ（小麦）,オリーブ油	にんじん,たまねぎ,しめじ,こまつな,しいたけ, にんにく	しょうゆ,塩,こしょう,チキンブイヨン（鶏肉）
			ブロッコリーサラダ	ツナ	いりごま,さとう,ごま油	ブロッコリー,カリフラワー,キャベツ,にんじん, コーン	しょうゆ,酢,りんご酢,塩
			アーサスコーン	●牛乳,●卵,●アーサ	●小麦粉,●バター（乳）,さとう		ベーキングパウダー
25	火	牛乳	麦ぞうすい	鶏肉,かつお節	米,麦	しいたけ,にんじん,とうがん,こまつな	しょうゆ,塩,酒,本みりん,昆布だし
			五目きんぴら	豚肉,ちきあぎ	じゃがいも,さとう,油,いりごま,ごま油	ごぼう,にんじん,いんげん,こんにゃく	しょうゆ,本みりん,塩,七味唐辛子（ごま）
			小いわしのから揚げ	小いわし	でん粉,大豆油		塩,こしょう
			くだもの			りんご（予定）	
26	水	牛乳	ごはん		米飯		
			麩イリチー	●卵,豚肉	●麩（小麦）,油	にんじん,キャベツ,もやし,にら	しょうゆ,塩,こしょう
			ゆし豆腐	ゆし豆腐,かつお節		山東菜,しょうが	しょうゆ,酒,本みりん,塩,だし昆布
			手作りふりかけ	●チリメン,油揚げ（大豆）,糸けずり,のり	いりごま,さとう	からし菜	しょうゆ,本みりん,塩
27	木	牛乳	ごはん		米飯		
			回鍋肉	豚肉,赤みそ（大豆）	さとう,油,ごま油,でん粉	キャベツ,たまねぎ,にんじん,ピーマン, 赤ピーマン,たけのこ,しょうが,にんにく	●テンメンジャン（小麦 大豆 ごま）,本みりん,しょうゆ, 酒,塩,こしょう
			わかめスープ	絹ごし豆腐（大豆）,わかめ,かつお節	いりごま,ごま油,でん粉	にんじん,たまねぎ	しょうゆ,塩,こしょう,鶏がら
			焼売	鶏肉,豚肉,大豆	でん粉,豚脂,さとう,●小麦粉	たまねぎ,しょうが,にんにく	チキンブイヨン（鶏肉）,しょうゆ,ほたて貝エキス,塩
28	金	牛乳	アーモンドトースト		●食パン（小麦 乳 大豆）,●バター（乳）, アーモンド,さとう		
			ABCスープ	鶏肉	●マカロニ（小麦）,じゃがいも,さとう	たまねぎ,にんじん,セロリー,トマト,キャベツ, いんげん	トマトソース,しょうゆ,ウスターソース,塩,こしょう, 鶏がら
			カラフルソテー	ウインナー	油	いんげん,にんじん,たまねぎ,ブロッコリー, 赤ピーマン,コーン	塩,こしょう
			（中学）マスカットゼリー		さとう,水あめ	ぶどう果汁	