令和5年11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
1	水	牛乳	ごはん		米飯		
			千草焼き	●卵,ツナ		にんじん,たまねぎ,ほうれんそう,しいたけ	しょうゆ,本みりん,酒,塩
			れんこんとごぼうの金平	豚肉,ちきあぎ	さとう,ごま,油	ごぼう,れんこん,にんじん,いんげん,糸こんにゃく	しょうゆ,本みりん,酒,塩
			すまし汁	わかめ,絹ごし豆腐（大豆）,かつお節		とうがん,こまつな,にんじん,えのきたけ	しょうゆ,塩,だし昆布
2	木	牛乳	黒糖パン		●黒糖パン（小麦、乳、大豆）		
			チキンのトマトソースがけ	鶏肉	さとう,でん粉	トマト,ピクルス	塩,こしょう,赤ワイン,ケチャップ,トマトソース（大豆）,ウスターソース,チリパウダー
			ヌードルスープ	鶏肉	●スパゲッティ（小麦）	キャベツ,たまねぎ,にんじん,セロリー,マッシュルーム,パセリ	塩,こしょう,鶏がら
			アーモンドサラダ		アーモンド,ノンエッグマヨネーズ,さとう	ブロッコリー,カリフラワー,きゅうり,にんじん,コーン,シークヮーサー	粒入りマスタード,塩,こしょう
6	月	牛乳	秋味ごはん	鶏肉,油揚げ（大豆）,かつお節	米,くり,油	椎茸,しめじ,にんじん,ごぼう,あお豆（大豆）	しょうゆ,本みりん,塩,酒
			のっぺい汁	鶏肉,かつお節	里芋,でん粉	こんにゃく,だいこん,にんじん,長ねぎ,しいたけ	しょうゆ,塩,酒,だし昆布
			魚の西京焼き	ホキ,白みそ（大豆）,甘口白みそ（大豆）	さとう		本みりん,酒
7	火	牛乳	ごはん		米飯		
			肉団子と白菜のうま煮	●中華風つくね（小麦,ごま,大豆,鶏肉,豚肉）,厚揚げ（大豆）	さとう,でん粉	はくさい,こまつな,にんじん,たまねぎ,たけのこ,しいたけ	オイスターソース（かきエキス）,しょうゆ,塩
			ひじきの和え物	ひじき,ツナ	さとう	にんじん,キャベツ,だいこん,コーン,レモン	しょうゆ,酢
			さつまパイ		さつまいも,●小麦粉,さとう,●パン粉（小麦）,●マーガリン（乳）,大豆油	レーズン	塩
8	水	牛乳	玄米入りごはん		米飯,もち玄米		
			野菜の生姜炒め	豚肉	さとう,油	生姜,キャベツ,たまねぎ,人参,もやし,ピーマン	しょうゆ,本みりん,酒,塩
			根菜汁	木綿豆腐（大豆）,豚肉,かつお節	油,さとう,でん粉	れんこん,ごぼう,にんじん,しいたけ,しょうが	しょうゆ,本みりん,酒,塩
			ナッツと小魚の蜜がらめ	●カエリ	アーモンド,カシューナッツ,ごま,さとう,水あめ		しょうゆ,本みりん
9	木	牛乳	ジャージャー麺	豚肉,大豆,赤みそ（大豆）	●中華めん（小麦,大豆）,油,さとう,ごま油,でん粉	たまねぎ,たけのこ,椎茸,長ねぎ,しょうが,にんにく,きゅうり,もやし,にんじん	トウバンジャン,●テンメンジャン（小麦,大豆,ごま）,しょうゆ,塩
			白菜としめじのスープ	無塩せきベーコン,絹ごし豆腐（大豆）		にんじん,こまつな,はくさい,しめじ	しょうゆ,塩,こしょう,鶏がら
			くだもの			オレンジ（予定）	
10	金	牛乳	ごはん		米飯		
			カレーおから	おから（大豆）,豚肉,大豆,ひじき,かつお節	さとう,油	たまねぎ,にんじん,あお豆（大豆）	カレー粉,しょうゆ
			さつま汁	鶏肉,白みそ（大豆）,赤みそ（大豆）,かつお節	さつまいも	ごぼう,大根,人参,長ねぎ,こんにゃく,しいたけ	
			鶏肉の香味ソースがけ	鶏肉,かつお節	でん粉,●小麦粉,大豆油,さとう,ごま油	長ねぎ,にんにく	塩,こしょう,しょうゆ,酢
13	月	牛乳	オムライス（チキンライス）	鶏肉	米,油	にんじん,たまねぎ,ピーマン,マッシュルーム	ケチャップ,パプリカ,塩,こしょう,チキンブイヨン（鶏肉）
			オムライス（オムライスシート）	●卵	でん粉,油		しょうゆ,かつおエキス,煮干しだし,塩
			オムライス（ケチャップ）				ケチャップ
			ラビオリスープ	●ラビオリ（小麦,鶏肉,豚肉,大豆）,かつお節		にんじん,こまつな,はくさい,えのきたけ,しょうが	しょうゆ,塩,鶏がら
			元気サラダ	無添加ハム,塩こんぶ,糸けずり	さとう,油	キャベツ,きゅうり,にんじん,コーン	しょうゆ,酢,塩,こしょう
			ヨーグルト	●ヨーグルト（乳）			
14	火	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
			中華コーンスープ	鶏肉,●卵,かつお節	でん粉	コーン,長ねぎ,しいたけ	塩,こしょう,鶏がら
			くだもの			りんご（予定）	
15	水	牛乳	ココアあげパン	●脱脂粉乳	●コッペパン（小麦,乳,大豆）,大豆油,さとう,黒糖		ココアパウダー
			ミネストローネ	鶏肉,大豆	じゃがいも,さとう	たまねぎ,にんじん,セロリー,いんげん,にんにく	トマトソース,塩,しょうゆ,ウスターソース,こしょう,鶏がら
			にんにくの芽ソテー	無塩せきベーコン	ごま油,油	にんにくの芽,たまねぎ,キャベツ,にんじん,コーン,にんにく	ウスターソース,しょうゆ,塩,こしょう
			チーズ	●チーズ（乳）			
16	木	牛乳	紅芋ごはん	鶏肉,かつお節	米,おし麦,紅芋,油	にんじん,しいたけ,こねぎ	しょうゆ,酒,本みりん,塩
			小松菜のみそ汁	わかめ,赤みそ（大豆）,白みそ（大豆）,かつお節		こまつな,たまねぎ,えのきたけ,長ねぎ	
			豆腐のそぼろあんかけ	豆腐（大豆）,豚肉,かつお節	でん粉,油,さとう	たまねぎ,にら,しょうが	しょうゆ,本みりん
17	金	牛乳	ごはん		米飯		
			キムチーズ肉じゃが	豚肉,かつお節,●チーズ（乳）	じゃがいも,油,さとう	たまねぎ,にんじん,いんげん,糸こんにゃく,●白菜キムチ（小麦,りんご,大豆,さば）	しょうゆ,酒,塩,本みりん
			冬瓜ともずくのすまし汁	鶏肉,●もずく,かつお節	でん粉	とうがん,こねぎ,しょうが	しょうゆ,塩
			さわやか和え	とりささみ（鶏肉）	オリーブ油,さとう	キャベツ,きゅうり,だいこん,にんじん	特濃酢,りんご酢,しょうゆ,塩
20	月	牛乳	中華風炊き込みごはん	鶏肉,ひじき	米,ごま油	椎茸,人参,にんにくの芽,あお豆（大豆）,生姜	しょうゆ,本みりん,塩,酒,チキンブイヨン（鶏肉）
			もずくかに玉	●卵,●かに風味かまぼこ（カニ）,●もずく,かつお節	さとう,でん粉	にんじん,たまねぎ,にら,あお豆（大豆）	塩,こしょう,しょうゆ,本みりん,酒
			春雨スープ	鶏肉,かつお節	緑豆はるさめ,ごま油	にんじん,こまつな,コーン,きくらげ,しいたけ	しょうゆ,酒,塩,鶏がら
			くだもの			うんしゅうみかん（予定）	
21	火	牛乳	麦ごはん		米飯,麦		
			ハヤシライス	牛肉	油,●小麦粉,さとう	たまねぎ,にんじん,セロリー,トマト,マッシュルーム,にんにく	●ハヤシルウ（小麦,大豆,牛肉）,トマトピューレー,塩,ケチャップ,ウスターソース,チキンブイヨン（鶏肉）,●デミグラスソース（小麦,鶏肉）,リンゴピューレー（りんご）,赤ワイン
			コーンサラダ		ノンエッグマヨネーズ,さとう	コーン,ブロッコリー,カリフラワー,あお豆（大豆）,ピクルス	粒入りマスタード,塩,こしょう
			フルーツ杏仁		●杏仁寒天（乳）	みかん,黄桃（もも）,パイナップル,洋なし,ぶどう,さくらんぼ	
22	水	牛乳	スパゲティナポリタン	無添加ウインナー	●スパゲッティ（小麦）,さとう,油	にんじん,たまねぎ,ピーマン,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,チキンブイヨン（鶏肉）
			ポテチキ	鶏肉	じゃがいも,でん粉,●小麦粉,大豆油		塩
			チョコスコーン	●牛乳,●卵	●小麦粉,●バター（乳）,さとう,●チョコチップ（乳,大豆）		ベーキングパウダー,ココアパウダー
24	金	牛乳	ごはん		米飯		
			里芋のそぼろ煮	豚肉,鶏肉,厚揚げ（大豆）,かつお節	里芋,さとう,でん粉,油	だいこん,にんじん,たまねぎ,しいたけ,いんげん,しょうが	しょうゆ,本みりん,酒,塩
			白菜のゆかり和え		さとう	はくさい,だいこん,きゅうり, ゆかり	酢,塩
			きのこのすまし汁	油揚げ（大豆）,かつお節		しめじ,えのきたけ,しいたけ,だいこん,こまつな	しょうゆ,本みりん,塩,昆布だし
27	月	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）
			わかめの中華スープ	わかめ,鶏肉,かつお節	ごま油	たまねぎ,えのきたけ,長ねぎ,たけのこ,しょうが	しょうゆ,本みりん,酒,塩,こしょう,鶏がら
			くだもの			洋なし（予定）	
28	火	牛乳	鶏ごぼうめし	鶏肉,油揚げ（大豆）,かつお節	米,おし麦,油	ごぼう,にんじん,あお豆（大豆）,しいたけ	しょうゆ,塩,酒,本みりん
			さばの甘醤油かけ	さば	でん粉,大豆油,さとう	しょうが	しょうゆ,本みりん
			具だくさん汁	かつお節		大根,人参,白菜,小松菜,こんにゃく	昆布だし,しょうゆ,酒,本みりん,塩
29	水	牛乳	コッペパン		●コッペパン（小麦,乳,大豆）		
			栗～むシチュー	鶏肉,●脱脂粉乳,白花豆,白いんげん豆,●生クリーム（乳）	じゃがいも,くり,●小麦粉,油	たまねぎ,にんじん,こまつな,マッシュルーム	チキンブイヨン（鶏肉）,塩,こしょう
			カラフルソテー	無添加ウインナー	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
			キャロットジャム		水あめ,さとう,マーマレード	にんじん,シークヮーサー,リンゴピューレ	シナモン
30	木	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
			魚汁	●アーサ,赤魚,豆腐（大豆）,麦みそ（大豆）,赤みそ（大豆）,かつお節		だいこん,にんじん,こねぎ	
			しそ味ひじき	ひじき,糸けずり	ごま,さとう	ゆかり	しょうゆ,本みりん