

※「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	木	 麦ごはん 牛丼(具) ほうれん草のみそ汁 ずんだ白玉	牛肉 豆腐(大豆)、赤みそ(大豆)、白みそ(大豆)、かつお節 白花生、白いんげん豆	米飯、麦 さとう、油 白玉だんご(大豆)、さとう	にんじん、たまねぎ、ピーマン、しいたけ、たけのこ、 にんにく、こんにゃく ほうれんそう、しめじ、たまねぎ グリーンピース、あお豆(大豆)	しょうゆ、本みりん 塩
2	金	 ごはん いわしの蒲焼き 白菜のゆかり和え けんちん汁 きなこ大豆	いわし 豆腐(大豆)、かつお節 大豆、きな粉	米飯 でん粉、大豆油、さとう さとう 里芋 さとう	しょうが はくさい、だいこん、きゅうり、ゆかり だいこん、にんじん、こんにゃく、長ねぎ、しいたけ、ごぼう	しょうゆ、酒、本みりん 酢、塩 しょうゆ、塩、昆布だし
5	月	 ごはん 厚揚げの中華みそ炒め 肉団子と白菜のスープ 多葉包子(ターサイバオツ)	厚揚げ(大豆)、豚肉 ●肉だんご(小麦、大豆、鶏肉)、かつお節 豚肉、鶏肉、ひじき、●乳	米飯 ごま油、さとう でん粉、ごま油 豚脂、でん粉、パパン粉、さとう、ごま油、●小麦粉	キャベツ、にんじん、たまねぎ、にら、たけのこ、 しいたけ、にんにく はくさい、こまつな、にんじん、長ねぎ、しいたけ、しょうが きゃべつ、たまねぎ、しょうが	●デンプンゼン(小麦、大豆、ごま)、 オイスターソース(かきエキス)、しょうゆ、本みりん、塩 しょうゆ、本みりん、塩、こしょう、鶏がら しょうゆ、オイスターソース(かきエキス)、塩
6	火	 麦ごはん ハヤシライス ブロッコリーサラダ ヨーグルト	牛肉 ツナ ●ヨーグルト(乳)	米飯、麦 油、●小麦粉、さとう ごま、さとう、ごま油	たまねぎ、にんじん、セロリ、トマト、 マッシュルーム、にんにく ブロッコリー、カリフラワー、キャベツ、にんじん、コーン	●ハヤシルー(小麦、大豆、牛肉)、トマトピューレー、 トマトケチャップ、ウスターソース、赤ワイン、塩、鶏がら、 ●デミグラスソース(小麦、鶏肉)、リンゴピューレー(りんご) しょうゆ、酢、りんご酢、塩
7	水	 ごはん アーサと赤魚のすまし汁 人参シリシリ タピオカアンダギー(揚げ)	●アーサ、赤魚、かつお節 ツナ、●卵 紅芋、タピオカ粉、白玉粉、さとう、大豆油	米飯 油 紅芋、タピオカ粉、白玉粉、さとう、大豆油	だいこん、こねぎ、しょうが にんじん、たまねぎ、にら	しょうゆ、酒、本みりん、塩、昆布だし 塩、しょうゆ
8	木	 コッペパン チキンのマーマレード焼き 冬野菜のポトフ にんにくの芽ソーテ	鶏肉 鶏肉、無添加ウインナー 牛肉	●コッペパン(小麦、乳、大豆) マーマレード ごま油、油	しょうゆ、本みりん、塩、こしょう ブロッコリー、にんじん、たまねぎ、だいこん、 はくさい、セロリ、パセリ にんにくの芽、たまねぎ、キャベツ、にんじん、 いんげん、にんにく	しょうゆ、白ワイン、塩、こしょう 塩、こしょう、鶏がら、豚骨 ウスターソース、しょうゆ、塩、こしょう
9	金	 クープジュシー シカムドゥチ スーナー ミニたい焼き	昆布、豚肉、ちきあぎ、かつお節 豚肉、カステラ、かまぼこ、かつお節 豆腐(大豆)、白みそ(大豆) 小豆	米、おし麦、油 ごま、ごま油、さとう ●小麦、さとう、油	にんじん、しいたけ、こねぎ こんにゃく、だいこん、こねぎ、しいたけ にんじん、こまつな	しょうゆ、塩、酒 塩、しょうゆ、本みりん、酒、豚骨 しょうゆ、本みりん 塩、ベーキングパウダー
13	火	 ごはん カレーおから すいとん 野菜チップス	おから、豚肉、大豆、ひじき、かつお節 油揚げ(大豆)、かつお節	米飯 さとう、油 ●すいとん(小麦)、里芋 紅芋、でん粉、大豆油	たまねぎ、にんじん、あお豆(大豆) だいこん、にんじん、しめじ、長ねぎ かぼちゃ、れんこん	カレー粉、しょうゆ しょうゆ、塩、昆布だし 塩
14	水	 和風スパゲティ ごぼうサラダ チョコスコーン	無塩せきベーコン、鶏肉、糸けずり 無添加ハム、アーモンド ●牛乳、●卵	●スパゲッティ(小麦)、オリーブ油 ノンエッグマヨネーズ、ねりごま、ごま、さとう ●小麦粉、●バター(乳)、さとう、 ●ミルクチョコレート(乳、大豆)	にんじん、たまねぎ、しめじ、こまつな、しいたけ、にんにく ごぼう、きゅうり、にんじん	しょうゆ、塩、こしょう、チキンブイヨン(鶏肉) しょうゆ ベーキングパウダー、ココア、ビュアココア
15	木	 麦ごはん タコライス スライスチーズ もずくのスープ	牛肉、豚肉、大豆 ●チーズ(乳) 鶏肉、●もずく、かつお節	米飯、麦 油 でん粉	たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、キャベツ だいこん、こねぎ、しょうが、しいたけ	トマトピューレー、トマトケチャップ、ウスターソース、 タバスコ、●チリミックス(小麦、乳)、チリパウダー、塩 しょうゆ、本みりん、塩、鶏がら、豚骨
16	金	 ごはん デークニーンブシー サバのシークワサーソースがけ 白菜のチリメン和え	豚肉、厚揚げ(大豆)、昆布、ちきあぎ、かつお節 さば ●チリメン、昆布	米飯 さとう、油 でん粉、大豆油、さとう さとう、ごま	だいこん、にんじん、こんにゃく、こまつな、しいたけ シークワサー果汁、レモン果汁 はくさい、きゅうり、にんじん	塩、酒、本みりん、しょうゆ 塩、こしょう、りんご酢、酢 しょうゆ、酢、塩
19	月	 ごはん ごぼうのチンジャオロース チンゲン菜とコーンのスープ くだもの	牛肉、豚肉 鶏肉、かつお節	米飯 さとう、でん粉、ごま油 でん粉	にんにく、ごぼう、ピーマン、赤ピーマン、 にんじん、たけのこ、しょうが チンゲンサイ、コーン、にんじん、しいたけ、長ねぎ きんかん(予定)	しょうゆ、本みりん、塩、トウバンジャン、 オイスターソース(かきエキス) しょうゆ、塩、本みりん、鶏がら
20	火	 ごはん 里芋のそぼろ煮 豆腐のアーサあんかけ 小松菜のみそ汁	豚肉、鶏肉、厚揚げ(大豆)、かつお節 豆腐(大豆)、●アーサ、かつお節 油揚げ(大豆)、赤みそ(大豆)、白みそ(大豆)、 かつお節	米飯 里芋、さとう、でん粉、油 でん粉、油、さとう	だいこん、にんじん、たまねぎ、しいたけ、 いんげん、しょうが しょうが たまねぎ、にんじん、こまつな、しめじ	しょうゆ、本みりん、塩、塩 しょうゆ、本みりん、塩
21	水	 なかよし揚げパン ボルシチ スパニッシュオムレツ	きな粉(大豆)、●脱脂粉乳 牛肉 ●卵、●牛乳、●パルメザンチーズ(乳)	●なかよしパン(小麦、乳、大豆)、大豆油、 さとう、アーモンド粉末、黒糖 じゃがいも、さとう、油 じゃがいも、油	たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、キャベツ、 パセリ、にんにく たまねぎ、赤ピーマン、ブロッコリー	ココアパウダー 赤ワイン、トマトピューレー、●デミグラスソース(小麦、鶏肉)、 ウスターソース、塩、こしょう、鶏がら 塩、こしょう
22	木	 黒米ごはん クーブイリチー 中身汁 大根のウサチ	豚肉、昆布、カステラ、かまぼこ、かつお節 豚中身、豚肉、かつお節 ツナ	米飯、黒米 さとう、油 ごま、さとう	千切大根、にんじん、こんにゃく しいたけ、こんにゃく、こねぎ、しょうが だいこん、きゅうり、にんじん	しょうゆ、酒、本みりん、塩 しょうゆ、塩、豚骨 しょうゆ、酢、塩
26	月	 もちきびごはん 肉じゃが すまし汁 ひじきのツナあえ	豚肉、かつお節 わかめ、絹ごし豆腐(大豆)、かつお節 ひじき、ツナ	米飯、もちきび じゃがいも、油、さとう さとう	たまねぎ、にんじん、いんげん、しょうが、こんにゃく だいこん、こまつな、にんじん、えのきたけ にんじん、キャベツ、だいこん、コーン、レモン果汁	しょうゆ、塩、塩、本みりん しょうゆ、塩、だし、昆布 しょうゆ、酢
27	火	 彩りピラフ 手作りミートローフ ジュリエンスープ くだもの	無塩せきベーコン 豚肉、牛肉、●卵 無塩せきベーコン	米、油 ●パン粉(小麦)、でん粉、さとう	にんじん、たまねぎ、コーン、赤ピーマン、ピーマン、 マッシュルーム、にんにく にんにく、たまねぎ、にんじん、いんげん、コーン キャベツ、たまねぎ、にんじん、セロリ、パセリ ネーブルオレンジ(予定)	白ワイン、塩、こしょう、チキンブイヨン(鶏肉) パブリカ、ナツメグ、粒入りマスタード、赤ワイン、塩、こしょう 塩、こしょう、鶏がら
28	水	 みそラーメン キムチ和え 春巻き	豚肉、鶏肉、赤みそ(大豆)、白みそ(大豆)、かつお節 糸けずり	●中華めん(小麦、大豆)、ごま油 さとう 大豆油、春雨、豚脂(豚肉)、でん粉、●小麦、水、あめ	たまねぎ、にんじん、もやし、長ねぎ、コーン、きくらげ、 にんにく、しょうが だいこん、きゅうり、はくさい きゃべつ、たまねぎ、にんじん	しょうゆ、酒、塩、鶏がら、豚骨 キムチの味(りんご、大豆)、しょうゆ しょうゆ、塩
29	木	 コッペパン チリコンカン アーモンドサラダ オニオンスープ	牛肉、豚肉、豚レバー、大豆、金時豆 無塩せきベーコン	●コッペパン(小麦、乳、大豆) さとう、油 アーモンド、ノンエッグマヨネーズ、さとう	たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく ブロッコリー、カリフラワー、きゅうり、にんじん、 コーン、シークワサー果汁 たまねぎ、にんじん、セロリ、パセリ、にんにく	トマトケチャップ、ウスターソース、●チリミックス(小麦、乳)、 チリパウダー、チリソース、タバスコ、塩、こしょう 粒入りマスタード、塩、こしょう 本みりん、塩、こしょう、しょうゆ、鶏がら