

※「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

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	金		キムタクごはん	豚肉、ひよこ豆、かつお節	米、油、ごま油	白菜キムチ(大豆)、だいこん漬け、たまねぎ、 長ねぎ、あお豆(大豆)、しょうが、にんにく	酒、しょうゆ、キムチ液(大豆、小麦)、塩、こしょう、 チキンブイヨン(鶏肉)
			魚の梅みそ焼き	ホキ、甘口白みそ(大豆)	さとう	ゆかり、梅肉	本みりん
			白菜と大根のすまし汁	油揚げ(大豆)、かつお節		はくさい、だいこん、えのきたけ	しょうゆ、塩、だし昆布
4	月		ごはん		米飯		
			野菜カレー	鶏肉	じゃがいも、●小麦粉、油	にんじん、たまねぎ、ピーマン、セロリー、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、 塩、(小麦、牛肉、鶏肉、大豆)
			トンカツ	豚肉、●卵白、大豆	●パン粉(小麦)、でん粉、大豆油		塩
			フルーツポンチ		さとう	みかん、パイナップル、もも缶、ナタデココ、 シークワーサー果汁	
5	火		ごはん		米飯		
			マーボー豆腐	豆腐(大豆)、豚肉、大豆、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、椎茸、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)
			かき玉汁	●卵、かつお節	でん粉	こまつな、とうもろこし	本みりん、しょうゆ、酒、昆布だし、塩
			中華あえ	無添加ハム	ごま油、さとう	きゅうり、もやし、にんじん	しょうゆ、酢、塩
6	水		ごはん		米飯		
			お肉のかきソース炒め	牛肉、豚肉	さとう、でん粉、油	ブロッコリー、ほうれんそう、たけのこ、もやし、にんにく	しょうゆ、酒、オイスターソース(かきエキス)
			わかめスープ	絹ごし豆腐(大豆)、わかめ、かつお節	ごま、ごま油	にんじん、長ねぎ	しょうゆ、塩、こしょう、鶏がら
			黒糖ピーンズ	大豆	黒糖、さとう		
島小6年生 卒業プレミアム 給食 (島小6年生のみ)			ごはん		米飯		
			チャップステーキ	牛肉	●バター(乳)	たまねぎ、にんじん、ピーマン、黄ピーマン、トマト、にん	中濃ソース(りんご)、塩、こしょう
			マカロニグラタン	鶏肉、●牛乳、●生クリーム(乳)、●チーズ(乳)	●マカロニ(小麦)、●小麦粉、油	たまねぎ、にんじん、ほうれん草、マッシュルーム	塩、こしょう
			さっぱりラフテー	豚肉	さとう	しょうが、シークワーサー果汁	しょうゆ、本みりん、酒
			ジャガ丸チーズカリカリ	●チーズ(乳)	じゃがいも、でん粉、●パン粉(小麦)、●小麦粉、 さとう、なたね油、パーム油、大豆油		塩
			フルーツ盛り			いちご、りんご、いよかん、パイ	
			苺のショートケーキ	●卵、●生クリーム(乳)	●小麦粉、さとう、油	いちご	
			お茶				緑茶
7	木		ごはん		米飯		
			鶏肉のから揚げ	鶏肉	でん粉、●小麦粉、大豆油	にんにく	塩、こしょう
			ブロッコリーソテー	無塩せきベーコン	油	ブロッコリー、キャベツ、にんじん、コーン、にんにく	塩、こしょう
			レンズ豆と野菜のスープ	レンズ豆、大豆、鶏肉	じゃがいも	はくさい、にんじん、セロリー、パセリ	しょうゆ、塩、こしょう、鶏がら
北小6年生 卒業プレミアム 給食 (北小6年生のみ)			ごはん		米飯		
			チャップステーキ	牛肉	●バター(乳)	たまねぎ、にんじん、ピーマン、黄ピーマン、トマト、にん	中濃ソース(りんご)、塩、こしょう
			マカロニグラタン	鶏肉、●牛乳、●生クリーム(乳)、●チーズ(乳)	●マカロニ(小麦)、●小麦粉、油	たまねぎ、にんじん、ほうれん草、マッシュルーム	塩、こしょう
			魚のマスタード焼き	ホキ	さとう、ノンエッグマヨネーズ		マスタード、粒マスタード
			ジャガ丸チーズカリカリ	●チーズ(乳)	じゃがいも、でん粉、●パン粉(小麦)、●小麦粉、 さとう、なたね油、パーム油、大豆油		塩
			フルーツ盛り			いちご、りんご、いよかん、パイ	
			苺のショートケーキ	●卵、●生クリーム(乳)	●小麦粉、さとう、油	いちご	
			お茶				緑茶
8	金		コッペパン		●コッペパン(小麦、乳、大豆)		
			ジャイアンシチュー	鶏肉、白いんげん豆、●生クリーム(乳)、●脱脂粉乳	紅芋、さつまいも、じゃがいも、油、●小麦粉	にんじん、たまねぎ、かぼちゃ、ブロッコリー	塩、こしょう、鶏がら
			玄米サラダ	無添加ハム、●チリメン	玄米、アーモンド、ごま、さとう、オリーブ油	コーン、キャベツ、きゅうり	酢、しょうゆ
			レモンゼリー(幼～中2)		レモンゼリー		
11	月		卒業祝いココアケーキ(中3のみ)	●卵、●生クリーム(乳)	●小麦粉、さとう、油	いちご	ココアパウダー
			パエリア	鶏肉、●えび、イカ、あさり	米、おし麦、油	にんじん、たまねぎ、黄ピーマン、マッシュルーム、 グリーンピース、にんにく	白ワイン、うっちゃん粉、塩、こしょう、ボークブイヨン(鶏肉、豚肉)
			トマトとパスタのスープ	無塩せきベーコン、白いんげん豆	●スパゲッティ(小麦)、さとう、油	キャベツ、たまねぎ、にんじん、トマト	トマトソース、トマトケチャップ、ウスターソース、しょうゆ、塩、鶏がら
			スペイン風オムレツ	●卵、●牛乳、●チーズ(乳)、●パルメザンチーズ(乳)	じゃがいも、油	たまねぎ、赤ピーマン、ブロッコリー	塩、こしょう
12	火		くだもの			いよかん(予定)	
			ごはん		米飯		
			かぼちゃとひじきの煮物	ひじき、大豆、ちくわ(大豆)、豚肉、かつお節	油、さとう	かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、いんげん	しょうゆ、酒、塩、本みりん
			根菜汁	木綿豆腐(大豆)、豚肉、鶏肉、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
13	水		納豆みそ	挽きわり納豆、豚肉、白みそ(大豆)、赤みそ(大豆)	さとう、油	しょうが、こねぎ	本みりん
			ごはん		米飯		
			三色丼	鶏肉、豚肉、豚レバー、大豆、●錦糸卵(卵)	油、さとう	たまねぎ、しょうが、ほうれんそう	酒、しょうゆ、塩
			もずくのみそ汁	●もずく、絹ごし豆腐(大豆)、かつお節、麦みそ(大豆)、白みそ(大豆)	じゃがいも	えのきたけ、長ねぎ	
14	木		大根の黒糖漬け		黒糖	だいこん、にんじん、シークワーサー果汁	しょうゆ、りんご酢
			中華がゆ	鶏肉	米、おし麦、ごま油	にんじん、だいこん、こまつな、椎茸、長ねぎ、しょうが	しょうゆ、本みりん、酒、塩、チキンブイヨン(鶏肉)
			五目金平	豚肉、ちきあぎ	じゃがいも、さとう、油、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)
			岩石揚げ	無塩せきベーコン、●チーズ(乳)、●卵	さつまいも、●小麦粉、大豆油	にんじん、あお豆(大豆)	塩
15	金		ごはん		米飯		
			どて煮	豚中身、豚肉、赤みそ(大豆)、八丁みそ(大豆)、 かつお節	さとう	だいこん、にんじん、こんにゃく、長ねぎ、しょうが、いんげん	しょうゆ、酒、七味唐辛子(ごまなし)
			白菜のゆず和え	とりささみ(鶏肉)	さとう	はくさい、だいこん、こまつな、にんじん、ゆず シークワーサー果汁	しょうゆ、酢
			くだもの			オレンジ(予定)	
18	月		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、黄ピーマン、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
			シークワーサーカステラ	●卵、●牛乳	●小麦粉、●バター(乳)、さとう、アーモンド	シークワーサー果汁	ベーキングパウダー
			ビスキュイパン		●コッペパン(小麦、乳、大豆)、●バター(乳)、さとう、 油、●小麦粉、アーモンド粉末		ラム酒
19	火		豚肉と野菜のトマト煮	豚肉	じゃがいも、さとう、油	にんじん、だいこん、たまねぎ、しめじ、ブロッコリー、 にんにく、トマト	赤ワイン、●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
			チキンお麩ナゲット	鶏肉	●麩(小麦)、なたね油、大豆油	にんにく	しょうゆ、塩、こしょう
			れんこんサラダ	とりささみ(鶏肉)	ノンエッグマヨネーズ、さとう	れんこんスライス、キャベツ、きゅうり、あお豆(大豆)、 シークワーサー果汁	粒入りマスタード、塩、こしょう