

※「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8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)8品目		その他
卵、乳、小麦、落花生(ピーナッツ)、えび、そば、かに、くるみ		※ 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	(ぎいろ) 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	木		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)、椎茸	しょうゆ、塩、酒、本みりん
			豆腐の野菜あんかけ	豆腐(大豆)、豚肉	かたくり粉、油、さとう	にんじん、たまねぎ、にら、しょうが	しょうゆ、本みりん
			大根のみそ汁	油揚げ(大豆)、赤みそ(大豆)、白みそ(大豆)、かつお節		だいこん、にんじん、こまつな、えのきたけ	
2	金		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)、油	にんじん、たまねぎ、しめじ、こまつな、椎茸、おろしにんにく	しょうゆ、チキンブイヨン(鶏肉)、塩、こしょう
			コロコロサラダ	ガルバンゾー(ひよこ豆)、マローファットピース(青えんどう豆)、レッドキドニー(赤いんげん豆)	ノンエッグマヨネーズ、さとう	きゅうり、だいこん、コーン、あお豆(大豆)、レモン	白ワイン、塩、こしょう、粒入りマスタード
			アーサスコーン	アーサ、全卵、牛乳	●小麦粉、●バター(乳)、さとう	ウージパウダー	ベーキングパウダー
7	水		ごはん		米飯		
			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、ピーマン、かぼちゃ、おろしにんにく	カレー粉、●カレールウ(小麦、牛肉、鶏肉、大豆)、チャツネ(りんご)、ウスターソース、塩
			フルーツヨーグルト	ヨーグルト(乳)	さとう	パイナップル、みかん、黄桃(もも)、バナナ	
8	木		ごはん		米飯		
			シブインブシー	豚肉、厚揚げ(大豆)、結び昆布、ちきあぎ、かつお節	さとう、油	とうがん、にんじん、こんにゃく、こまつな、椎茸	塩、酒、本みりん、しょうゆ
			ゴーヤー入り野菜チップス		紅芋加工用、かたくり粉、大豆油	ゴーヤー、かぼちゃ、ごぼう	塩
			アンダンスー	赤みそ(大豆)、ツナ	さとう、油		酒、本みりん
9	金		コッペパン		●コッペパン(小麦、乳、大豆)		
			クリームシチュー	鶏肉、白いんげん豆、だいず、●脱脂粉乳、●生クリーム(乳)	じゃがいも、●小麦粉、油	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、マッシュルーム	●ホワイトルウ(小麦、乳、大豆、鶏肉、牛肉)、鶏がら、生鶏がら(鶏肉)、塩
			コールスローサラダ		オリーブ油、さとう、ノンエッグマヨネーズ	キャベツ、きゅうり、コーン、にんじん、シークワサー	りんご酢、塩、こしょう
			オレンジ			ネーブル	
12	月		コーンピラフ	鶏肉	米、麦、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、全卵	パン粉(小麦)、かたくり粉、さとう	おろしにんにく、たまねぎ、にんじん、いんげん	パプリカ 粉、ナツメグ 粉、粒入りマスタード、赤ワイン、塩、こしょう
			ジュリエンヌスープ	無塩せきベーコン		キャベツ、たまねぎ、にんじん、セロリー、パセリ	塩、こしょう、鶏がら
13	火		ごはん		米飯		
			肉じゃが	豚肉、かつお節	じゃがいも、糸こんにゃく、油、さとう	たまねぎ、にんじん、しょうが、いんげん	しょうゆ、本みりん、酒、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)		えのきたけ、たまねぎ	塩
			オレンジ			ネーブル	
14	水		ごはん		米飯		
			ひじき炒め	ひじき、豚肉、ちきあぎ、油揚げ(大豆)、大豆、かつお節	さとう、油	こんにゃく、にんじん、れんこん、にら	しょうゆ、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		とうがん、こまつな、にんじん、えのきたけ	
			ちりめんふりかけ	●チリメン、糸けずり、青のり	ごま、さとう		しょうゆ、本みりん
15	木		カンダバージュシー	豚肉、かつお節	米、麦	にんじん、カンダバー、とうがん、椎茸	しょうゆ、塩
			マーミナーチャンプルー	厚揚げ(大豆)、ツナ	油	もやし、キャベツ、にんじん、にら	しょうゆ、塩、こしょう
			さつま芋の天ぷら	●卵	さつまいも、●小麦粉、大豆油		塩
			バナナ			バナナ	
16	金		カレーうどん	豚肉、なると(卵ぬき)、油揚げ(大豆)、かつお節	●うどん(小麦)、さとう	にんじん、たまねぎ、こまつな、長ねぎ、椎茸	●カレールウ(小麦、大豆、鶏肉、牛肉)、カレー粉、しょうゆ、本みりん、塩
			小いわしのから揚げ	小いわし	かたくり粉、大豆油		塩、こしょう
			シークワサーカステラ	●卵、加工乳 低脂肪	●小麦粉、●バター(乳)、さとう、アーモンド	シークワサー果汁	ベーキングパウダー
19	月		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、コーン	トマトケチャップ、パプリカ 粉、塩、こしょう、チキンブイヨン(鶏肉)
			キャロットスープ	鶏肉、●生クリーム(乳)	じゃがいも、●小麦粉、油	にんじん、たまねぎ、パセリ	塩、こしょう、鶏がら

			ハニーマスタードサラダ		はちみつ,オリーブ油	キャベツ,きゅうり,にんじん,ブロッコリー,コーン	粒入りマスタード,本みりん,りんご酢,塩
20	火		ごはん		米飯		
			タマナーチャンブルー	豆腐(大豆),ツナ	油	キャベツ,にんじん,たまねぎ,こまつな	しょうゆ,塩,こしょう
			シカムドゥチ	豚肉,カステラかまぼこ,かつお節		イナムルチこんにゃく,だいこん(冬瓜),こねぎ,椎茸	塩,しょうゆ,本みりん,酒,豚骨
			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
21	水		ごはん		米飯		
			大根の梅みそ煮	豚肉,厚揚げ(大豆),白みそ(大豆),かつお節	さとう,油	だいこん,にんじん,あお豆(大豆),椎茸	酒,しょうゆ,塩,うめびしお(りんご),本みりん
			干草焼き	●卵,ツナ		にんじん,たまねぎ,小松菜,しいたけ	しょうゆ,本みりん,酒,塩
22	木		ごはん		米飯		
			豚肉と野菜の生姜炒め	豚肉	さとう,油	しょうが,キャベツ,たまねぎ,にんじん,もやし,ピーマン	しょうゆ,本みりん,酒,塩
			ちくわのマヨネーズ焼き	ちくわ(大豆),パルメザンチーズ(乳),●生クリーム(乳),青のり,糸けずり	ノンエッグマヨネーズ		
23	金		ごはん		米飯		
			ごぼうのチンジャオロース	牛肉,豚肉	さとう,かたくり粉,ごま油	おろしにんにく,ごぼう,ピーマン,赤ピーマン,にんじん,たけのこ	しょうゆ,本みりん,酒,おろししょうが,トウバンジャン,オイスターソース(かきエクス),塩
			多菜包子				多菜包子
26	月		ごはん		米飯		
			沢煮椀	豚肉,かつお節		だいこん,にんじん,長ねぎ,たけのこ,しいたけ	しょうゆ,本みりん,酒,塩,昆布だし
			岩石揚げ	無添加ハム,チーズ(乳)	さつまいも,●小麦粉,大豆油	にんじん,あお豆(大豆)	塩
			キャベツのゴマ和え		ごま,さとう	キャベツ,こまつな,もやし,にんじん	しょうゆ,塩,本みりん
27	火		コッペパン		●コッペパン(小麦、乳、大豆)		
			豆のシチュー	鶏肉,レッドキドニー(赤いんげん豆),白花豆 白いんげん豆,だいず	じゃがいも,油,●小麦粉	おろしにんにく,にんじん,たまねぎ,ブロッコリー	赤ワイン,ハヤシルウ(小麦、大豆、牛肉),ウスターソース,ケチャップ,鶏がら,塩,こしょう
			四季柑ドレッシングサラダ		オリーブ油,さとう	キャベツ,だいこん,きゅうり,トマト,シークワサー果汁	ぶどう酢,白ワイン,塩,こしょう
			冬瓜ジャム		さとう,かたくり粉	とうがん,シークワサー	リンゴピューレー(りんご),白ワイン
28	水		豚キムチチャーハン	豚肉	米,おし麦,油	白菜キムチ(小麦、りんご、大豆、さば),にんじん,たまねぎ,赤ピーマン,コーン,おろしにんにく	白ワイン,しょうゆ,本みりん,チキンブイヨン(鶏肉),キムチの素,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	ごま,ごま油,かたくり粉	にんじん,たまねぎ	しょうゆ,塩,こしょう,鶏がら
			青のりポテト	青のり	じゃがいも,大豆油		塩,こしょう
			オレンジ			ネーブル	
29	木		ごはん		米飯		
			みそけんちん汁	木綿豆腐(大豆),赤みそ(大豆),白みそ(大豆),かつお節	里芋	だいこん,にんじん,こんにゃく,しいたけ,長ねぎ	ごぼう
			魚の塩焼き	さば			塩
			青菜のごま和え	●チリメン	さとう,ねりごま,ごま	こまつな,キャベツ,もやし,にんじん	しょうゆ,酢,塩
30	金		ごはん		米飯		
			大根マーボー	豚肉,だいず,豆腐(大豆),赤みそ(大豆)	さとう,油,ごま油,かたくり粉	だいこん,たけのこ,にんじん,たまねぎ,長ねぎ,にら,きくらげ,しょうが,おろしにんにく	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,ポークブイヨン(鶏肉、豚肉)
			揚げぎょうざ	肉餃子(小麦、ごま、大豆、豚肉)	大豆油		
			オレンジ			ネーブル	