

令和8年1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)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
6	火		ごはん		米		
			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、ほうれんそう、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)、ウスターソース、チャツネ(りんご)、塩、チキンブイヨン(鶏肉)
			大根のはちみつレモン漬け とうもろこし		はちみつ	だいこん、にんじん、ポッカレモン とうもろこし	りんご酢、ポッカレモン
7	水		沖縄風七草がゆ	ツナ	米	からし菜、こまつな、パクチョイ、ふだんそう、山東菜、だいこん葉、しいたけ	しょうゆ、塩、本みりん、かつお節、豚骨
			レンコンと牛肉の炒め	牛肉	白ごま、三温糖、油	おろしにんにく、いんげん、にんじん、たまねぎ、いんげん	しょうゆ、酒、本みりん、塩
			紅いもムーチャー くだもの		もち粉、紅芋ペースト、グラニュー糖	くだもの	
8	木		なかよし揚げパン	きな粉、●脱脂粉乳	なかよしパン(●小麦、●乳、大豆)、大豆油、三温糖 アーモンド粉末、黒糖		ココアパウダー
			にんじんスープ	鶏肉、●生クリーム(乳)	じゃがいも、●小麦粉、油	にんじん、にんじんペースト、たまねぎ、パセリ	塩、こしょう、鶏がら
			フラワーサラダ		卵めきマヨネーズ、三温糖	ブロッコリー、カリフラワー、きゅうり、コーン、にんじん、 シークワーサー果汁	白ワイン、マスタード、こしょう
9	金		ベビーチーズ	●チーズ(乳)			
			ごはん		米		
			野菜と厚揚げの中華煮	豚肉、厚揚げ(大豆)	三温糖、ごま油、油、かたくり粉	はくさい、にんじん、たまねぎ、こまつな、しょうが、たけのこ、きくらげ、おろしにんにく	しょうゆ、本みりん、酒、塩、ポークブイヨン(鶏肉、豚肉)
			ニラ卵スープ	●卵、絹ごし豆腐(大豆)	ごま油、かたくり粉	にら、たまねぎ、しめじ	しょうゆ、塩、こしょう、かつお節、鶏がら
			多菜包子	多菜包子(●小麦、ごま、大豆、鶏肉、豚肉)			
			くだもの			くだもの	
13	火		ごはん		米		
			もずくのみそ汁	●もずく、絹ごし豆腐(大豆)、白みそ(大豆)、米みそ	じゃがいも	えのきたけ、たまねぎ、ねぎ	かつお節、塩
			れんこんとごぼうの金平 彩り卵焼き くだもの	豚肉、ちきあぎ ●卵、ひじき、ツナ	三温糖、白ごま、油	ごぼう、れんこん、にんじん、いんげん、こんにゃく にんじん、しいたけ、にら、ズッキーニ くだもの	しょうゆ、本みりん、酒、塩 しょうゆ、本みりん、酒、塩
14	水		ごはん		米		
			牛丼(具)	牛肉	三温糖、油	にんじん、たまねぎ、ピーマン、たけのこ、しいたけ、こんにゃく、おろしにんにく	しょうゆ、本みりん、塩、かつお節
			油揚げと小松菜のみそ汁 チョコスコーン	油揚げ(大豆)、麦みそ(大豆) ●加工乳、●卵	●小麦粉、●バター(乳)、グラニュー糖、チョコチップ	たまねぎ、にんじん、こまつな	かつお節 ベーキングパウダー、ココアパウダー
15	木		ごはん		米		
			イカと大根のみそ煮	いか、昆布、厚揚げ(大豆)、米みそ、麦みそ(大豆)	三温糖、油	だいこん、にんじん、こんにゃく、いんげん、しいたけ、しょうが	しょうゆ、酒、塩、かつお節
			青菜のごま和え かぼちゃとさつま芋のコロッケ		三温糖、白ごま	こまつな、キャベツ、もやし、にんじん	しょうゆ、●酢(小麦)
16	金		ゆかりごはん		米	ゆかり	
			根菜汁	木綿豆腐(大豆)、豚肉、赤みそ(大豆)、白みそ(大豆)	じゃがいも	にんじん、だいこん、ごぼう、しいたけ	本みりん、酒、塩、かつお節
			鶏肉のスタミナ炒め 黄桃缶 くだもの	鶏肉、ちきあぎ	油、ごま油	にんじん、たまねぎ、もやし、にら、きくらげ、たけのこ、しょうが、おろしにんにく 黄桃	しょうゆ、酒、塩
19	月		ごはん		米		
			タコライス	牛肉、豚肉、大豆、●チーズ(乳)	三温糖、油	たまねぎ、にんじん、ピーマン、おろしにんにく、キャベツ	トマトビュレー、トマケチャップ、ウスターソース、チリパウダー、チリソース、赤ワイン、塩、ポークブイヨン(鶏肉、豚肉)
			ベジタブルスープ くだもの	無塩せきベーコン		たまねぎ、にんじん、セロリ、だいこん、はくさい、パセリ くだもの	塩、こしょう、鶏がら
20	火		ごはん		米		
			回鍋肉	豚肉、赤みそ(大豆)	三温糖、油、ごま油、かたくり粉	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、おろしにんにく	●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
			アーサのすまし汁 ナッツ菓子	●アーサ、絹ごし豆腐(大豆)	こねぎ、しょうが ●バター(乳)、アーモンド、●くるみ	こねぎ、しょうが レーズン	しょうゆ、酒、本みりん、塩、かつお節 コーンフレーク、マシュマロ
21	水		キムタクごはん	豚肉、大豆	米、油、ごま油	白菜キムチ(大豆、魚介エキス)、たくあん漬、たまねぎ、長ねぎ、あお豆(大豆)、おろしにんにく、しょうが	酒、しょうゆ、キムチの素、塩、こしょう、チキンブイヨン(鶏肉)
			シークワーサー和え	無添加ハム	三温糖	にんじん、キャベツ、ゴーヤー、コーン、シークワーサー果汁	しょうゆ、●酢(小麦)
			マクロフライ くだもの	マクロフライ(マクロ、パン粉、●小麦粉、塩、こしょう)	大豆油	くだもの	
22	木		ナン		ナン(●小麦、大豆)		
			キーマカレー	牛肉、豚肉、大豆	●小麦粉、油	にんじん、たまねぎ、ピーマン、トマト、かぼちゃ、おろしにんにく	チャツネ(りんご)、●カレールウ(小麦、牛肉、鶏肉、大豆)、カレー粉、ケチャップ、赤ワイン、ウスターソース、塩、チキンブイヨン(鶏肉)
			野菜とベーコンのスープ フルーツヨーグルト	無塩せきベーコン ●ヨーグルト(乳)	じゃがいも 三温糖	たまねぎ、にんじん、キャベツ、パセリ、おろしにんにく パイナップル、みかん、黄桃(もも)、バナナ	本みりん、塩、こしょう、しょうゆ、鶏がら
23	金		ごはん		米		
			肉じゃが	豚肉	じゃがいも、三温糖、油	にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ、こんにゃく、こんにゃく、しょうが、おろしにんにく	しょうゆ、本みりん、酒、塩、かつお節
			キャベツの塩昆布和え 魚のてり焼き もものタルト(中1年～2年のみ)	塩こんぶ さば	白ごま、三温糖 三温糖	キャベツ、きゅうり、にんじん しょうが	本みりん、●酢(小麦)、塩、りんご酢 しょうゆ、本みりん、酒
26	月		沖縄そば	豚肉、かまぼこ	沖縄そば(●小麦)、三温糖	おろしにんにく、しょうが、こねぎ	本みりん、しょうゆ、酒、塩、かつお節、豚骨
			ババイヤの白ごま和え 黒糖アガラサー		三温糖、白ごま 強力粉、黒糖、こめ油	ババイヤ、きゅうり、にんじん	●酢(小麦)、しょうゆ、本みりん ベーキングパウダー
			ごはん		米		
27	火		ソーキ汁	豚ソーキ、昆布、白みそ(大豆)、米みそ		にんじん、だいこん、山東菜、しょうが	塩、かつお節
			チンゲン菜炒め	豚肉、厚揚げ(大豆)	油、かたくり粉、ごま油	チンゲンサイ、にんじん、たまねぎ、エリンギ、たけのこ、きくらげ、おろしにんにく、しょうが	しょうゆ、酒、本みりん、塩
			紅芋団子		紅芋、タピオカ粉、もち粉、三温糖、白ごま、かたくり粉、こめ油、大豆油		
28	水		黒糖パン(小学校のみ)		●黒糖パン(小麦、乳、大豆)		
			コーンクリームスープ(中3含む)	鶏肉、●脱脂粉乳、●生クリーム(乳)	じゃがいも、●小麦粉、油	にんじん、たまねぎ、コーン	●ホワイトルウ(●小麦 ●乳 大豆 鶏肉 牛肉)、塩、こしょう、鶏がら
			花野菜ソテー(中3含む)	無塩せきベーコン	油	ブロッコリー、カリフラワー、キャベツ、グリーンアスパラ、にんじん、コーン	しょうゆ、塩、こしょう
			チキンのから揚げ(中3含む)	鶏肉	大豆油		塩、こしょう、ガーリックパウダー
			もものタルト(小学校のみ)		もものタルト(大豆、もも)		
			わかめごはん	わかめ	米		
ブ レ ミ ア ム の 給 食	中 3 年 生 の み		エビフライ	えびフライ(●小麦、●えび、●パン粉、大豆、塩)	大豆油		
			マッシュポテト	●加工乳	じゃがいも、●バター(乳)	たまねぎ、パセリ	塩、こしょう
			鶏肉とほうれん草のグラタン 莓のショートケーキ フルーツ盛り	鶏肉、無塩せきベーコン、加工乳、●生クリーム(乳)、 ●チーズ(乳) ●卵、●生クリーム(乳)	●マカロニ(小麦)、●小麦粉、油 ●小麦粉、グラニュー糖、油	にんじん、たまねぎ、ほうれん草 いちご	塩、こしょう、チキンブイヨン(鶏肉) いちご、りんご、ネーブル、ぶどう、パインアップル
29	木		ごはん		米		
			中身汁	豚中身、豚肉		しいたけ、こんにゃく、ねぎ、しょうが	しょうゆ、塩、かつお節、豚骨
			チキナーイリチー 手作りちんすこう	厚揚げ(大豆)、ツナ	油 ●小麦粉、三温糖、こめ油	からし菜、キャベツ、にんじん、もやし	しょうゆ、塩、こしょう
30	金		しょうがご飯	鶏肉、油揚げ(大豆)	米、油	にんじん、ねぎ、しょうが	ポークブイヨン(鶏肉、豚肉)、しょうゆ、酒、塩
			アーサと卵のスープ	●アーサ、●卵	かたくり粉	たまねぎ、にんじん、えのきたけ	塩、しょうゆ、酒、かつお節、鶏がら
			豆腐の甘酢あんかけ くだもの	豆腐(大豆)、糸けずり	かたくり粉、油、三温糖 くだもの	こねぎ くだもの	かつお節、しょうゆ、本みりん、●酢(小麦)