令和8年6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9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、くるみ、カシューナッツ	※　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	月	牛乳	ぞうすい	豚肉,	米	にんじん,しいたけ,ねぎ	しょうゆ,塩,本みりん,かつお節
			魚の梅みそ焼き	さば,甘口白みそ	三温糖	梅肉（りんご,大豆）	本みりん
			やさい炒め	豚肉	油	キャベツ,にんじん,たまねぎ,もやし,こまつな	塩,しょうゆ,こしょう
2	火	牛乳	わかめごはん	炊き込みわかめ（塩蔵わかめ,塩,砂糖）	米		
			●ABCスープ	鶏肉	●マカロニ（小麦）,じゃがいも,三温糖	たまねぎ,にんじん,セロリー,トマト,キャベツ,いんげん	トマトソース,しょうゆ,ウスターソース,塩, こしょう,鶏がら
			アスパラコーンソテー	無添加ウインナー	油	グリーンアスパラ,にんじん,いんげん,コーン	塩,こしょう
3	水	牛乳	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,たけのこ, おろしにんにく,しょうが	しょうゆ,本みりん,酒,塩,ポークブイヨン（鶏肉、豚肉）
			●切干大根のナムル	無添加ハム	ごま,三温糖,ごま油	切干大根,にんじん,きゅうり	しょうゆ,●酢（小麦）
			くだもの			オレンジ（予定）	
4	木	牛乳	昆布ごはん	豚肉,ちきあぎ,昆布	米,油	にんじん,たけのこ,椎茸,きくらげ,こねぎ	しょうゆ,酒,塩,ポークブイヨン（鶏肉、豚肉）
			鶏汁	鶏肉	じゃがいも	とうがん,にんじん,こまつな,しめじ,しょうが	しょうゆ,塩,本みりん,かつお節
			かみかみサラダ	とりささみチャンク（鶏肉）	ごま,三温糖,卵抜きマヨネーズ	れんこん,ごぼう,きゅうり,にんじん	ケチャップ,こしょう,しょうゆ
5	金	牛乳	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,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）, ウスターソース,チャツネ（りんご）,塩,チキンブイヨン（鶏肉）
			フルーツ白玉		白玉だんご（大豆）,三温糖	みかん,パイナップル,もも,シークヮーサー	
8	月	牛乳	ごはん		米		
			さつま汁	鶏肉,白みそ（大豆）,赤みそ（大豆）	さつまいも	だいこん,にんじん,長ねぎ,こんにゃく,しいたけ	かつお節
			豚ニラもやし炒め	豚肉,厚揚げ（大豆）	油,ごま油	もやし,キャベツ,にら,にんじん,たまねぎ, おろしにんにく	しょうゆ,本みりん,塩,こしょう
			●ひじきの佃煮	ひじき,●チリメン	ごま,三温糖,水あめ	木くらげ	しょうゆ,本みりん,●酢（小麦）
9	火	牛乳	ゆかりごはん		米	ゆかり（塩蔵赤しそ,砂糖,食塩）	
			筑前煮	鶏肉	三温糖	にんじん,だいこん,ごぼう,こんにゃく,たけのこ,椎茸, れんこん,いんげん,しょうが	しょうゆ,本みりん,塩,かつお節
			●青菜のごま和え	ちくわ（大豆）	三温糖,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（小麦）,塩
			レモンゼリー	レモンゼリー（異性化液糖,砂糖,難消化デキストリン,レモン果汁）			
10	水	牛乳	●みそラーメン（めん）		●中華めん（小麦 大豆）		
			みそラーメン（汁）	豚肉,鶏肉,赤みそ（大豆）,白みそ（大豆）	ごま油	たまねぎ,にんじん,もやし,長ねぎ,コーン,きくらげ, おろしにんにく,しょうが	しょうゆ,酒,塩,鶏がら,豚骨,かつお節
			●春巻き	●春巻き（豚肉,にんじん,たまねぎ,キャベツ,植物油脂（大豆）,豚脂,しょうゆ,●小麦粉,ショートニング,はるさめ,かたくり粉,しょうがペースト,ポークブイヨン,ポークエキス,砂糖,しいたけ,米粉）			
			●キムチ和え	糸けずり	三温糖	だいこん,きゅうり,はくさい	●キムチソース（米糀,●もずく,●しょうゆ（大豆 小麦）,トマト, にんにく,しょうが,粉末唐辛子,塩）
11	木	牛乳	ごはん		米		
			けんちん汁	木綿豆腐（大豆）	里芋	だいこん,ごぼう,にんじん,こんにゃく,長ねぎ,しいたけ	しょうゆ,塩,かつお節,昆布だし
			キャベツ入平つくね	キャベツ入り平つくね（キャベツ,鶏肉,豚脂,でん粉,砂糖,食塩,かつお節,しょうが）			
			うの花炒め	おから,鶏肉,ちきあぎ,ひじき	三温糖,油	こまつな,にんじん,ごぼう,きくらげ	しょうゆ,本みりん,塩,かつおだし
12	金	牛乳	カレーピラフ	鶏肉	米,油	にんじん,たまねぎ,コーン,赤ピーマン,あお豆（大豆）, マッシュルーム,おろしにんにく	ケチャップ,白ワイン,塩,こしょう,カレー粉,チキンブイヨン（鶏肉）
			ポトフ	無添加ウインナー,鶏肉	じゃがいも	キャベツ,たまねぎ,ブロッコリー,にんじん,しめじ	塩,白ワイン,こしょう,鶏がら
			●魚のチーズ焼き	ホキ,●チーズ（乳）	卵抜きマヨネーズ	たまねぎ,パセリ	塩,こしょう
15	月	牛乳	ごはん		米		
			●卵のスープ	●卵,鶏肉	かたくり粉	こまつな,にんじん,しいたけ	しょうゆ,塩,本みりん,鶏がら,かつお節
			●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
			●ポーク焼売	●ポークしゅうまい（豚肉,たまねぎ,●パン粉,でん粉,しょうがペースト,砂糖,食塩,ポークエキス,●小麦粉）			
16	火	牛乳	ごはん		米		
			デークニーンブシー	豚肉,厚揚げ（大豆）,結び昆布,ちきあぎ	三温糖,油	だいこん,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,かつお節
			小魚のから揚げ	スプラット	かたくり粉,大豆油		塩,こしょう
			パイン缶			パイナップル	
17	水	牛乳	大豆いり炊き込みごはん	鶏肉,だいず,ひじき,油揚げ（大豆）	米,おし麦,油	にんじん,ごぼう,こねぎ	しょうゆ,本みりん,塩,酒,ポークブイヨン（鶏肉、豚肉）
			●もずくのみそ汁	●もずく,絹ごし豆腐（大豆）,麦みそ（大豆）, 白みそ（大豆）	じゃがいも	えのきたけ,たまねぎ,こまつな	かつお節
			鶏肉の塩こうじ焼き	鶏肉			塩こうじ
			くだもの			さくらんぼ（予定）	
18	木	牛乳	ごはん		米		
			豆乳豚汁	豚肉,油揚げ（大豆）,無調製豆乳,赤みそ（大豆）, 甘みそ（大豆）	里芋	にんじん,こんにゃく,とうがん,こねぎ,しょうが	酒,かつお節
			魚の照り焼き	さば	三温糖	しょうが,おろしにんにく	しょうゆ,酒
			れんこんとごぼうの金平	豚肉,ちきあぎ	三温糖,ごま,油	ごぼう,れんこん,にんじん,糸こんにゃく,いんげん	しょうゆ,本みりん,酒,塩
19	金	牛乳	●コッペパン		●コッペパン（小麦、乳、大豆）		
			●冬瓜のトマト煮	鶏肉	じゃがいも,三温糖,油	とうがん,にんじん,たまねぎ,いんげん,しめじ, おろしにんにく,トマト	赤ワイン,●デミグラスソース（小麦 鶏肉）,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,鶏がら
			コールスローサラダ		オリーブ油,三温糖,卵抜きマヨネーズ	キャベツ,きゅうり,コーン,にんじん,シークヮーサー	りんご酢,塩,こしょう
			●野菜コロッケ	●野菜コロッケ（じゃがいも,にんじん,かぼちゃ,たまねぎ,●小麦粉加工品,植物油脂,黒えだまめ,砂糖,ミルポワ,食塩,●パン粉,小麦粉,でん粉,大豆粉）,大豆油			
22	月	牛乳	ボロボロジューシー	豚肉,赤みそ（大豆）	米,おし麦	にんじん,こまつな,だいこん,こねぎ,椎茸	しょうゆ,塩,かつお節
			パパイヤイリチー	厚揚げ（大豆）,ツナ	油	パパイヤ,にんじん,にら	しょうゆ,塩
			●ウムニー		べにいも,三温糖,●バター（乳）	シークヮーサー	
			くだもの			バナナ（予定）	
24	水	牛乳	ごはん		米		
			マーボー豆腐	豆腐（大豆）,豚肉,だいず,赤みそ（大豆）	三温糖,油,ごま油,かたくり粉	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,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,チキンブイヨン（鶏肉）
			春雨スープ	鶏肉	縁豆はるさめ,ごま油	にんじん,こまつな,はくさい,コーン,しいたけ	しょうゆ,酒,塩,かつお節,鶏がら
			黒糖ビーンズ	大豆	黒糖,三温糖		
25	木	牛乳	●コッペパン		●コッペパン（小麦、乳、大豆）		
			●クラムチャウダー	あさり,無塩せきベーコン,●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,セロリー,マッシュルーム,パセリ	塩,こしょう,鶏がら
			いんげんのガーリックソテー	無添加ウインナー	油	いんげん,キャベツ,にんじん,エリンギ,コーン, おろしにんにく	しょうゆ,塩,こしょう
			●紅芋ジャム		べにいも,三温糖,●バター（乳）	シークヮーサー果汁	リンゴピューレー（りんご）
26	金	牛乳	ごはん		米		
			シカムドゥチ	豚肉,カステラかまぼこ（卵ぬき）		こんにゃく,とうがん,こねぎ,椎茸	塩,しょうゆ,本みりん,酒,豚骨,かつお節
			揚げ豆腐のそぼろあんかけ	豆腐（大豆）,豚肉	かたくり粉,大豆油,三温糖	たまねぎ,にら,しょうが	しょうゆ,本みりん,かつお節
			●ゴーヤーの卵とじ	ツナ,●卵	油	ゴーヤー,たまねぎ,にんじん	塩,しょうゆ
29	月	牛乳	●ミートスパゲティ	豚肉,牛肉,大豆	●スパゲッティ（小麦）,三温糖,油	にんじん,たまねぎ,ピーマン,トマト,マッシュルーム, おろしにんにく	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, ポークブイヨン（鶏肉、豚肉）
			●スパニッシュオムレツ	●卵,●牛乳,●チーズ（乳）	じゃがいも,油	あお豆（大豆）,たまねぎ,赤ピーマン	塩,こしょう
			ブロッコリーサラダ		卵抜きマヨネーズ,三温糖	ブロッコリー,カリフラワー,コーン,キャベツ,にんじん, シークヮーサー果汁	粒入りマスタード,塩
30	火	牛乳	ごはん		米		
			わかめスープ	絹ごし豆腐（大豆）,わかめ	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,かつお節
			チャプチェ	豚肉	縁豆はるさめ,三温糖,ごま,ごま油,油	おろしにんにく,木くらげ,椎茸,にんじん,たまねぎ, こまつな,もやし,赤ピーマン	しょうゆ,本みりん,酒,コチュジャン（大豆）,トウバンジャン
			大豆とカエリの黒糖がらめ	大豆,カエリ	アーモンド,水あめ,黒糖,はちみつ		しょうゆ