

令和8年10月

詳細献立表(アレルギー)

北中城学校給食共同調理場

(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)9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	(ぎいろ) 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	 ごはん 豚肉のあまから炒め ●はりはり漬け わかめスープ	豚肉,厚揚げ(大豆) 茎わかめ わかめ	米 ごま油,三温糖 ごま,三温糖 ごま,ごま油,かたくり粉	キャベツ,たまねぎ,にんじん,ピーマン,こまつな,たけのこ,にんにく 切干大根,きゅうり,にんじん はくさい,えのきたけ,たまねぎ	しょうゆ,酒,本みりん,コチュジャン(大豆) ●酢(小麦),本みりん,しょうゆ,塩 しょうゆ,塩,こしょう,鶏がら,かつお節
2	金	 ごはん ●回鍋肉 ●ちくわのマヨチーズ焼き ●ニラ卵スープ	豚肉,赤みそ(大豆) ちくわ(卵抜き),青のり,●チーズ(乳) ●卵,絹ごし豆腐(大豆)	米 三温糖,油,ごま油,かたくり粉 卵抜きマヨネーズ,三温糖 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,にんにく にら,たまねぎ,えのきたけ	●テンメンジャン(小麦 大豆 ごま),本みりん,しょうゆ,酒,塩,こしょうゆ しょうゆ しょうゆ,塩,こしょう,かつお節,鶏がら
5	月	 ごはん 肉じゃが ●梅かつお和え ●黒糖まんじゅう	豚肉 糸けずり ●黒糖まんじゅう(小麦粉,大豆,砂糖,黒糖,水あめ,小豆,はちみつ,植物油脂)	米 じゃがいも,三温糖,油 三温糖	にんじん,たまねぎ,チンゲンサイ,しょうが,にんにく,こんにゃく はくさい,こまつな,にんじん,きゅうり,梅肉	しょうゆ,本みりん,酒,塩,かつお節 しょうゆ,●酢(小麦),塩
6	火	 ●もずくジャージャー麺 ●岩石揚げ れんこんサラダ	豚肉,大豆,●もずく,赤みそ(大豆) 無添加ハム,●卵 とりさきみちゃんく(鶏肉)	●中華めん(小麦 大豆),油,三温糖,ごま油,かたくり粉 さつまいも,●小麦粉,大豆油 卵抜きマヨネーズ,三温糖	たまねぎ,にんじん,長ねぎ,たけのこ,しいたけ,しょうが,にんにく にんじん,あお豆(大豆) れんこんスライス,キャベツ,きゅうり,コーン,シークワーサー果汁	トウバンジャン,●テンメンジャン(小麦 大豆 ごま),しょうゆ 塩 粒入りマスタード,塩,こしょう
7	水	 ごはん ビビンバ(肉みそ) ●ビビンバ(ナムル) ●ビビンバ(錦糸卵) 豆腐のスープ くだもの	牛肉,豚肉,豚レバー,大豆,赤みそ(大豆) ●錦糸卵(卵,小麦,大豆,砂糖,油,酢,かたくり粉,塩) 絹ごし豆腐(大豆)	米 三温糖,ごま油 三温糖,ごま油,ごま ごま油	きくらげ,にんにく,しょうが もやし,こまつな,にんじん えのきたけ,にら,コーン,たけのこ ぶどう(予定)	トウバンジャン,しょうゆ,本みりん しょうゆ,●酢(小麦),塩 しょうゆ,酒,本みりん,塩,こしょう,かつお節,鶏がら
8	木	 デークニーイリチー じゃがいものみそ汁 しそひじき	豚肉,厚揚げ(大豆),カステラかまぼこ(卵抜き) わかめ,白みそ(大豆),米みそ(大豆) ひじき,糸けずり	米 三温糖,油 じゃがいも ごま,三温糖	だいこん,にんじん,こまつな たまねぎ,しめじ ゆかり(赤しそ,塩,梅酢,砂糖)	しょうゆ,本みりん,塩,かつお節 かつお節 しょうゆ,本みりん
9	金	 チキンライス ベジタブルスープ ●ブルーベリーケーキ	鶏肉 無塩せきベーコン ●卵,●牛乳	米,油 ●小麦粉,アーモンド粉末,●バター(乳),さとう	にんじん,たまねぎ,ピーマン,マッシュルーム,コーン たまねぎ,にんじん,セロリー,だいこん,はくさい,パセリ ブルーベリー,ポッカレモン,レーズン(干しぶどう)	トマトケチャップ,パプリカパウダー,塩,こしょう,チキンブイヨン(鶏肉) 塩,こしょう,鶏がら ベーキングパウダー
13	火	 ごはん ●ドライカレー フルーツ白玉 ●高菜チャーハン	豚肉,鶏肉,豚レバー,だいず 白玉だんご(大豆),三温糖 豚肉	米 油 白玉だんご(大豆),三温糖 米,ごま,油,ごま油	にんじん,ピーマン,たまねぎ,にんにく みかん,パイナップル,もも缶,シークワーサー果汁 ●高菜漬(小麦 大豆 ごま,塩抜き高菜,しょうゆ,油,砂糖,塩,唐辛子),にんじん,からし菜,たまねぎ	ウスターソース,ケチャップ,赤ワイン,●カレールウ(小麦,牛肉,鶏肉,大豆),カレールウ,チャツネ(りんご),塩,こしょう,チキンブイヨン(鶏肉) しょうゆ,塩,チキンブイヨン(鶏肉)
14	水	 ●豆腐の甘酢あんかけ 肉団子の中華スープ	豆腐(大豆),糸けずり ノンフライつくね(鶏肉, かたくり粉, えんどう豆たんぱく,たまねぎ,砂糖,発酵調味料、海藻ミネラル、食塩、香辛料)	かたくり粉,油,三温糖 かたくり粉,ごま油	こねぎ,しょうが 山東菜,こまつな,にんじん,長ねぎ,しいたけ,しょうが	かつお節,しょうゆ,本みりん,●酢(小麦) しょうゆ,本みりん,塩,こしょう,かつお節,鶏がら
15	木	 ごはん 野菜のにんにく炒め ●ヤンニョムチキン 春雨スープ ●沖縄そば ●パパイアの甘酢和え	豚肉,厚揚げ(大豆) 鶏肉 鶏肉 豚肉,かまぼこ ツナ	米 油 かたくり粉,●小麦粉,大豆油,三温糖 緑豆はるさめ,ごま油 ●沖縄そば(小麦),三温糖 三温糖	キャベツ,にんじん,たまねぎ,もやし,しめじ,こまつな,にんにく にんにく にんじん,こまつな,コーン,きくらげ,しいたけ にんにく,しょうが,こねぎ	塩,しょうゆ,こしょう 塩,こしょう,酒,本みりん,しょうゆ,ケチャップ,コチュジャン(大豆) しょうゆ,酒,塩,かつお節,鶏がら 本みりん,しょうゆ,酒,塩,かつお節,豚骨 ●酢(小麦),しょうゆ
16	金	 ●お豆腐サターアンドギー	絹ごし豆腐(大豆)	●小麦粉,三温糖,こめ油,大豆油		ベーキングパウダー,塩
19	月	 ごはん ごぼうのチンジャオロース ●中華あえ 黄桃缶	豚肉 無添加ハム	米 三温糖,かたくり粉,ごま油 ごま油,三温糖	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 きゅうり,もやし,にんじん 黄桃	しょうゆ,本みりん,酒,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,●酢(小麦),塩
20	火	 きのこごはん 里芋のみそ汁 魚の塩焼き くだもの	鶏肉,油揚げ(大豆) わかめ,麦みそ(大豆) さば	米,油 里芋,じゃがいも	にんじん,ごぼう,しめじ,まいたけ,しいたけ,あお豆(大豆) たまねぎ,にんじん 梨(予定)	しょうゆ,塩,酒,かつお節 かつお節 塩
21	水	 ●コッペパン ●チキンのバジルソース焼き 秋野菜のポトフ アーモンドサラダ	鶏肉 鶏肉,無添加ウインナー	●コッペパン(小麦、乳、大豆) さつまいも アーモンド,卵抜きマヨネーズ,三温糖	にんにく にんじん,たまねぎ,だいこん,キャベツ,パセリ ブロッコリー,カリフラワー,コーン,きゅうり,にんじん,シークワーサー果汁	塩,こしょう,●バジルペースト(乳) 塩,こしょう,鶏がら,豚骨 粒入りマスタード,塩,こしょう
22	木	 ごはん うの花炒め 大根のみそ汁 ●もずく入り卵焼き	おから,鶏肉,ちきあぎ,ひじき 油揚げ(大豆),白みそ(大豆),米みそ(大豆) ●卵,●もずく,ツナ	米 三温糖,油	こまつな,にんじん,ごぼう,きくらげ だいこん,にんじん,こまつな,えのきたけ にんじん,あお豆(大豆)	しょうゆ,本みりん,塩,かつお節 かつお節 しょうゆ,本みりん,酒,塩
23	金	 ごはん 厚揚げと野菜のみそ炒め 鶏汁 きなこ大豆	豚肉,厚揚げ(大豆),赤みそ(大豆) 鶏肉 大豆,きな粉	米 油,三温糖 三温糖	キャベツ,にんじん,たけのこ,にんにく,たまねぎ とうがん,にんじん,ごぼう,こまつな,しいたけ,しょうが	しょうゆ,本みりん しょうゆ,塩,本みりん,かつお節
26	月	 梅ゆかりごはん 具だくさん汁 ●キャベツの塩昆布和え ●かぼちゃひき肉フライ	 ツナ,塩こんぶ ●カボチャひき肉フライ(小麦,豚肉,大豆,りんご,かぼちゃ,たまねぎ,砂糖,しょうゆ,豚脂,粒状植物性たんぱく,でん粉,パン粉,植物油脂,ウスターソース,発酵調味料),大豆油	米 ごま,三温糖	梅(梅,食塩,赤しそ液,ぶどう糖,かたくり粉,昆布エキス),ゆかり(赤しそ,食塩,梅酢,砂糖) だいこん,にんじん,はくさい,こまつな,こんにゃく キャベツ,きゅうり,にんじん	かつお節,昆布だし,しょうゆ,酒,本みりん,塩 本みりん,●酢(小麦),塩,りんご酢
27	火	 ごはん チキナーイリチー 中身汁 くだもの	厚揚げ(大豆),ツナ 豚中身,豚肉	米 油	からし菜,キャベツ,にんじん,もやし しいたけ,こんにゃく,こねぎ,しょうが オレンジ(予定)	しょうゆ,塩,こしょう しょうゆ,塩,かつお節,豚骨
28	水	 コーンピラフ 魚のカレーあんかけ いんげんのガーリックソテー	鶏肉 ホキ,だいず 無添加ウインナー	米,油 かたくり粉,大豆油 油	にんじん,たまねぎ,ピーマン,コーン,マッシュルーム たまねぎ,しめじ,あお豆(大豆) いんげん,コーン,キャベツ,にんじん,エリンギ,にんにく	白ワイン,塩,こしょう,チキンブイヨン(鶏肉) かつお節,酒,本みりん,しょうゆ,カレールウ しょうゆ,塩,こしょう
29	木	 ●バーガーパン ●手作りハンバーグ フラワーサラダ ミネストローネ ●スライスチーズ	豚肉,牛肉,●卵 鶏肉,大豆 ●チーズ(乳)	●バーガーパン(小麦、乳、大豆) ●パン粉(小麦),かたくり粉,三温糖 卵抜きマヨネーズ,三温糖 じゃがいも,三温糖	にんにく,たまねぎ,にんじん,いんげん,コーン ブロッコリー,カリフラワー,コーン,きゅうり,にんじん,シークワーサー果汁 たまねぎ,にんじん,セロリー,にんにく,パセリ	パプリカパウダー,ナツメグパウダー,粒入りマスタード,赤ワイン,塩,こしょう 粒入りマスタード,こしょう トマトソース,ケチャップ,塩,しょうゆ,ウスターソース,こしょう,鶏がら
30	金	 ごはん ●ジャイアンシチュー 小松菜とエリンギ炒め なかよしゼリー(ぶどう)	鶏肉,白花生 白いんげん豆,●生クリーム(乳),●脱脂粉乳 無塩せきベーコン	米 紅イモ,さつまいも,じゃがいも,油,●小麦粉 油 さとう,アガー	にんじん,たまねぎ,かぼちゃ,ブロッコリー こまつな,キャベツ,エリンギ,にんじん,たけのこ,おろし,にんにく ぶどうジュース,パイナップル,ナタデココ	塩,こしょう,鶏がら,紅芋パウダー 塩,こしょう