

※「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	その他
えび、かに、くるみ、小麦、そば、卵、乳、落花生	アーモンド、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、マカダミアナッツ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン

※ 給食を食べる前に、必ず内容を確認してください。  
 ※ 醤油と酢と酒に含まれる「小麦」と「大豆」は表示しておりませんが、微量の小麦・大豆成分が含まれております。  
 ※ のり、カエリ、きびなご、カタクチイワシ、しらすは、エビ・カニが混ざる漁法で捕獲され、アサリなどの二枚貝はカニが共生しています。(アサリ、もずくの養殖場には、ヨコエビ類が生息しています ※ヨコエビは、食物アレルギーの表示対象外です。)  
 ※ 魚そうめんを使用している魚(イトヨリ)はえび・かにを食べています。  
 ※ 加工品に関しては、配合表を基に表記しているため、表示義務7品目以外の食品については表記されていない場合もあります。  
 ※ 材料、天候等により、献立を変更する場合があります。  
 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。



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	わかめごはん とりのしおこじやき ほうれんそうのうめあえ あおさのさかなじり	わかめ、チリメン とり肉 糸けずり ホキ、とうふ、アーサ、わかめ、みそ	こめ、むぎ、ごま さとう	しょうが ほうれんそう、キャベツ、にんじん、えのき、梅びしお だいこん、にんじん、こまつな、しょうが	
2	火	ごまごはん ひじきしゅうまい ビーフンサラダ 白菜のちゅうかさぼろに	ぶた肉、とり肉、ひじき ツナ とり肉、厚あげ、だいず	こめ、むぎ、ごま、ごま油 でんぶん ビーフン、ごま、さとう、ごま油 ごま油、でんぶん	たまねぎ、キャベツ、しいたけ、しょうが、とうもろこし きゅうり、にんじん、キャベツ はくさい、たまねぎ、にんじん、あお豆、しいたけ、しょうが	
3	水	ごこごはん さわらのさいきょうやき いそかあえ にくじゃが	さわら、みそ チリメン、のり ぎゅう肉	こめ、五穀米 さとう、ごま、ごま油 じゃがいも、油、さとう	しょうが チンゲンサイ、こまつな、キャベツ、にんじん にんじん、たまねぎ、いんげん、こんにやく、しいたけ、しょうが	
4	木	げんまいごはん フーフーフーフーフ かみかみれんこんサラダ チキンカレー	まぐろ 油あげ とり肉、レバー、白花豆	こめ、玄米 こむぎ(小麦、乳)、コーンフレーク、油 クルトン(小麦、乳)、マヨネーズ(卵)、ごま、さとう じゃがいも、油	にんにく、しょうが れんこん、ブロッコリー、アスパラガス、キャベツ、コーン たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、ピーマン、にんにく、しょうが、トマト	デミグラスソース(小麦)
5	金	ガーリックライス ししやものカレーパンコやき バリバリごぼうサラダ さつまいもチャウダー	ししやも ツナ とり肉、ベーコン、白花豆、チーズ(乳)、脱脂粉乳(乳)、みそ	こめ、むぎ、バター(乳) マヨネーズ(卵)、パン粉(小麦、乳) 油、マヨネーズ(卵)、ごま、さとう さつまいも、バター(乳)、こむぎ(小麦)	にんにく、パセリ パセリ ごぼう、だいこん、にんじん、キャベツ、シークワサー果汁 たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、パセリ	
8	月	えだまめしらすチャーハン ミニにくまん ブルコギいため ちゅうかコーンスープ	ぶた肉、チリメン、卵 ぶた肉 ぎゅう肉 とり肉	こめ、麦、油、ごま油 こむぎ(小麦)、さとう、油、パン粉(乳、小麦)、ごま油 ごま油、ごま、でんぶん、はちみつ でんぶん、ごま油	あお豆、長ねぎ、しょうが、にんにく たまねぎ、キャベツ、ねぎ、しいたけ キャベツ、たまねぎ、ピーマン、赤ピーマン、しめじ、にんにく にんじん、チンゲンサイ、きくらげ、コーン	オイスターソース(牡蠣)
9	金	むぎごはん きつねどん じゃがいものみそしる たいものからあげ メロンゼリー	ぶた肉、油あげ ぶた肉、みそ	こめ、麦 油、さとう、でんぶん じゃがいも	たまねぎ、にんじん、キャベツ、しめじ、にんにく、しょうが にんじん、だいこん、しめじ、えのき、しょうが	
10	水	むぎごはん さばのゆずみそに ちくわとこまつなのしおこんぶあえ りきゅうじり	さば、みそ ちくわ、糸けずり、塩昆布 とうふ、油あげ、みそ	こめ、麦 さとう ごま、ごま油 油、ごま	ゆずペースト こまつな、にんじん、きゅうり、シークワサー果汁 だいこん、にんじん、ごぼう、こまつな、しいたけ、しょうが	
11	木	ピタパン ポークのトマトチーズやき かぼちゃサラダ オニオンスープ	脱脂粉乳(乳) ぶた肉、チーズ(乳) チーズ(乳) とり肉	こむぎ(小麦)、さとう、油 マヨネーズ(卵) 油		
12	火	げんまいごはん ピビンバ(にく) ピビンバ(ナムル) どうふとわかめのスープ フルーツヨーグルト	ぎゅう肉 とうふ、わかめ ヨーグルト(乳)	こめ、玄米 油、さとう、ごま油、さとう、ごま さとう、ごま はちみつ	たまねぎ、にんにく、しょうが こまつな、にんじん、白菜キムチ、にんにく リーフレタス、えのき、とうがん、にんにく、しょうが みかん缶、もも缶、ナタデココ	
15	月	ゆかりごはん まぐろのさっぱりみそやき さんとうさいときんしたまごのあえもの さいものみそしる	まぐろ、みそ 卵 とり肉、油あげ、みそ	こめ、麦 さとう 里芋、みそ	ゆかり シークワサー果汁 にんじん、さんとうさい、えのき、シークワサー果汁 だいこん、にんじん、えのき、長ねぎ、しょうが	
16	火	チキンのトマトソースパスタ グラタン ツナサラダ パインクレープ	とり肉、ベーコン 豆乳、おから ツナ 豆乳	スパゲティ(小麦)、油 じゃがいも、さとう、でんぶん ごま、さとう、油 さとう、米粉	たまねぎ、にんじん、しめじ、アスパラガス、にんにく、トマト、パセリ ほうれんそう、たまねぎ、コーン きゅうり、にんじん、キャベツ、ほうれんそう パインアップル果汁	
17	水	むぎごはん とりのみそバターやき こまつなとえのきのあえもの いしかりじり	とり肉、みそ 糸けずり さけ、とうふ、みそ	こめ、麦 バター(乳) じゃがいも	しょうが こまつな、にんじん、えのき にんじん、だいこん、じゃがいも、ごぼう、えのき、さんとうさい、しょうが	
18	木	ほっかいどう牛乳プリン むぎごはん さばのなんばんソース キャベツとおくらのおかあえ とうがんとたまごのスープ	牛乳(乳)	さとう、練乳(乳) こめ、麦 でんぶん、油、さとう さとう	しょうが、ピーマン、にんじん キャベツ、オクラ、にんじん とうがん、えのき、リーフレタス、にんにく、しょうが	
19	金	コーンライス さわらのチーズパンコやき さつまいもサラダ ミネストローネ レアチーズケーキ	とり肉 さわら、チーズ(乳) チーズ(乳) ベーコン、とり肉、だいず クリームチーズ(乳)、脱脂粉乳(乳)	こめ、麦、バター(乳) マヨネーズ(卵)、パン粉(小麦、乳)、油 さつまいも、マヨネーズ(乳)、さとう じゃがいも、油 さとう、練乳(乳)、ゼラチン	コーン、パセリ、にんにく にんにく、しょうが、パセリ にんじん、ブロッコリー、あお豆 たまねぎ、にんじん、しょうが、にんにく、トマト レモン果汁	
22	月	もずくいりほろほろジュシー やきいも やさしいチャンプルー こくとうアガラサー	ツナ、もずく ぶた肉、厚あげ、糸けずり 牛乳(乳)	こめ、麦 安納芋 油 こむぎ(小麦)、黒糖	さんとうさい、にんじん、しめじ、しょうが キャベツ、にんじん、こまつな、にんにく	
24	水	げんまいごはん ぶた肉のみそににくやき キャベツなうめあえ ほうれんそうときのこのすましじり	ぶた肉、みそ ツナ、糸けずり とり肉、とうふ、わかめ	こめ、玄米 ごま、さとう	にんにく キャベツ、きゅうり、にんじん、梅びしお ほうれんそう、えのき、しめじ	
25	木	きなこあげパン くるまふのナゲット カレーサラダ トマトシチュー	きなこ、脱脂粉乳(乳) とり肉、麵(小麦) とり肉、チーズ(乳) ぎゅう肉、白花豆	コッペパン(小麦、乳)、油、黒糖、さとう 油 マヨネーズ(卵)、さとう じゃがいも、バター(乳)、さとう、生クリーム(乳)、こむぎ(小麦)	にんにく にんじん、カリフラワー、あお豆 にんじん、たまねぎ、トマト、しめじ、マッシュルーム、にんにく、パセリ	デミグラスソース(小麦)
26	金	むぎごはん 大東まぐろの三色どん(にく) 大東まぐろの三色どん(たまご) 大東まぐろの三色どん(やさい) かぼちゃのみそ汁 げんきヨーグルト	まぐろ、だいず 卵 ごま ぶた肉、油あげ、みそ 脱脂粉乳(乳)、全粉乳(乳)	こめ、麦 油、さとう ごま ごま さとう、ゼラチン	たまねぎ、にんにく、しょうが こまつな かぼちゃ、たまねぎ、えのき、長ねぎ、しょうが、にんにく	
29	月	ミルク(ココア味) チキンピラフ てりやきハンバーグ チーズおかしサラダ ベーコンとポテトのスープ	とり肉 とり肉 ツナ、糸けずり、チーズ(乳) ベーコン	こめ、麦、バター(乳) パン粉(小麦、乳)、さとう、油、でんぶん ごま、マヨネーズ(卵)、さとう じゃがいも、クリームコーン、バター(乳)	しめじ、にんじん、ピーマン、コーン たまねぎ リーフレタス、にんじん、ブロッコリー、干切大根 たまねぎ、にんにく、パセリ	
30	火	げんまいごはん にらまんじゅう パンパンジー マーボー豆腐	ぶた肉、卵白(卵) とり肉 とうふ、ぶた肉、だいず、みそ	こめ、玄米 油、でんぶん、こむぎ(小麦)、もち粉、油、 ごま、さとう ごま油、でんぶん	にら、たけのこ キャベツ、きゅうり、にんじん たまねぎ、長ねぎ、にんじん、たけのこ、にら、しいたけ、にんにく、しょうが	