

※「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
えび、かに、くるみ、小麦、そば、卵、乳、落花生		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、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、マカダミアナッツ、もも、やまいも、ゼラチン、ごま、アーモンド、パインアップル
※ 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。(アーサ、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	火	 げんまいごはん スタミナやきにくどん ビーフンスープ みるくもち	ぎゅう肉 とり肉 牛乳、きな粉	こめ、玄米 油、さとう、はちみつ、ごま油、ごま、でんぶん ビーフン、ごま、ごま油 でんぶん、さとう、ココナッツミルク	たまねぎ、にんじん、ピーマン、しめじ、しょうが、にんにく だいこん、にんじん、チンゲンサイ、こねぎ、しいたけ、にんにく、しょうが	
2	水	 げんまいごはん ちゅうかべにいもだんご ぶたキムチいため はるさめスープ		こめ、玄米 紅いも、もち粉、さとう、ごま、でんぶん、油 ごま油、でんぶん はるさめ、ごま、ごま油	キムチ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、にら、にんにく、しょうが だいこん、にんじん、チンゲンサイ、こねぎ、しいたけ、にんにく、しょうが	
3	木	 わかめごはん ししゃものごましおやき にんじんしりしり ゆしどうふ とりごもくおこわ	チリメン、わかめ ししゃも ツナ、卵 豆腐、アーサ、みそ とり肉、油あげ、かまぼこ	こめ、むぎ、ごま こむぎこ(小麦)、ごま 油 さとう、でんぶん、もち粉、上新粉	にんじん、たまねぎ、にら こねぎ にんじん、ごぼう、しいたけ、こんにゃく、あお豆	
4	金	 さわらのみそやき だいこんのそぼろに クリームだいふく	さわら、みそ とり肉、大豆、厚あげ 豆乳	さとう 油、でんぶん さとう、でんぶん、もち粉、上新粉	しょうが だいこん、にんじん、たまねぎ、あお豆、しいたけ、しょうが	
7	月	 ごまごはん ぎょうぎ ホイコーロー ちゅうかつねスープ	ぶた肉 ぶた肉 つくね(小麦)、豆腐	こめ、むぎ、ごま、ごま油 油、でんぶん、さとう、こむぎこ(小麦) ごま油、でんぶん、さとう	キャベツ、たまねぎ、はくさい、しょうが、にんにく キャベツ、たまねぎ、ピーマン、赤ピーマン、ながねぎ、にんにく、しょうが とうがんと、にんじん、えのき、チンゲンサイ、こねぎ、にんにく、しょうが	
8	火	 むぎごはん かぼちゃコロッケ きのこハヤシライス チーズいため	きんとき豆、くろ豆、てぼう豆、大豆 ぶた肉、とりレバー、しろはな豆、脱脂粉乳(乳) ウインナー、チーズ(乳)	こめ、むぎ さとう、パン粉(小麦)、こむぎこ(小麦)、油 バター(乳) 油	かぼちゃ たまねぎ、にんじん、しめじ、えのき、マッシュルーム、グリーンピース、トマト、にんにく ブロッコリー、アスパラガス、たまねぎ、にんにく	デミグラスソース(小麦)、ハヤシソース(小麦)
9	水	 むぎごはん きびなごカリフライ とりのすきやきふくにこみ こまつなとあつあけのいためもの	きびなご とり肉、豆腐 厚あげ、ツナ	こめ、むぎ でんぶん、米粉パン粉、玄米粉、油 さとう、油 油	しょうが たまねぎ、にんじん、はくさい、ほうれんそう、しめじ、こんにゃく、ながねぎ、にんにく、しょうが こまつな、キャベツ、にんじん	
10	木	 むぎごはん 魚汁 やさしいチャンプルー 大東まぐろのあぶらみそ アセロラゼリー	さわら、わかめ、みそ ぶた肉、厚あげ、糸けずり まぐろ、大豆、みそ アセロラゼリー	こめ、むぎ 油 さとう、油 さとう	だいこん、にんじん、しょうが キャベツ、にんじん、こまつな、にんにく アセロラ果汁	
11	金	 げんまいごはん ビビンバ とうふとわかめのスープ フルーツヨーグルト	ぎゅう肉 豆腐、わかめ ヨーグルト(乳)	こめ、玄米 油、さとう、ごま油、ごま 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 リーフレタス、えのき、だいこん、にんにく、しょうが みかん缶、黄桃缶、ナタデココ	
14	月	 むぎごはん たけのこしゅうまい マーボーとうがんと チャブチェ	とり肉、たらすり身 豆腐、とり肉、とりレバーをぼろ、大豆、みそ ぶた肉	こめ、むぎ パン粉(小麦)、でんぶん、油 ごま油、ごま、でんぶん はるさめ、さとう、ごま油、ごま	キャベツ、たけのこ とうがんと、たまねぎ、にんじん、しめじ、たけのこ、しいたけ、にんにく、しょうが たまねぎ、にんじん、ピーマン、赤ピーマン、にんにく	オイスターソース(牡蠣)
15	火	 とりごはん さわらのからあげ さつまじる しおこんぶいため	とり肉 さわら とり肉、油あげ、みそ ぶた肉、塩こんぶ	こめ、むぎ、油 でんぶん、油 さつまいも、ごま ごま、ごま油	ごぼう、にんじん、しいたけ にんにく、しょうが にんじん、しめじ、ごぼう、だいこん、こねぎ キャベツ、ピーマン、にんじん	
16	水	 ミートソースパゲッティ さつまコロッケ コンソメスープ ブルーベリータルト	とり肉 乾燥卵白(卵) とり肉、脱脂粉乳(乳) 豆乳、大豆粉	スバゲティ(小麦)、油、さとう さつまいも、さとう、油、マーガリン(乳)、 じゃがいも、油、生クリーム(乳) さとう、米粉、でんぶん	たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、トマト たまねぎ、にんじん、コーン、パセリ、にんにく ブルーベリー果汁	デミグラスソース(小麦)
17	木	 むぎごはん さんまみぞれに アーサじる せんざりイリチー むぎごはん	さんま アーサ、豆腐 ぶた肉、昆布 こめ、むぎ	でんぶん 油 油	だいこん こねぎ、しょうが、だいこん 干切大根、こんにゃく、にんじん	
18	金	 むぎごはん さわらのてりやき ちくぜんに りきゅうじる	さわら とり肉 豆腐、油あげ、みそ	こめ、むぎ さとう 油、さとう 油、ごま	しょうが にんじん、ごぼう、こんにゃく、絹さや、たけのこ、しいたけ だいこん、にんじん、ごぼう、こまつな、しいたけ、しょうが	
28	月	 むぎごはん ガバオライス(たまご) ガバオライス(具材) もずくスープ おつきみゼリー	卵液(卵)、 とり肉、大豆 とり肉、もずく	ゼラチン、でんぶん 油、さとう でんぶん さとう	にんにく、しょうが、たまねぎ、にんじん、なす、ピーマン、黄ピーマン、パセリ こまつな、にんじん、しょうが なし果汁	オイスターソース(牡蠣)、ナンプラー
29	火	 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 ちゅうかコンソメスープ	ぶた肉、チリメン、卵 ぶた肉、大豆粉 ぎゅう肉 とり肉、豆腐	こめ、むぎ、ごま油、油 こむぎこ(小麦)、さとう、油、パン粉(小麦)、ごま油 ごま油、はちみつ、ごま、でんぶん でんぶん、ごま油	あお豆、ながねぎ、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、コーン、きくらげ、しょうが	オイスターソース(牡蠣)
30	水	 あみパン さつまいもシチュー チリマカロニ チキンのガーリックやき	脱脂粉乳(乳) とり肉、ウインナー、しろはな豆、みそ、チーズ(乳) とり肉、大豆、ひよこ豆、青えんどう豆、赤いんげん豆 とり肉	こむぎこ(小麦)、さとう、バター(乳) さつまいも、バター(乳) マカロニ(小麦)、さとう、油 でんぶん	たまねぎ、にんじん、しめじ、ほうれんそう、にんにく にんじん、たまねぎ、きくらげ、にんにく にんにく	ホワイトルウ(小麦、乳)