

# 令和8年6月 詳細献立表(アレルギー)

銘苅学校給食センター 917-3463

※「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)、エビ、そば、カニ、くるみ、カシューナッツ	タコ、イカ、魚類(たら科・ホキ含む)、貝類(イサ含む)、魚卵、ナッツ類、ごま、キウイ、もも、りんご
※ 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。 ※ 醤油と酢に含まれる「小麦」は表示していませんが、微量の小麦成分が含まれております。 ※ 給食で使用するもずくやアーサ、チリメンなどにエビ・カニが混ざる可能性があります。	※ 詳しい情報が必要な方、または不明な点がある場合は、給食センターまでお問い合わせください。 ※ 配合表を基に表記しているため、表示義務9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。 ※ 揚げ油は1か月使いまわしです。コンタミネーションが気になる場合はお問い合わせください。 ※ カシューナッツは、表示義務の経過措置期間が令和10年3月31日までとされているため、把握できる範囲で表示しています。

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	調味料由来
1	月	 中華風炊き込みごはん 白菜キムチあえ 根菜入りつくね	豚肉 鶏肉 鶏肉、大豆	米、油、ごま油 さとう 里芋、でん粉、さとう	人参、竹の子、ごぼう、しいたけ、えだ豆 キャベツ、きゅうり、人参、白菜キムチ ごぼう、玉ねぎ、れんこん、こんにやく粉	
2	火	 ごはん 冬瓜の煮つけ 大根ときゅうりの酢の物		米 油、さとう さとう		こんにやく、冬瓜、人参、しいたけ、ほうれん草、しょうが 大根、きゅうり
3	水	 ごはん 根菜スープ ポークジンギスカン りんご	ウインナー、豚肉、白いんげん豆 豚肉		米 油、さとう	玉ねぎ、セロリー、大根、人参、ごぼう、にんにく にんにく、しょうが、玉ねぎ、ピーマン、もやし、人参、りんご りんご
4	木	 スパゲッティナポリタン コーンと大豆のメンチカツ 緑黄色野菜サラダ	豚肉、ウインナー 鶏肉、大豆 鶏肉、大豆	スパゲッティ(小麦)、油、さとう さとう、でん粉、油、米粉 ごま、ドレッシング(りんご)	玉ねぎ、人参、ピーマン、マッシュルーム、にんにく、トマト コーン、玉ねぎ かぼちゃ、赤ピーマン、ブロッコリー、キャベツ	
5	金	 ごはん 大根スープ ちくわのいそべ焼き たけのこごぼうのサラダ うめゼリー	豆腐 ちくわ(たら)、かつお節、青のり、豆乳 鶏肉	ごま油 卵なしマヨネーズ さとう、ドレッシング(ごま、小麦) さとう	大根、人参、えのきたけ、小松菜、しょうが ごぼう、きゅうり、人参、コーン、たけのこ うめ果汁	
8	月	 なすミートスパゲッティ チキンナゲット マセドアンサラダ	豚肉、大豆 鶏肉、大豆、おから ポーク	スパゲッティ(小麦)、油、さとう 油、米粉、さとう、でん粉 じゃが芋、卵なしマヨネーズ、ドレッシング、さとう	玉ねぎ、人参、なす、にんにく、トマト にんにく、しょうが きゅうり、人参、コーン	小麦
9	火	 全粒粉パン 人参とかぼちゃのスープ チリコンカン グリーンサラダ	脱脂粉乳(乳) 鶏肉 牛肉、豚肉、豚レバー、ウインナー、金時豆	小麦粉、全粒粉、さとう、油 油、乳なしマーガリン、米粉 乳なしマーガリン	にんにく、かぼちゃ、にんじん、玉ねぎ にんにく、玉ねぎ、人参、セロリー、ピーマン、トマト	ブロッコリー、グリーンアスパラ、キャベツ、いんげん、絹さや
10	水	 ごはん 冬瓜のすりなかし汁 シークワサー酢豚	鶏肉 豚肉	米 でん粉 さとう、油、でん粉		冬瓜、しいたけ、人参、長ねぎ、しょうが たけのこ、玉ねぎ、人参、ピーマン、黄ピーマン、赤ピーマン、 にんにく、しょうが、シークワサー果汁
11	木	 ごはん 鶏そぼろの2色丼(肉) 鶏そぼろの2色丼(野菜) 団子と白菜のみそ汁	鶏肉、大豆 かつお節 肉団子、みそ	米 油、さとう さとう、ごま		玉ねぎ、人参、しょうが こまつな、キャベツ 白菜、人参、玉ねぎ、ごぼう、しいたけ、長ねぎ
12	金	 ごはん もずく丼 大根ともやしのみそ汁 プリン	もずく、豚肉、大豆 豚肉、豆腐、みそ	米 さとう、油、でん粉 さとう、でん粉		人参、玉ねぎ、小松菜、にんにく 大根、人参、もやし、チンゲンサイ
15	月	 ごこくごはん わかめスープ きんぴられんこん	鶏肉、わかめ 豚肉、油揚げ	米、麦、もちきび、黒米、赤米 油、さとう、ごま油		冬瓜、長ねぎ、しょうが こんにやく、れんこん、人参、いんげん
16	火	 もちきびごはん 豆乳ごまみそ汁 モーウイの梅和え だいいふく	豚肉、豆腐、厚揚げ、みそ、豆乳 鶏肉、かつお節、大豆 豆乳	米、もちきび ごま さとう さとう、油、でん粉、もち粉、上新粉		人参、白菜、長ねぎ モーウイ、きゅうり、もやし、人参、梅肉(りんご)
17	水	 パーカーハウスパン 白花豆のポタージュ ハニーサラダ ハンバーグマトソースかけ	脱脂粉乳(乳) 鶏肉、白花豆、白いんげん豆、豆乳 ハンバーグ	小麦粉、さとう、油 じゃが芋、米粉、乳なしマーガリン、油 卵なしマヨネーズ、はちみつ、油 さとう	人参、玉ねぎ、パセリ キャベツ、人参、きゅうり、ブロッコリー、コーン トマト、玉ねぎ、マッシュルーム	
18	木	 うっちんライス ルクジュウのマリネ 手作りアガラサー	豚肉 鶏肉、ルクジュウ(厚揚げ)、大豆	米、油、乳なしマーガリン 卵なしマヨネーズ、さとう 小麦粉、黒糖		人参、玉ねぎ、長ねぎ、コーン、ウコン 玉ねぎ、キャベツ、きゅうり、赤ピーマン、シークワサー果汁
19	金	 ごはん なかみのお汁 スーナー 麦入りぜんざい(白玉入り)	豚中味、豚肉 豆腐、みそ 金時豆	米 さとう、ごま 押し麦、さとう、黒糖、白玉団子		しいたけ、こんにやく、ねぎ、しょうが ほうれん草、こんにやく、しいたけ、人参
22	月	 ポロポロジュシー タマナーチャンプルー 一口焼きいも	豚肉 豚肉、豆腐	米 油 さつまいも、さとう、油		冬瓜、人参、からし菜、こまつな、しいたけ キャベツ、人参、こまつな
24	水	 ごはん マーボー大根 肉餃子 すいか	豆腐、豚肉、豚レバー、大豆、みそ 豚肉	米 ごま油、油、でん粉 でん粉、さとう、小麦粉、油		大根、たまねぎ、人参、にら、しょうが キャベツ、玉ねぎ、にら、しょうが すいか
25	木	 げんまいりごはん 夏の豚汁 大根とパパイヤの梅かつお和え いわしのカリカリ揚げ	豚肉、みそ かつお節 いわし(魚卵)	米、玄米 油 さとう さとう、じゃがいも、でん粉、玄米粉、米粉パン粉、油		にんにく、ごぼう、人参、冬瓜、大根、こんにやく、長ねぎ 大根、パパイヤ、きゅうり、もやし、梅肉(りんご) しょうが
26	金	 ペペロンチーノスパゲッティ ゴーヤーのカレーマヨ和え かぼちゃグラタン	豚肉 ツナ(まぐろ) おから、豆乳、大豆粉	スパゲッティ(小麦)、油、乳なしマーガリン 卵なしマヨネーズ 油、じゃがいも、米粉、さとう、でん粉		しめじ、たまねぎ、キャベツ、人参、グリーンアスパラ、にんにく ゴーヤー、きゅうり、人参、カリフラワー、シークワサー果汁 かぼちゃ、玉ねぎ
29	月	 クファジュシー ウサチー 魚てんぷら レモンゼリー	豚肉、かまぼこ(たら)、ひじき ホキ	米、油 さとう 小麦粉、でん粉、さとう、油 さとう		人参、ごぼう、しいたけ、ねぎ キャベツ、きゅうり、大根、人参、シークワサー果汁 レモン果汁
30	火	 げんまいりごはん さつま汁 骨太サラダ みそかつ	豚肉、厚揚げ、みそ 昆布、チリメン ささみカツ(小麦)、みそ	米、玄米 油、里芋 ドレッシング(魚醤)、さとう 油、さとう、ごま		しいたけ、こんにやく、ごぼう、人参、大根、ねぎ キャベツ、こまつな、赤ピーマン