

令和8年2月

詳細献立表(アレルギー)

真和志学校給食センター 917-3460

※「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8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 |
|---|--|
| たまご、乳、小麦、落花生(ピーナッツ)、エビ、ソバ、カニ、くるみ | いか、たこ、いくら、子持ちししゃも、あさり、しじみ、ほたて、貝類、海藻、赤魚、うなぎ、さけ、ぶり、まぐろ、魚類、めんたいこ、キウイフルーツ、メロン、すいか、バナナ、マンゴー、もも、パイン、アーモンド、カシューナッツ、ハンダマ、やまいも、ながいも、かぼちゃ、パパイア |
| ※ 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。 ※ 配合表を基に表記しているため、表示義務8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。 ※ 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。 | |

| 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 |
|----|----|---|------------------------|--------------------------------------|---------------------------------|--|-----------------|
| 2 | 月 |  | わかめむぎごはん | わかめ | こめ、むぎ、さとう | | |
| | | | おでん | ぶたにく、あつあげ、こんぶ、かまぼこ、 がんもどき | さとう | だいこん、にんじん、こんにゃく | |
| | | | レンコンのごまあえ | | ごま、さとう、ごまあぶら | れんこん、にんじん、もやし、きゅうり、コーン | |
| | | | いちご | | | いちご | |
| 3 | 火 |  | ちらしずし | | こめ、さとう | にんじん、たけのこ、れんこん、かんぴょう、 しいたけ | 小麦 |
| | | | うちなーみそしる | ハム、とうふ、みそ | | だいこん、キャベツ、こまつな、しめじ | |
| | | | チキンウインナー | とりにく | さとう、でんぶん | たまねぎ、パプリカ、トマト、にんにく | |
| | | | たまごやき | たまご、ゼラチン | あぶら、さとう、でんぶん | | |
| | | | やきのり | のり | | | |
| | | | せつぶんまめ | だいず | さとう | | |
| 4 | 水 |  | ココアあげパン(小学校) | きなこ | パン(小麦、乳)、さとう、あぶら | | |
| | | | こくとうパン(中学校) | だっしふんにゅう(乳) | あぶら、こくとう、こむぎこ | | |
| | | | クリームシチュー | とりにく、ひよこまめ、しろはなまめ、し ろいんげんまめ、とうにゅう | じゃがいも、乳なしマーガリン、こめこ、あぶら | たまねぎ、にんじん、グリーンピース | |
| | | | ブロッコリーソテー | ウインナー、ベーコン | あぶら | ブロッコリー、カリフラワー、えだまめ、にんじん、 エリンギ | |
| | | | げんきヨーグルト | だっしふんにゅう(乳)、乳、ゼラチン | さとう | | 乳 |
| 5 | 木 |  | きびごはん | | こめ、きび | | |
| | | | かぼちゃとあつあげのみそしる | ぶたにく、あつあげ、わかめ、みそ | | かぼちゃ、たまねぎ、ながねぎ | |
| | | | にんじんシリシリ | ツナ、たまご | ごまあぶら | にんじん、にら、たまねぎ | |
| 6 | 金 |  | りんご | | | りんご | |
| | | | むぎごはん | | こめ、むぎ | | |
| | | | はくさいのスープ | ベーコン、とりにく、ひよこまめ | | はくさい、たまねぎ、にんじん、パセリ、にんにく | |
| 9 | 月 |  | さんまかぼすレモンに | さんま | さとう、でんぶん | かぼす、レモン | 小麦 |
| | | | チンジャオロース | ぎゅうにく | あぶら、ごまあぶら、さとう、でんぶん | たまねぎ、ピーマン、あかピーマン、たけのこ、に んにく | かきエキス、ほたてエキス、かき |
| | | | | | | | |
| 10 | 火 |  | ぶたどん(むぎごはん) | | こめ、むぎ | | |
| | | | ぶたどん(ぐ) | ぶたにく、あぶらあげ | さとう、あぶら、でんぶん | たまねぎ、にんじん、こんにゃく、グリーンピー ス、にんにく | |
| | | | はるまき | ぶたにく | こむぎこ、あぶら、はるさめ、でんぶん、さとう、 こめこ | キャベツ、たまねぎ、にんじん、しょうが、しいた け | 小麦 |
| | | | たんかん | | | たんかん | |
| 12 | 木 |  | みそラーメン(めん) | | こむぎこ、あぶら | | |
| | | | みそラーメン(スープ・ぐ) | ぶたにく、なると、みそ | あぶら、さとう | にんにく、にんじん、たまねぎ、キャベツ、ながね ぎ、コーン、きくらげ | 小麦 |
| | | | いんげんのごまあえ | とりにく | ごま、さとう、ごまあぶら | いんげん、こまつな、にんじん、もやし | |
| | | | フルーツあんぱんぷりん | とうにゅう | さとう、でんぶん | もも、あんず | |
| 13 | 金 |  | きびごはん | | こめ、きび | | |
| | | | ゆしどうふ | どうふ、みそ | | ねぎ | |
| | | | レバニういため | ぶたレバー | ごまあぶら、さとう、でんぶん | もやし、たまねぎ、にんじん、にら、にんにく、しょう が | |
| | | | こぎかなのあめがらめ | カエリ、だいず | ごま、さとう | | |
| 16 | 月 |  | もちげんまいごはん | | こめ、げんまい | | |
| | | | ポークカレー | ぶたにく、ぶたレバー、しろはなまめ、 しろいんげんまめ | じゃがいも、乳なしマーガリン、こめこ、あぶら | たまねぎ、にんじん、ピーマン、かぼちゃ、にんに く | |
| | | | グリーンサラダ | だいず | さとう、ドレッシング | キャベツ、きゅうり、セロリー、あかピーマン、ブ ロccoli | |
| | | | おこめでガトーショコラ | とうにゅう、だいず | こめこ、あぶら、さとう、でんぶん、ココア | | |
| 17 | 火 |  | ミートソースパグティ | ぶたにく、ぶたレバー、だいず | スパゲッティ(小麦)、あぶら、さとう | たまねぎ、にんじん、セロリー、マッシュルーム、 トマト、にんにく、パセリ | 小麦 |
| | | | コーングラタン | おから、とうにゅう、だいず | あぶら、じゃがいも、さとう、こめこ、でんぶん | コーン、たまねぎ | |
| | | | だいこんのサラダ | かまぼこ、だいず | 卵なしマヨネーズ、さとう | だいこん、きゅうり | |
| | | | クファージュシー | ぶたにく、あぶらあげ、かまぼこ | こめ、あぶら | にんじん、ごぼう、しいたけ、ねぎ | |
| 18 | 水 |  | きびなごのカリカリフライ | きびなご | あぶら、じゃがいも、さとう、でんぶん、こめこ、げ んまい | しょうが | |
| | | | ミミガーのすみそあえ | ミミガー、みそ | さとう | きゅうり、もやし、にんじん、こまつな、シークワ ーサー | |
| | | | まめによるこぶ | だいず、こんぶ | さとう | | 小麦 |
| | | | べにいもパン | だっしふんにゅう(乳) | こむぎこ、さとう、あぶら、べにいも | | |
| 19 | 木 |  | ミートボールのトマトに | ミートボール、あかいんげんまめ、しろ いんげんまめ | じゃがいも、あぶら、さとう | たまねぎ、にんじん、セロリー、エリンギ、にんに く、トマト | 小麦 |
| | | | チキンナゲット | とりにく、だいず、おから | あぶら、パンコ(小麦)、でんぶん、さとう | | |
| | | | カリフラワーとおおめサラダ | | ドレッシング | カリフラワー、えだまめ、コーン、あかピーマン、 きゅうり | |
| | | | マーシャルピーンズ | だっしふんにゅう(乳)、だいず | あぶら、さとう、ココア | | 乳 |
| 20 | 金 |  | くろまいごはん | | こめ、くろまい | | |
| | | | シカムドゥチ | ぶたにく、かまぼこ | | こんにゃく、しいたけ、だいこん、しょうが | |
| | | | せんぎりイリチー | ぶたにく、こんぶ、かまぼこ | あぶら、さとう | きりぼし、だいこん、にんじん | |
| | | | アセロラミルク | とうにゅう | さとう、あぶら、でんぶん | アセロラ | |
| 24 | 火 |  | むぎごはん | | こめ、むぎ | | |
| | | | キムチなべ | ぶたにく、あつあげ、ちくわ、みそ | さとう | はくさい、キムチ(小麦)、ほうれんそう、はくさい、 にんじん、えのき、エリンギ、こんにゃく | |
| | | | ひじきサラダ | ひじき、とりにく、だいず | 卵なしマヨネーズ、さとう | こまつな、もやし | |
| | | | りんご | | | りんご | |
| 25 | 水 |  | ミルメーク(ココア) | | さとう、ココア | | |
| | | | きびごはん | | こめ、きび | | |
| | | | せんぎりだいこんのスープ | ベーコン、とりにく、ひよこまめ | じゃがいも | きりぼし、だいこん、にんじん、ながねぎ、にんに く | |
| | | | ひじきしゅうまい | ぶたにく、とりにく、ひじき、だいず | こむぎこ、でんぶん、さとう | たまねぎ、キャベツ、しいたけ、しょうが、コー ン | 小麦 |
| 26 | 木 |  | チャプチェ | ぎゅうにく | はるさめ、あぶら、ごまあぶら、さとう、ごま | たまねぎ、にんじん、にら、もやし、しょうが、にん にく | |
| | | | うっちんライス | とりにく、ベーコン | こめ、乳なしマーガリン、あぶら | たまねぎ、にんじん、ピーマン、コーン、パセリ、に んにく | |
| | | | とうふハンバーグのおろしソースかけ | とうふ、ハンバーグ | さとう、ごまあぶら、でんぶん | だいこん、あかピーマン、みどりピーマン、き ピーマン | |
| | | | さんしよくあえ | | さとう、ごまあぶら、ごま | こまつな、にんじん、もやし、にんにく | |
| 27 | 金 |  | シークワサーソルベ(小6、中3) | | さとう | シークワサー | |
| | | | とうにゅうだいふく(小1～小5、中1、中2) | とうにゅう | さとう、でんぶん、あぶら、もちこ | | |
| | | | バーガーパン | だっしふんにゅう(乳) | こむぎこ、さとう、あぶら | | |
| | | | カレーヌードルスープ | とりにく | スパゲッティ(小麦)、こめこ、乳なしマーガリン、 あぶら | にんにく、にんじん、たまねぎ、ほうれんそう | 乳、小麦 |
| | |  | サーモンフライ | さけ | パンコ(小麦)、あぶら、でんぶん | | |
| | | | ツナサラダ | ツナ | たまごなしマヨネーズ、さとう | きゅうり、キャベツ、にんじん、コーン | |
| | | | ゆかりむぎごはん | | こめ、むぎ、さとう | しそ | |
| | | | もずくのみそしる | もずく、とうふ、みそ | | えのき、だいこん、ねぎ | |
| | |  | おからイリチー | ぶたにく、おから | あぶら | にんじん、たまねぎ、もやし、にら、きくらげ | |
| | | | オーツミルクムース | オーツむぎ | さとう、あぶら、ココア | | |