

# 令和8年1月 詳細献立表(アレルギー)

古蔵学校給食センター 917-3486

※「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 |  | 赤魚、いか、たこ、あさり、ホタテ、貝類、いくら、甲殻類、きな粉、ピーカンナッツ、カシューナッツ、ピスタチオ、ナッツ類、桃、グレープフルーツ、柑橘類、キウイ |

※ 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。  
 ※ 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)<br>おもに体をつくる<br>もとなる食品                             | (きいろ)<br>おもにエネルギーの<br>もとなる食品  | (みどり)<br>おもに体の調子を整える<br>もとなる食品  | 調味料由来 |
|----|----|--|--|---|---|-------|
| 6  | 火  | 牛乳<br>ゆかりごはん<br>ずましじる<br>いわしのみそ<br>こうばなます<br>いちごプリン<br>ななくさがゆ                    | とり肉、油あげ<br>いわし、みそ                                      | こめ、さとう<br>さとう、でん粉<br>さとう<br>さとう、油、でん粉   | 赤しそ<br>とうがん、にんじん、長ねぎ<br>しょうが<br>だいこん、にんじん<br>いちご                                    |       |
| 7  | 水  | 牛乳<br>ごもくに<br>とうふハンバーグ<br>おいものだいふく   | とり肉、かまぼこ<br>大豆、とり肉、豆腐                                  | こめ<br>油、さとう<br>さつまいも、もち粉、さとう、でん粉、油  | せり、なす、な、ごぎょう、はこべら、ほとけのぎ、すずな、すずしろ、こまつな、だいこん<br>にんじん、ごぼう、れんこん、こんにやく、しいたけ、いんげん<br>たまねぎ |       |
| 8  | 木  | 牛乳<br>コッペパン<br>ポークピーズ<br>オムレツ<br>インゲンサラダ<br>むぎごはん<br>ちゅうかスープ<br>はるまき<br>チンジャオロース | 脱脂粉乳(乳)<br>ぶた肉、ひよこ豆、青えんどう豆、赤いんげん豆、白いんげん豆<br>たまご<br>とり肉 | 小麦粉、さとう、油<br>じゃがいも、さとう、油<br>油、でん粉<br>ドレッシング(レモン)  | にんにく、たまねぎ、にんじん、ピーマン、トマト<br>いんげん、キャベツ、にんじん、コーン                                       |       |
| 9  | 金  | 牛乳<br>おでん<br>おぐらしらたま<br>ふりかけ<br>バジルスバゲティ<br>デミソースハンバーグ<br>カリフラワーのサラダ             | ぶた肉、厚揚げ、ちくわ、がんもどき、ウインナー<br>小豆<br>のり                    | こめ<br>さとう<br>白玉団子、さとう<br>でん粉、米、さとう、ヒエ、キヌア、  | だいこん、にんじん、こんにやく<br>にんにく、キャベツ、たまねぎ、にんじん、しめじ、バジル                                      |       |
| 13 | 火  | 牛乳<br>きびごはん<br>アーサじる<br>チヂクニのしるみそいため<br>ハンチュミ<br>コーンポラフ                          | ぶた肉、白花生、白いんげん豆<br>ぶた肉、とうふ、みそ                           | ドレッシング(だいだい、レモン、タンカン、小麦)<br>こめ、もちきび   | カリフラワー、ブロッコリー、にんじん、コーン  |       |
| 14 | 水  | 牛乳<br>さきみフライ<br>ごぼうサラダ<br>きびごはん<br>マーボーなす<br>あげきょうざ<br>はるさめちゅうかサラダ               | とり肉、大豆<br>ツナ   | こめ、もちきび<br>油、ごま油、でん粉  | とうがん、しょうが<br>しまにんじん、にんじん、いんげん、にら、こんにやく、しょうが<br>たまねぎ、にんじん、ピーマン、コーン、マッシュルーム、にんにく      | 小麦    |
| 15 | 木  | 牛乳<br>さきみフライ<br>ごぼうサラダ<br>きびごはん<br>マーボーなす<br>あげきょうざ<br>はるさめちゅうかサラダ               | ぶた肉、大豆<br>ツナ   | こめ、もちきび<br>油、ごま油、でん粉  | たまねぎ、にんじん、ピーマン、コーン、マッシュルーム、にんにく   | 小麦    |
| 16 | 金  | 牛乳<br>さきみフライ<br>ごぼうサラダ<br>きびごはん<br>マーボーなす<br>あげきょうざ<br>はるさめちゅうかサラダ               | ぶた肉、大豆<br>ツナ   | こめ、もちきび<br>油、ごま油、でん粉  | たまねぎ、にんじん、ピーマン、コーン、マッシュルーム、にんにく   | 小麦    |
| 19 | 月  | 牛乳<br>くらまいごはん<br>なかみじる<br>ミヌダル<br>スーナー   | ぶた肉、なかみ<br>ぶた肉<br>とうふ、みそ                               | こめ、黒米<br>さとう、ごま<br>さとう、ごま   | こんにやく、しいたけ、しょうが<br>しょうが<br>こまつな、だいこん、にんじん   | 小麦    |
| 20 | 火  | 牛乳<br>もずくどん(むぎごはん)<br>もずくどん(ぐ)<br>とうがんのみそしる<br>タンカン                              | ぶた肉、大豆、もずく<br>ぶた肉、とうふ、みそ                               | こめ、むぎ<br>油、さとう、でん粉  | たまねぎ、にんじん、コーン、えだまめ、しょうが<br>とうがん、えのきたけ、こまつな、タンカン                                     |       |
| 21 | 水  | 牛乳<br>おきなわそば(めん)<br>おきなわそば(しる)<br>おきなわそば(にくかまぼこ)<br>タマナーチャンブルー<br>こくとう           | ぶた肉、かまぼこ<br>とうふ、ツナ                                     | 小麦粉、油<br>さとう、油<br>油   | ねぎ<br>しょうが<br>キャベツ、にんじん、たまねぎ、もやし  |       |
| 22 | 木  | 牛乳<br>べいこパン<br>チキンとズッキーニのトマトに<br>マグロカツ<br>コールスロー                                 | 脱脂粉乳(乳)<br>とり肉<br>まぐろ                                  | 小麦粉、さとう、油、べいこ<br>じゃがいも、油、米粉、乳なしマーガリン、米粉、油<br>さとう<br>油、パン粉(小麦)、でん粉、さとう<br>ドレッシング(レモン、タイム、ゆず)<br>卵なしマヨネーズ、さとう | たまねぎ、にんじん、ズッキーニ、セロリ、マッシュルーム、トマト、にんにく<br>キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン                          | 小麦    |
| 23 | 金  | 牛乳<br>タコライス(むぎごはん)<br>タコライス(にく)<br>タコライス(やさい)<br>タコライス(チーズ)<br>わかめスープ            | ぶた肉、ぶたレバー、大豆<br>チーズ(乳)<br>わかめ、とうふ、とり肉                  | こめ、むぎ<br>油  | にんにく、たまねぎ、にんじん、ピーマン、キャベツ  |       |
| 26 | 月  | 牛乳<br>くらまいごはん<br>なかみじる<br>ミヌダル<br>スーナー   | ぶた肉、なかみ<br>ぶた肉<br>とうふ、みそ                               | こめ、黒米<br>さとう、ごま<br>さとう、ごま   | こんにやく、しいたけ、しょうが<br>しょうが<br>こまつな、だいこん、にんじん   | 小麦    |
| 27 | 火  | 牛乳<br>もずくどん(むぎごはん)<br>もずくどん(ぐ)<br>とうがんのみそしる<br>タンカン                              | ぶた肉、大豆、もずく<br>ぶた肉、とうふ、みそ                               | こめ、むぎ<br>油、さとう、でん粉  | たまねぎ、にんじん、コーン、えだまめ、しょうが<br>とうがん、えのきたけ、こまつな、タンカン                                     |       |
| 28 | 水  | 牛乳<br>おきなわそば(めん)<br>おきなわそば(しる)<br>おきなわそば(にくかまぼこ)<br>タマナーチャンブルー<br>こくとう           | ぶた肉、かまぼこ<br>とうふ、ツナ                                     | 小麦粉、油<br>さとう、油<br>油   | ねぎ<br>しょうが<br>キャベツ、にんじん、たまねぎ、もやし  |       |
| 29 | 木  | 牛乳<br>べいこパン<br>チキンとズッキーニのトマトに<br>マグロカツ<br>コールスロー                                 | 脱脂粉乳(乳)<br>とり肉<br>まぐろ                                  | 小麦粉、さとう、油、べいこ<br>じゃがいも、油、米粉、乳なしマーガリン、米粉、油<br>さとう<br>油、パン粉(小麦)、でん粉、さとう<br>ドレッシング(レモン、タイム、ゆず)<br>卵なしマヨネーズ、さとう | たまねぎ、にんじん、ズッキーニ、セロリ、マッシュルーム、トマト、にんにく<br>キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン                          | 小麦    |
| 30 | 金  | 牛乳<br>タコライス(むぎごはん)<br>タコライス(にく)<br>タコライス(やさい)<br>タコライス(チーズ)<br>わかめスープ            | ぶた肉、ぶたレバー、大豆<br>チーズ(乳)<br>わかめ、とうふ、とり肉                  | こめ、むぎ<br>油  | にんにく、たまねぎ、にんじん、ピーマン、キャベツ  |       |