

令和8年10月 詳細献立表（アレルギー）

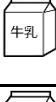
鏡原学校給食センター

917-3492

※「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
たまご、乳、小麦、落花生（ピーナッツ）、エビ、ソバ、カニ、くるみ、カシューナッツ	うずらの卵、魚類、魚卵（いくら）、イカ、タコ、貝類（あさり・はたて）、大豆、牛肉、豚肉、鶏肉、ゼラチン ビスタチオ、ナッツ類、ごま、キウイフルーツ、バナナ、もも、マンゴー、りんご、梨、梅
※ しょうゆと酢に含まれる「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。 ※ 油・しょうゆ・みそ・ソース・ドレッシング・マーガリン・乳なしマーガリン・卵なしマヨネーズ・ツナに含まれる「大豆」は表示しておりませんが、大豆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、しらす、のりなどには、ごく微量のエビ・カニが混ざる可能性があります。 ※ 事前に必ずご家庭で内容を確認し、必要に応じてお子様と給食の対応方法について確認をしてください。 ※ 詳しい情報が必要な方、または不明な点がある場合は、鏡原学校給食センターまでお問い合わせください。 ※ 材料、天候等により、献立を変更する場合があります。 ※ 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、把握できる範囲内で表示しています。 ※ 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。	



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	調味料由来
1	木		むぎごはん		こめ,おおむぎ		
			にくじゃが	ぶた肉	じゃがいも,油,さとう,くろざとう	たまねぎ,にんじん,こんにゃく,きぬさや,しょうが,さとうきび,バガス	
			やしししゃも(こもち)	カラフトシヤモ(魚卵あり)			
			キャベツのしおこんぶあえ	しおこんぶ(小麦・大豆)	ごま,さとう	キャベツ,きゅうり,セロリー,黄ピーマン,にんじん	
2	金		ひじきごはん	とり肉,あぶらあげ,ひじき	こめ,油	にんじん,ごぼう,えだまめ,さとうきび,バガス	
			どうふハンバーグ	どうふハンバーグ(鶏肉・大豆・豚肉)	さとう,でんぶん	だいこん	
			やさいのツナあえ	ツナ(まぐろ)	さとう,ごま油	からしな,もやし,にんじん,きりぼしだいこん	
5	月		ごはん		こめ		
			ちゅうかコンスープ	とり肉,だいず	でんぶん	だいこん,こまつな,えのきたけ,コーン	鶏肉
			あつあげのちゅうかいため	あつあげ,ぶた肉,みそ	油,ごま油,でんぶん	にんじん,たまねぎ,キャベツ,にんにくのめ,たけのこ,しょうが	小麦
6	火		わふうスパゲティ	とり肉,ベーコン(豚肉)	スパゲティ(小麦),油	にんじん,たまねぎ,ほうれんそう,えのきたけ,しめじ,にんにく	かきエクス・魚醤
			きたあかりコロッケ	牛肉	じゃがいも,こむぎこ,パンコ(小麦・乳・大豆),油	たまねぎ	
			アーモンドサラダ	ツナ(まぐろ)	アーモンド,ドレッシング	ブロッコリー,カリフラワー,きゅうり,コーン	
7	水		もずくどん(むぎごはん)		こめ,おおむぎ		
			もずくどん(ぐ)	ぶた肉,もずく	さとう,でんぶん,油	たまねぎ,にんじん,コーン,えだまめ,しょうが	
			とんじる	ぶた肉,みそ	さといも	だいこん,にんじん,長ねぎ,ごぼう,しめじ,こんにゃく,にんにく,しょうが	
			どうにゅうバナラクリームだいふく	どうにゅう(大豆)	さとう,油,でんぶん,もちこ,じょうしんこ,みずあめ		
8	木		ごはん		こめ		
			さかなじる	パンガシウス,どうふ,みそ		だいこん,にんじん,はくさい,長ねぎ,しょうが	
			じゃがいものきんぴら	ぶた肉,かまぼこ	じゃがいも,油,さとう,ごま油,ごま	にんじん,ごぼう,さやいんげん,こんにゃく	
			あつやきたまご	たまご	油,さとう		
9	金		べにいもパン	だっしふんにゅう(乳)	こむぎこ,さとう,油,べにいも		
			パンプキンスープ	とり肉,ベーコン(豚肉) 白いんげんまめ,だっしふんにゅう(乳)	油,こめこ	かぼちゃ,たまねぎ,にんにく,パセリ	鶏肉
			県産まぐろカツ	まぐろ	パンコ(小麦・大豆),でんぶん,さとう,油		
			目にやさしいサラダ	ツナ(まぐろ)		にんじん,キャベツ,ブロッコリー,ほうれんそう,シークワーサー	りんご
秋 休 み							
19	月		むぎごはん		こめ,おおむぎ		
			チキンカレー	とり肉,とりレバー,白いんげんまめ だっしふんにゅう(乳)	じゃがいも,油,こむぎこ	たまねぎ,にんじん,ピーマン,しめじ,にんにく,りんご	小麦・牛肉・鶏肉・大豆
			フルーツしらたま		ゼリー(りんご・もも・大豆),しらたまだんご	もも,パイナップル,みかん,ナタデココ,シークワーサー	
20	火		アーサゆしどうふそば(めん)		こむぎこ,油		
			アーサゆしどうふそば(しる)	ゆしどうふ,アーサ,かまぼこ		長ねぎ	鶏肉・豚肉・りんご
			ぶたしゃぶサラダ	ぶた肉	ドレッシング(りんご・豚肉・鶏肉)	きゅうり,さやいんげん,赤ピーマン,キャベツ,コーン	
			ミニフィッシュ	カタクチイワシ	さとう,でんぶん,ごま		
21	水		たきこみチャーハン	ぶた肉,かまぼこ	こめ,油,ごま油	しいたけ,にんじん,たまねぎ,長ねぎ,えだまめ たけのこ,にんにく,しょうが,さとうきび,バガス	鶏肉・豚肉・りんご
			ターサイバオズ	ぶた肉,とり肉,ひじき	ラード(豚肉),でんぶん,パンコ(小麦・大豆) さとう,ごま油,こむぎこ	キャベツ,たまねぎ,しょうが	かきエクス
			きりぼしだいこんのちゅうかあえ	とり肉	さとう,ごま,ごま油	きりぼしだいこん,キャベツ,にんじん,ほうれんそう,きくらげ	鶏肉
22	木		カルシウムごはん		こめ,カルシウム強化米(貝由来カルシウム)		
			さわにわん	ぶた肉,あぶらあげ	ごま油	にんじん,だいこん,えのきたけ,ごぼう,長ねぎ,たけのこ,こんにゃく	
			いわしのみそに	いわし,みそ	さとう,でんぶん	しょうが	
			ひじきいため	ひじき,ぶた肉,ちくわ,だいず	さとう,油	にんじん,にら,こんにゃく	
23	金		スタミナぶたどん(むぎごはん)		こめ,おおむぎ		
			スタミナぶたどん(ぐ)	ぶた肉	さとう,油	たまねぎ,赤ピーマン,にら,きりぼしだいこん こんにゃく,にんにく,しょうが	
			きぬあつあげとこまつなのみそしる	あつあげ,あぶらあげ,みそ		だいこん,こまつな,えのきたけ	
			オレンジ			オレンジ	
26	月		もちきびごはん		こめ,もちきび		
			とりにくとこんさいのみそしる	とり肉,みそ	さつまいも	だいこん,ごぼう,にんじん,しめじ,長ねぎ	
			にくだんご	とり肉,ぶた肉,だいず	パンコ(小麦),ラード(豚肉),ごま油,でんぶん,さとう	たまねぎ,しょうが	りんご
			チーズおから	おから(大豆),とり肉 チーズ(乳・ゼラチン),ぎゅうにゅう	さとう,油	にんじん,たまねぎ,ねぎ,にんにく	
27	火		むぎごはん		こめ,おおむぎ		
			マーボーだいこん	ぶた肉,ぶたレバー,どうふ,だいず,みそ	油,でんぶん	だいこん,たまねぎ,にんじん,長ねぎ,たけのこ しいたけ,にんにく,しょうが	かきエクス・牛肉・豚肉・鶏肉 ゼラチン・ごま
			わかめとやさいのごましおナムル	わかめ,ちくわ	ごま,ドレッシング(ごま)	キャベツ,きゅうり,にんじん	
28	水		あきのかおりごはん	とり肉,かまぼこ,あぶらあげ	こめ,油	にんじん,しめじ,しいたけ,えだまめ,たけのこ	
			さかなのもみじやき	ぎんヒラス,みそ	卵なしマヨネーズ	にんじん	
			ちくざあえ	とり肉,ひじき	ごま,さとう,ごま油	もやし,きりぼしだいこん,にんじん,こまつな	
29	木		ゆかりごはん		こめ,さとう	あかしそ	
			チムシンジ	ぶた肉,ぶたレバー,みそ	じゃがいも	だいこん,ねぎ,にんにく,しょうが	
			フータシヤー	たまご,ふ(小麦・大豆),ポーク(豚肉・鶏肉)	油	キャベツ,こまつな,にんじん,もやし	
			ミルク		さとう		ココア
30	金		コッペパン	だっしふんにゅう(乳)	こむぎこ,さとう,油		
			ロクロ(アルゼンチンの煮込み料理)	ベーコン(豚肉),ウインナー(豚肉) 白いんげんまめ	さつまいも,油	たまねぎ,にんじん,かぼちゃ,コーン	鶏肉
			ミラネサ(アルゼンチン風カツレツ)	とり肉,だいず	油,パンコ(小麦・大豆),こむぎこ,でんぶん		
			アルゼンチン風サラダ	とり肉,えんどう豆,ひよこ豆,レンズ豆 だいず,あずき	おおむぎ,げんまい,赤米,たかきび,さとう 油	キャベツ,たまねぎ,きゅうり,赤ピーマン,黄ピーマン	