

※「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、グルクン、まぐろ、その他の魚類、貝類、キウイフルーツ、マンゴー、柑橘類、アボカド、トマト、パパイヤ、アーモンド、ペカンナッツ(ピーカンナッツ)、カシューナッツ、ピスタチオ、ヘーゼルナッツ、その他のナッツ類、大豆
※ 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。 ※ 給食を食べる前に、必ず内容を確認してください。 ※ 詳しい情報が必要な方、または不明な点がある場合は、給食室(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。 ※ 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	
2	月	牛乳 むぎごはん		こめ、麦		
		チキンカレー	とりこ、だいず	じゃがいも、油、こむぎこ、 乳なしマーガリン(大豆)	たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、りんご	小麦、トマト、 大豆
		フルーツポンチ		ゼリー(レモン)	もも、パイナップル、みかん、シークワーサー	
		かたぬきチーズ	チーズ(乳)			
3	火	牛乳 ちらしずし		こめ、さとう	しいたけ、れんこん、にんじん、たけのこ、かんぴょう	大豆
		キャベツのみそしる	油あげ(大豆)、みそ(大豆)	ごま	にんじん、キャベツ、えのきたけ、ながねぎ	
		とんかつ	ぶたにく	でんぷん、パンコ(小麦)、油		大豆
		こまつなごまじゃこあえ	チリメン	ごま、さとう、ごま油	こまつな、キャベツ、せんぎりだいこん、にんじん	
		ひなあられ	のり	さとう、もちごめ		大豆
4	水	牛乳 メキシカンライス	とりこ、ウインナー、 ひよこめ	こめ、油、 乳なしマーガリン(大豆)	たまねぎ、にんじん、ピーマン、赤ピーマン、コーン、 マッシュルーム、トマト、にんにく	大豆
		ミートボール	とりこ、大豆、ぶたにく	でんぷん、さとう、あぶら	たまねぎ、にんにく、しょうが	
		スパゲティツナサラダ	まぐろ	スパゲティ(小麦)、 卵なしマヨネーズ(大豆)、さとう	きゅうり、にんじん、たまねぎ、コーン	
5	木	牛乳 きびごはん		こめ、きび		
		イナムドゥチ	ぶたにく、かまぼこ、 みそ(大豆)		こんにやく、しいたけ	
		さかなのてりやき	赤魚	さとう	しょうが	
		ウサチ	かまぼこ	さとう	だいこん、きゅうり、にんじん、シークワーサー	
6	金	牛乳 ココアあげパン(壺屋小・真和志中)	だっしふんにゅう(乳)	パン(小麦・乳・大豆)、さとう、ココア、 油		
		コッペパン(与儀小・大道小)	だっしふんにゅう(乳)	油、さとう、小麦粉		大豆
		ポトフ	とりこ、だいず、ウインナー	じゃがいも、油	たまねぎ、にんじん、キャベツ、セロリー	大豆
		はなやさいサラダ		ドレッシング(トマト)	ブロッコリー、カリフラワー、きゅうり、赤ピーマン、コーン	
		マーシャルピーンズ(与儀小・大道小)	だっしふんにゅう(乳)、大豆	ココア、さとう、油		
		おいわいケーキ(中3)	とうにゅう(大豆)	さとう、油、こめこ、でんぷん	いちご	
9	月	牛乳 ごもくチャーハン	ぶたにく、かまぼこ	こめ、油、ごま油	しいたけ、にんじん、たまねぎ、ねぎ、たけのこ、にんにく、しょうが	
		はるまき	ぶたにく	こむぎこ、はるさめ、油、 でんぷん、こめこ、さとう	にんじん、たまねぎ、キャベツ、しょうが、しいたけ	大豆
		パンパンジー	とりこ	ごま、ドレッシング(レモン、ほたて、 大豆、小麦)	もやし、きゅうり、チンゲンサイ、にんじん	
10	火	牛乳 むぎごはん		こめ、麦		
		にくじゃが	ぶたにく	じゃがいも、油、さとう、黒糖	たまねぎ、にんじん、こんにやく、いんげん、しょうが	
		ゆずあえ	かつおぶし	さとう	だいこん、きゅうり、にんじん、ゆず	
		りんご			りんご	
11	水	牛乳 きびごはん		こめ、きび		
		かきたまじる	たまご、とうふ	でん粉	こまつな、にんじん、えのきたけ	
		チンジャオロースー	ぎゅうにく	でん粉、油	にんにく、ごぼう、ピーマン、赤ピーマン	かき、ほたて、かき エキス 魚醤、大豆
		とうにゅうパンナコッタ	とうにゅう(大豆)	さとう、でん粉、油	いちご	
12	木	牛乳 わかめごはん	わかめ	こめ、さとう		
		かぼちゃのみそしる	ぶたにく、あつあげ(大豆)、 みそ(大豆)		かぼちゃ、だいこん、にんじん、ねぎ	
		こもちししゃもフライ	ししゃも	こむぎこ、油、でんぷん		
		かまぼこあえ	かまぼこ、まぐろ	卵なしマヨネーズ(大豆) ドレッシング(レモン・ライム・ゆず)	キャベツ、きゅうり、にんじん	
13	金	牛乳 むぎごはん		こめ、麦		
		ハヤシライス	ぎゅうにく	油、こむぎこ、 乳なしマーガリン(大豆)	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリーンピース、にんにく	トマト、小麦、 大豆
		キャベツとコーンのサラダ	まぐろ	ドレッシング(レモン)	キャベツ、きゅうり、コーン	
16	月	牛乳 こめこのクレープ	とうにゅう(大豆)、大豆	油、さとう、こめこ、ココア、でん粉		
		トマトソーススパゲティ	とりこ、ベーコン	スパゲティ(小麦)、油、さとう	たまねぎ、セロリー、マッシュルーム、エリンギ、しめじ、ほうれんそう、 にんにく、トマト、バジル	小麦、トマト、大豆
		グラタン	とうにゅう(大豆)、 おから(大豆)、大豆	油、こめこ、じゃがいも、さとう、 でんぷん	たまねぎ、にんじん、コーン、ほうれんそう	
		ごしゅまめサラダ	だいず、まぐろ、えんどう豆、 レンズ豆、あずき、ひよこ豆	卵なしマヨネーズ(大豆)、 さとう、麦、きび、玄米、赤米	キャベツ、ブロッコリー	
17	火	牛乳 こめこのクレープ(与儀小6年・大道小6年)	とうにゅう(大豆)、大豆	油、さとう、こめこ、ココア、でん粉		
		ココアあげパン(与儀小・大道小)	だっしふんにゅう(乳)	パン(小麦・乳・大豆)、さとう、ココア、油		
		コッペパン(壺屋小・真和志中)	だっしふんにゅう(乳)	油、さとう、小麦粉		大豆
		マーシャルピーンズ(壺屋小・真和志中)	だっしふんにゅう(乳)、大豆	ココア、さとう、油		
		ポタージュ	とりこ、白いんげん豆、 とうにゅう(大豆)	じゃがいも、こむぎこ、 乳なしマーガリン(大豆)、油	たまねぎ、セロリー、マッシュルーム、とうもろこし、にんにく	小麦、大豆
		いろどりサラダ	とりこ	ドレッシング(大豆、小麦)	ブロッコリー、キャベツ、にんじん、赤ピーマン	
		おいわいケーキ(小6)	とうにゅう(大豆)	さとう、油、こめこ、でんぷん	いちご	
もものタルト(小1~5)	とうにゅう(大豆)、大豆	さとう、こめこ、油	もも、こんにやく			
18	水	牛乳 むぎごはん		こめ、麦		
		すいぎょうざのスープ	ぎょうざ(小麦、大豆)	はるさめ、ごま油	はくさい、にんじん、しいたけ、しょうが	
		ヤンニョムチキン	とりこ	でん粉、油、ごま	たまねぎ	トマト、大豆
		ナムル		ごま、ドレッシング(小麦、大豆)	もやし、ほうれんそう、きゅうり、にんじん	
もものタルト(中学)	とうにゅう(大豆)、大豆	さとう、こめこ、油	もも、こんにやく			