

※「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、そば、カニ、くるみ	豚肉、魚、魚介エキス、イカ、あさり、魚卵、なす、ナッツ類、果物
※ 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。 ※ 給食センターで使用しているかまぼこは、卵・乳・エビ・カニを含んでいません。 ※ 給食で使用するもずくやアサ、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。 ※ 使用しているハム・ベーコン・ポーク・ウインナーは、卵・乳・小麦を含んでいません。

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	木	ごはん		米		
		牛井	牛肉、油あげ	油、さとう、でん粉	こんにやく、エリンギ、たけのこ、玉ねぎ、にんじん、ほうれん草、にんにく	
		きゅうりのうめ和え バナナ	ちくわ	さとう	きゅうり、にんじん、だいこん、梅肉 バナナ	りんご酢
2	金	たけのこごはん	鶏肉	米、加ゆみ米、油、	たけのこ、にんじん、長ねぎ、しめじ、しいたけ	
		大根ときゅうりの酢のもの	わかめ、鶏肉	さとう	きゅうり、だいこん	
		豆腐ハンバーグ	大豆、鶏肉、とうふ、	でん粉、さとう	玉ねぎ	豚脂
		たいやき	小豆	さとう、小麦粉、とうもろこし粉、油、米粉		
7	水	和風スパゲティ	鶏肉、ベーコン	卵、小麦粉(小麦)、油、オリーブ油	にんじん、玉ねぎ、黄ピーマン、しめじ、しいたけ、こまつな、にんにく	
		マゼンタ	ポーク	じゃがいも、卵なしマヨネーズ、さとう	きゅうり、にんじん、コーン	ドレッシング(レモン・ライム・ゆず)
		やさしいグラタン	豆乳、おから、大豆	油、じゃがいも、米粉、水あめ、さとう、でん粉	玉ねぎ、にんじん、コーン、ほうれん草	
8	木	もちきびごはん		米、もちきび		
		シカムドゥチ	豚肉、かまぼこ、油あげ		こんにやく、とうがん、しいたけ、しょうが	
		ゴーヤチャンプル(卵なし) あまそうめん	豚肉、とうふ、コブ、アスパラ(牛肉・じゃがいも)、かつお節 鶏肉、大豆、豚肉	油 さとう、油、でん粉、ごま油	ゴーヤ、玉ねぎ、にんじん、もやし 玉ねぎ、にんにく、しょうが	りんごジュース、抹茶
9	金	(小)あげパン	きな粉	コッペパン(小麦・乳)、さとう、黒糖、油		
		(中)コッペパン	脱脂粉乳(乳)	小麦粉、砂糖、油		
		美らキャロットのポタージュ	鶏肉、白花生、白いんげん豆、豆乳	じゃがいも、油、米粉	玉ねぎ、セロリー、パセリ、にんじん	
		ブロッコリーサラダ	ひよこ豆、ポーク	ごま、さとう	ブロッコリー、にんじん、きゅうり、赤ピーマン	ドレッシング(小麦・ゼラチン) たんかん果汁、レモン果汁
12	月	麦ごはん		米、大麦		
		マーボーへちま	豚肉、豚レバー、大豆、とうふ、みそ	油、ごま油、でん粉	へちま、たけのこ、玉ねぎ、にんじん、にら、にんにく、しょうが	テンメツ(小麦) オスターソース(酢、砂糖、魚醤)
		ひじきシュウマイ はるさめサラダ	豚肉、鶏肉、ひじき、大豆 ポーク	でん粉、砂糖、小麦粉 マロニー、はるさめ、さとう、ごま油	玉ねぎ、キャベツ、しいたけ、しょうが、コーン にんじん、きゅうり、もやし	シークワサー果汁
13	火	ごはん		米		
		もずくのみそ汁	もずく、鶏肉、みそ		だいこん、ほうれん草	
		ぶたしゃぶサラダ チリメンふりかけ	豚肉 大豆、チリメン	ごま 油、さとう	きゅうり、もやし、ゴーヤ、キャベツ、コーン しょうが	ドレッシング(レモン・りんご・レモン)
14	水	(小)コッペパン	脱脂粉乳(乳)	小麦粉、砂糖、油		
		(中)あげパン	きな粉	コッペパン(小麦・乳)、さとう、黒糖、油		
		島野菜のオムレツ イタリアサラダ	鶏肉、ベーコン 鶏肉、ひよこ豆、青えんどう豆、赤いんげん豆	じゃがいも、油	玉ねぎ、金美にんじん、セロリー、とうがん、にんにく きゅうり、キャベツ、カリフラワー	ドレッシング
		(小)メープルジャム	寒天	さとう、メープルシロップ		
15	木	芋ごはん	豚肉	米、加ゆみ米、さつまいも、油	にんじん、しいたけ、しめじ、ねぎ	
		いわしおかか煮	いわし、かつお節	さとう、でん粉		
		きゅうりと小松菜のウサチー	茎わかめ、かまぼこ	さとう	キャベツ、もやし、きゅうり、こまつな、赤ピーマン	シークワサー果汁
16	金	ごはん		米		
		大根の煮つけ	鶏肉、あつあげ、こんぶ	油、さとう	こんにやく、しいたけ、だいこん、にんじん、いんげん、しょうが	
		キャベツのいそ香和え アセロラゼリー	かつお節、のり	さとう、ごま油、ごま さとう、でん粉	ブロッコリー、キャベツ、にんじん	アセロラ果汁、りんご
19	月	ごはん		米		
		冬瓜のすりながし汁	鶏肉	でん粉	とうがん、しいたけ、にんじん、長ねぎ、しょうが	
		いわしのかんろ煮	いわし	さとう、でん粉、さとう、糖蜜		
		油揚げとキャベツのごま酢和え	油あげ	さとう、ごま	キャベツ、にんじん	
20	火	ちゅうか風たきこみごはん	豚肉	米、加ゆみ米、油、ごま油	にんじん、たけのこ、ごぼう、しいたけ、枝豆	ポーク(鶏肉、豚肉)
		はくさいのゆめ和え	鶏肉	さとう	はくさい、きゅうり、にんじん、白菜(小麦・さば・りんご)	
		あげギョーザ	豚肉	でん粉、砂糖、小麦粉、油	キャベツ、玉ねぎ、にら、しょうが	
21	水	なかよしパン	脱脂粉乳(乳)	小麦粉、砂糖、油		
		キャベツのクリーム煮	鶏肉、ベーコン、白いんげん豆、豆乳	じゃがいも、油、米粉	にんじん、キャベツ、ブロッコリー	
		とうもろこしパパイアサラダ	ツナ	さとう	パパイア、豆苗、にんじん	ドレッシング(小麦・ゼラチン) たんかん果汁、レモン果汁
		あじさいゼリー		さとう、水あめ		ぶどう果汁
22	木	ごはん		米		
		とうがンのみそ汁	油あげ、みそ		とうがん、長ねぎ、えのき、こまつな	
		とりぶたメンチカツ ごぼうのごま和え	鶏肉、豚肉、大豆 鶏肉、ちくわ、大豆	さとう、でん粉、油、米粉 ごま	玉ねぎ、しょうが、にんにく ごぼう、にんじん、きゅうり	ドレッシング
23	金	わかめごはん	わかめ	米、さとう		
		とうがんのそぼろ煮	鶏肉、大豆、厚揚げ	油、さとう、でん粉	とうがん、玉ねぎ、にんじん、しいたけ、枝豆	
		てりやきつくね りんご	鶏肉、大豆	パン粉(小麦)、でん粉、さとう、油	玉ねぎ、れんこん、しょうが りんご	魚介エキス
26	月	麦ごはん		米、大麦		
		ポークカレー	豚肉、豚レバー、ひよこ豆	じゃがいも、油、米粉	玉ねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく	りんご、デザート
		フルーツしらたま カルピッシュ	いわし	白玉団子、はちみつ(ゼリー・レモン) でん粉、さとう、米粉	みかん缶、りんご缶	シークワサー果汁
27	火	五目たきこみごはん	鶏肉、かまぼこ、油あげ、大豆	米、加ゆみ米、油	にんじん、ごぼう、しいたけ	
		小松菜のごま和え	鶏肉、大豆	さとう、ごま	こまつな、にんじん、もやし、キャベツ	
		だいがくいも		さつまいも、油、さとう、黒糖		
28	水	もちきびごはん		米、もちきび		
		さつまいも	鶏肉、みそ	さつまいも	ごぼう、にんじん、長ねぎ	
		やさしいコロッケ		じゃがいも、パン粉(小麦)、小麦粉、さとう、でん粉、油	にんじん、たまねぎ、とうもろこし、いんげん	
29	木	地産地消サラダ	ツナ		パパイア、だいこん、にんじん、金美にんじん、きゅうり	ドレッシング
		ごはん		米		
		ビーフンスープ	油あげ	ビーフン	はくさい、にんじん、えのき	
		なすのスタミナ炒め	豚肉	油、さとう、でん粉	玉ねぎ、なす、キャベツ、赤ピーマン、にら、しょうが、にんにく	
30	金	オレンジ			オレンジ	
		沖縄風やしそば	豚肉	沖縄そば(小麦)、油	にんにく、玉ねぎ、キャベツ、にんじん、長ねぎ	
		けんかゲツ タマナーウサチー	鶏肉、大豆、おから	油、米粉、さとう、でん粉 さとう	にんにく、しょうが キャベツ、きゅうり、だいこん、にんじん	シークワサー果汁