

※「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、やまいも、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。	※ 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	月		ごはん		米		
			高野豆腐入り豚汁	高野豆腐、豚肉、みそ	里芋、油	にんじん、大根、冬瓜、こんにゃく、ごぼう、長ねぎ	
			ちくわのいそべ焼き	ちくわ、かつお節、青のり、豆乳	卵なしマヨネーズ		
			黄桃(もものシロップ 漬け)			黄桃(もも)	
2	火		ごはん		米		
			ミヨック(韓国風わかめスープ)	鶏肉、わかめ	ごま油	冬瓜、長ねぎ、しょうが	
			チャプチェ	豚肉	春雨、さとう、ごま、ごま油	玉ねぎ、にんじん、しいたけ、ピーマン、にんにく	
			チヂミ	豆腐、おから	米粉、じゃがいも、油、でん粉、さとう	にんじん、玉ねぎ、にら、にんにく	
3	水		全粒粉パン	脱脂粉乳	小麦粉、全粒粉、さとう、油		
			ジュリエンスープ			キャベツ、にんじん、玉ねぎ	
			なすのミートソースパスタ	豚肉	マカロニ(ペンネ)、油	玉ねぎ、なす、にんじん、にんにく、トマト	
			はちみつ		はちみつ		
4	木		ウンケージュージー	豚肉、かまぼこ、油あげ、ひじき	米、加減米、油	にんじん、しいたけ、ねぎ	
			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、小松菜、赤ピーマン	シークワサー果汁
			野菜のかき揚げ	大豆	油、小麦粉	玉ねぎ、にんじん、ごぼう、しゅんぎく	
			ヤファラジュージー	豚肉	米、加減米	冬瓜、にんじん、からし菜、小松菜、しいたけ	ポークソープ(鶏肉、豚肉)
8	月		ゴーヤーチャンプルー(卵なし)	豚肉、豆腐、コンビーフ(牛・じゃがいも)、かつお節	油	ゴーヤー、玉ねぎ、にんじん、もやし	
			うむくじ天ぷら		じゃがいも、さとう、紅芋、でん粉、油		
			麦ごはん		米、大麦		
			マーボーへちま	豚肉、豚レバー、大豆、豆腐、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	チンゲン菜、トウモロコシ、オスターソース(カキエキス・ホタテエキス・魚醤)
			パンパンジーサラダ	鶏肉、高野豆腐	ごま、さとう	キャベツ、小松菜、にんじん	ドレッシング(小麦・豚・ホタテエキス・レモン)
10	水		ごはん		米		
			鶏肉のトマト風煮込み	鶏肉	じゃがいも、油	にんにく、玉ねぎ、にんじん、トマト、アスパラガス	レモン果汁、チンゲン菜
			パパイヤのカレーソース	ベーコン	乳不使用マーガリン	パパイヤ、にんじん、インゲン	カレー粉
			バナナ			バナナ	
11	木		ごはん		米		
			キャベツのみそ汁	みそ		キャベツ、玉ねぎ、にんじん、小松菜	
			とうふハンバーグ	豆腐ハンバーグ(大豆・鶏肉・豚肉)	さとう、ごま油		
			甘酢和え		さとう	キャベツ、きゅうり、大根、にんじん	シークワサー果汁
12	金		コッペパン	脱脂粉乳(乳)	小麦粉、さとう、油		
			ヌードルスープ	鶏肉	油、スパゲッティ(小麦)	玉ねぎ、にんじん、セロリー、パセリ	
			パッファローチキン	鶏肉	でん粉、とうもろこしでん粉、油	にんにく	ドレッシング(みかん・ゆず・魚醤)
			ビーンズサラダ	ひよこ豆、青えんどう豆、赤いんげん豆、大豆	卵なしマヨネーズ、油	キャベツ、きゅうり、にんじん、あお豆	ドレッシング(小麦・たんかん・レモン)
16	火		ごはん		米		
			じゃがいものみそ汁	豚肉、みそ	じゃがいも	にんじん、玉ねぎ、小松菜、長ねぎ	
			ひじきのいため煮	ひじき、豚肉、かまぼこ、大豆	油、さとう	こんにゃく、にんじん、にら	
			抹茶プリン	豆乳	さとう、抹茶		
17	水		中華風炊き込みごはん	豚肉	米、加減米、油、ごま油	にんじん、たけのこ、ごぼう、しいたけ	ポークソープ(鶏肉、豚肉)
			肉春巻き	豚肉、大豆粉、	小麦粉、さとう、油、でん粉、春雨、でん粉	キャベツ、にんじん、玉ねぎ、しいたけ、しょうが	
			枝豆ときゅうりのカリカリ梅和え		さとう	きゅうり、にんじん、えだまめ、かり梅	りんご酢
18	木		もちきびごはん		米、もちきび		
			冬瓜のソブシー	豚肉、昆布、大豆、厚揚げ、みそ	油、さとう	こんにゃく、にんじん、冬瓜、小松菜	
			だいごんのさっぱり和え	鶏肉、かつお節、高野豆腐	さとう	だいごん、きゅうり、もやし、にんじん	梅肉(りんご酢)
			ごはん		米		
19	金		根菜みそ汁	みそ	じゃがいも	大根、にんじん、玉ねぎ、白菜、長ねぎ	
			さばの塩こうじ焼き	さば			
			油揚げとキャベツのごま酢和え	油揚げ	さとう、ごま	キャベツ、にんじん	
			ごはん		米、大麦		
22	月		シカムドゥチ	豚肉、かまぼこ		こんにゃく、冬瓜、しいたけ、しょうが	ポークソープ(鶏肉、豚肉)
			切干大根イリチー	豚肉、昆布、油揚げ	油、さとう	にんじん、千切大根、こんにゃく	
			青切りみかん			みかん	
			ごはん		米		
24	水		コッペパン	脱脂粉乳(乳)	小麦粉、さとう、油		
			トマトポークチャップ	豚肉	オリーブ油、さとう、でん粉	玉ねぎ、エリンギ、ピーマン、トマト、にんにく	コンソメ
			スコッチブロス	ベーコン、ひよこ豆	大麦	にんじん、玉ねぎ、大根、キャベツ、セロリー	
			ココア(ミルクメーク)		さとう、ココア		
25	木		ごはん		米		
			けんちん汁	豆腐、油あげ	里芋、ごま油	大根、ごぼう、にんじん、しめじ、長ねぎ	
			きんぴらごぼう	豚肉、かまぼこ	油、さとう、ごま油	ごぼう、にんじん、こんにゃく	
			てづくりふりかけ	チリメン、かつお節、青のり	ごま、さとう		
			おむすびのり	のり			
26	金		ラーメン(麺)		小麦粉、油		
			みそラーメン(具・汁)	豚肉、みそ	油、ごま、ごま油	キャベツ、もやし、にんじん、長ねぎ、コーン、きくらげ、にんにく、しょうが	ポークソープ(鶏肉、豚肉)
			豆苗入りパパイヤサラダ	ツナ	さとう	パパイヤ、豆苗、にんじん	ドレッシング(小麦・たんかん・レモン)
29	月		黒米ごはん		米、黒米		
			中身のお汁	豚中味、豚肉		しいたけ、こんにゃく、しょうが	ポークソープ(鶏肉、豚肉)
			クレープイリチー	豚肉、昆布、かまぼこ	さとう、油	千切大根	
			青切りみかん			みかん	
30	火		チキンピラフ	鶏肉、ウインナー	米、加減米、乳不使用マーガリン	コーン、玉ねぎ、ピーマン、マッシュルーム、しょうが、にんにく	
			かぼちゃひき肉フライ	豚肉、大豆	油、さとう、でん粉、パン粉(小麦)、小麦粉	かぼちゃ、玉ねぎ	りんご
			シークワサーサラダ		さとう	キャベツ、大根、きゅうり、パイン	シークワサー果汁
						キャベツ、大根、きゅうり、パイン	ドレッシング(だいだい・レモン・りんご)