

※「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7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)7品目	その他
卵、乳、小麦、落花生(ピーナッツ)、えび、そば、かに	魚貝エキス、サバ、赤魚、ミーバイ、イカ、魚卵、きゅうり、パパイヤ、アーモンド、果物

※ 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。 ※ 給食を食べる前に、必ず内容を確認してください。

※ 配合表を基に表記しているため、表示義務7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。 ※ 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	牛乳 きびごはん 肉じゃが なっとう りんご	ぶたにく	こめ、きび じゃがいも、油、さとう	玉ねぎ、にんじん、こんにゃく グリーンピース、にんにく	小麦
2	火	牛乳 たけのごごはん こいのぼり型ハンバーグ ほうれん草のおかかあえ かしわもち	とりにく、かまぼこ とりにく、ぶたにく、大豆 とりにく、大豆、かつお節 あずき、寒天	こめ、油 油、さとう、でん粉 さとう 上新粉、さとう	たけのこ、にんじん、長ねぎ、しめじ、しいたけ 玉ねぎ、トマト、にんにく、しょうが ほうれん草、にんじん、はくさい	
8	月	牛乳 カレーうどん ごぼうサラダ メンチカツ	ぶたにく、なると とりにく、ちくわ、大豆 とりにく、豚肉、大豆	うどん(小麦)、さとう、油 ごま さとう、でん粉、油	玉ねぎ、にんじん、こまつな ごぼう、にんじん、きゅうり 玉ねぎ、しょうが、にんにく	りんご、小麦 小麦
9	火	牛乳 むぎごはん 牛丼 ごまじゃこあえ 豆乳プリン	牛肉、あぶらあげ チリメン、大豆 豆乳	こめ、むぎ 油、さとう ごま、さとう、ごま油 さとう、でん粉	玉ねぎ、にんじん、こんにゃく、しいたけ 長ねぎ、ピーマン、にんにく きゅうり、キャベツ、にんじん	
10	水	牛乳 (小)揚げパン (中)コッペパン コーンポタージュ ブロッコリーサラダ (中)マーシャルピーンズ	きな粉 脱脂粉乳(乳) とりにく、豆乳 ひよこ豆、ツナ、大豆 大豆、脱脂粉乳(乳)	パン(小麦粉・乳)、砂糖、油、黒糖 小麦粉、さとう、油 マーガリン(乳)、米粉、油 ごま、さとう さとう、ココア、油	コーン、玉ねぎ、にんじん、パセリ ブロッコリー、にんじん、きゅうり、赤ピーマン	小麦、乳 タンカン・レモン果汁
11	木	牛乳 きびごはん アーサ汁 ナーベラーンプシー アセロラゼリー	アーサ、豆腐 ぶたにく、ポーク、とうふ、みそ	こめ、きび 油 さとう	しょうが 玉ねぎ、へちま、にんじん アセロラ	りんご・レモン果汁
12	金	牛乳 カレーピラフ 大豆と豆腐のフライ ルクジュウのマリネ	まぐろ 大豆、とうふ、あおさ 魚すり身(イトヨリ・スケソウダラ) とうふ、とりにく	こめ、油、マーガリン(乳) パン粉(小麦)、油、米粉 ごま、さとう、でん粉 卵なしマヨネーズ、さとう	玉ねぎ、にんじん、マッシュルーム、コーン えだまめ、にんにく 玉ねぎ、にんじん、しいたけ 玉ねぎ、キャベツ、きゅうり、赤ピーマン シークワーサー果汁	ぶどう
15	月	牛乳 麦ごはん 沖縄風みそ汁 れんこんつくね パイン	ポーク、とうふ、みそ とりにく、大豆	こめ、むぎ 油、パン粉(小麦)、でん粉、さとう	キャベツ、金美にんじん、しめじ、山東菜 玉ねぎ、れんこん、しょうが パインアップル	
16	火	牛乳 むぎごはん マーボーどうふ パンサンスー シュウマイ	ぶたにく、豚レバー、大豆 とうふ、みそ ポーク、大豆 とりにく、豚肉、大豆	こめ、むぎ ごま油、でん粉 マロニー、ごま、さとう、ごま油 小麦粉、でん粉	玉ねぎ、たけのこ、にんじん にら、にんにく、しょうが にんじん、きゅうり、キャベツ、シークワーサー果汁 玉ねぎ、しょうが、にんにく	カキ・ホタテエキス 小麦、魚しょう ホタテエキス
17	水	牛乳 きびごはん 冬瓜のすりながし汁 きんぴらごぼう さくらんぼフレッシュゼリー	まぐろ ぶたにく、かまぼこ	こめ、きび でん粉 ごま、油、さとう、ごま油 さとう	とうがんと、きくらげ、にんじん、長ねぎ、しょうが ごぼう、にんじん、こんにゃく さくらんぼ、レモン果汁	
18	木	牛乳 (小)コッペパン (中)揚げパン 島野菜のチキンスープ パパイヤサラダ (小)マーシャルピーンズ	脱脂粉乳(乳) きな粉 とりにく、ベーコン 大豆、ツナ 大豆、脱脂粉乳(乳)	小麦粉、さとう、油 パン(小麦粉・乳)、さとう、油、黒糖 じゃがいも、油 卵なしマヨネーズ、さとう、ごま さとう、ココア、油	玉ねぎ、セロリ、人参、ズッキーニ、冬瓜、にんにく パパイヤ、豆苗、にんじん	レモン・ライム・ゆず果汁
19	金	牛乳 しそごはん ゆしどうふ ヌンクグラー オレンジ	ゆし豆腐 ぶたにく、あつあげ	こめ、さとう 油、さとう	しそ ねぎ、しょうが こんにゃく、だいこん、にんじん、こまつな オレンジ	
22	月	牛乳 わかめごはん 冬瓜のそぼろ煮 アスパラサラダ りんごゼリー	わかめ とりにく、大豆 ツナ、大豆	こめ、さとう 油、さとう、でん粉 ごま さとう	とうがんと、玉ねぎ、にんじん、しいたけ、えだまめ アスパラ、キャベツ、きゅうり、にんじん りんご	ブルー、魚しょう
23	火	牛乳 麦ごはん ポークカレー フルーツしらたま	ぶたにく、豚レバー、ひよこ豆	こめ、むぎ じゃがいも、マーガリン(乳)、米粉、油 白玉だんご、ゼリー(レモン)	玉ねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく みかん、ぶどう、りんご、シークワーサー果汁	小麦、りんご、デーツ
24	水	牛乳 うっちゃんライス 果産まぐろカツ ピーンズサラダ	とりにく まぐろ レンズ豆、ひよこ豆、だいず えんどうまめ、あずき	こめ、油 油、パン粉(小麦粉)、でん粉、さとう 玄米、卵なしマヨネーズ 麦、赤米、きび	にんじん、玉ねぎ、長ねぎ、コーン キャベツ、きゅうり、にんじん、えだまめ	タンカン・レモン果汁
25	木	牛乳 きびごはん はくさいのすまし汁 ホキのシークワーサーみそ焼き ぶどう	ぶたにく、とうふ、あぶらあげ ホキ、みそ	こめ、きび 卵なしマヨネーズ、さとう	はくさい、にんじん、こまつな シークワーサー果汁 ぶどう	
26	金	牛乳 スパゲティ・ナポリタン チキンナゲット マセドアンサラダ	ぶたにく、ベーコン とりにく、大豆 ポーク	スパゲッティ(小麦)、油 油、じゃがいも、さとう、でん粉 じゃがいも、卵なしマヨネーズ、さとう	にんじん、玉ねぎ、しめじ ピーマン、黄ピーマン、トマト にんにく、しょうが きゅうり、にんじん、コーン	りんご レモン・ライム・ゆず果汁
29	月	牛乳 麦ごはん はるさめスープ タコスミート タコライス チーズ せんキャベツ	とりにく ぶたにく、豚レバー、大豆 チーズ(乳) チーズ(乳)	こめ、むぎ はるさめ、ごま油 油	しめじ、にんじん、こまつな 玉ねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、トマト	りんご、小麦、乳成分
30	火	牛乳 アーサイリ炊き込みごはん あかうおのてりやき ウサチ	ぶたにく、あぶらあげ、アーサ あかうお 蓬わかめ、系かまぼこ	こめ、油 さとう ごま、さとう	にんじん、しいたけ、ねぎ しょうが キャベツ、きゅうり、こまつな、赤ピーマン シークワーサー果汁	
31	水	牛乳 全粒粉パン キャベツのクリーム煮 にんじんとコーンサラダ	脱脂粉乳(乳) とりにく、ベーコン、いんげん豆、豆乳 ツナ、大豆	小麦粉、全粒粉、さとう、油 じゃがいも、マーガリン(乳)、米粉、油 ごま、さとう	にんじん、キャベツ、ブロッコリー にんじん、金美にんじん、きゅうり、コーン	小麦、乳 タンカン・レモン果汁