

※「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),えび,そば,かに,くるみ                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  | 大豆,ごま,カシューナッツ,ヘーゼルナッツ,ピーカンナッツ(ペカンナッツ),アーモンド,ピスタチオ,甲殻類,いか,たこ,魚介類,まぐろ,赤魚,サーモン,魚卵,いくら,たらこ,貝類,あさり,ほたて,なす,ゴーヤー,とうがん,トマト,キウイフルーツ,さくらんぼ,バナナ,パイナップル,マンゴー |
| ※ 醤油と酢に含まれる「小麦」は表示してありませんが、微量の小麦成分が含まれております。<br>※ 豆腐などの豆製品類、しょうゆ、みそ、油等の調味料や食品添加物に含まれる「大豆」は表示してありませんが、大豆成分が含まれております。<br>※ 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。<br>※ 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。<br>※ 給食で使用するもずくやアーサ、あおさ、沖あみ、チリメンなどにエビ・カニが混ざる可能性があります。<br>※ 給食を食べる前に、必ず内容を確認してください。※ 材料、天候等により、献立を変更する場合があります。 |  |                                                                                                                                                  |

| 日     | 曜日 | こ ん だ て                                                                                                                                                | (あか)<br>おもに体をつくる<br>もとになる食品                    | (きいろ)<br>おもにエネルギーの<br>もとになる食品                                      | (みどり)<br>おもに体の調子を<br>整えるもとになる食品                                               | 調味料由来                        |
|-------|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| 1     | 水  | <br>コッペパン<br>カレーヌードルスープ<br>えだまめサラダ<br>チーズ                             | 脱脂粉乳<br>とりにく<br>ハム,ひじき<br>チーズ(乳)               | 小麦粉,さとう,油<br>スパゲッティ(小麦),小麦粉,油<br>さとう,ごま                            | にんにく,にんじん,たまねぎ,キャベツ,りんご,さとうきび,バガス<br>もやし,にんじん,えだまめ                            | 小麦                           |
| 2     | 木  | <br>むぎごはん<br>マーボー豆腐<br>くきわかめのナムル                                      | ぶたにく,ぶたレバー,とうふ,だいず,みそ<br>茎わかめ                  | こめ,麦<br>油,さとう,でん粉<br>ごま                                            | たまねぎ,にんじん,にら,ながねぎ,たけのこ,しいたけ,にんじくしょうが<br>もやし,きゅうり,にんじん                         | 小麦,魚介エキス(かき,ホタテ,魚鰾)<br>小麦,ごま |
| 3     | 金  | <br>むぎごはん<br>にしょくごはん(そぼろ)<br>にしょくごはん(あえもの)<br>じゃがいものみそしる              | とりにく,だいず<br>わかめ,みそ                             | こめ,麦<br>油,さとう<br>ごま油<br>じゃがいも                                      | しょうが<br>ほうれんそう,こまつな,もやし<br>たまねぎ,しめじ                                           |                              |
| 6     | 月  | <br>むぎごはん<br>さといもいりおつきみじる<br>ひじきいため<br>おつきみだんご                        | とりにく,油あげ,みそ<br>ひじき,ぶたにく,かまぼこ,だいず               | こめ,麦<br>里芋<br>油,さとう<br>上新粉,さとう,水あめ                                 | とうがん,にんじん,ながねぎ<br>にんじん,にら,こんにゃく                                               | 煮干しだし(いわし・あじ・さば)             |
| 7     | 火  | <br>コーンピラフ<br>トマトオムレツ<br>パパイアのツナあえ                                    | とりにく,ベーコン,ひよこめ<br>たまご,だいず,とりにく,ぶたにく<br>ツナ      | こめ,油<br>油,さとう<br>さとう,ごま油                                           | たまねぎ,にんじん,ピーマン,コーン,マッシュルーム,にんにく<br>たまねぎ,にんじん,トマト,にんにく<br>パパイア,きゅうり,にんじん,赤ピーマン |                              |
| 8     | 水  | <br>むぎごはん<br>ビーフストロガノフ<br>いんげんのだいずあえ                                  | ぎゅうにく,ぶたレバー<br>ツナ,だいず                          | こめ,麦<br>油,小麦粉,さとう<br>ごま油                                           | にんじん,たまねぎ,セロリー,マッシュルーム,にんにく,トマト<br>いんげん,にんじん                                  | 小麦                           |
| 9     | 木  | <br>むぎごはん<br>もずくどん<br>かきたまじる<br>カルフィッシュ                              | ぶたにく,もずく<br>たまご,とうふ<br>片口いわし                   | こめ,麦<br>油,さとう,でん粉<br>でん粉<br>でんぶん,さとう,こめ粉                           | たまねぎ,にんじん,コーン,えだまめ,しょうが<br>こまつな,にんじん,えのきたけ                                    |                              |
| 10    | 金  | <br>にくやさいそば(めん)<br>にくやさいそば(スープ)<br>にくやさいそば(ぐ)<br>まぐろカツ<br>ブルーベリータルト | ぶたにく,かまぼこ<br>まぐろ<br>とうにゅう,だいず                  | おきなわそば(小麦粉,油)<br>油,さとう<br>パン粉(小麦),でん粉,油,さとう<br>さとう,米粉,油,水あめ        | ねぎ<br>キャベツ,にんじん,たまねぎ,もやし,ねぎ<br>ブルーベリー果汁,こんにゃく                                 |                              |
| 秋 休 み |    |                                                                                                                                                        |                                                |                                                                    |                                                                               |                              |
| 20    | 月  | <br>あきのかおりごはん<br>ちくわのいそべやき<br>ごぼうサラダ                                | とりにく,油あげ<br>ちくわ,かつおぶし,青のり,とうにゅう<br>とりにく        | こめ,さつまいも,くり,油<br>卵なしマヨネーズ<br>ごま                                    | にんじん,しめじ,しいたけ,えだまめ<br>ごぼう,きゅうり,にんじん                                           | ごま                           |
| 21    | 火  | <br>むぎごはん<br>とうがんととりのおつゆ<br>くりコロッケ                                  | とりにく,こんぶ                                       | こめ,麦<br>じゃがいも,さつまいも,くり,小麦粉,パン粉(小麦),さとう,でん粉,油<br>さとう                | とうがん,にんじん,こまつな,しいたけ,しょうが<br>だいこん,きゅうり,もやし,シークワーサー果汁                           |                              |
| 22    | 水  | <br>なかよしパン<br>クラムチャウダー<br>ブロッコリーサラダ<br>みかんゼリー                       | 脱脂粉乳<br>ベーコン,あさり,貝柱,脱脂粉乳,白花生,白いんげん豆<br>だいず     | 小麦粉,さとう,油<br>じゃがいも,小麦粉,バター(乳),油<br>さとう,水あめ                         | にんじん,たまねぎ,セロリー,パセリ,マッシュルーム<br>ブロッコリー,カリフラワー,キャベツ,赤ピーマン,黄ピーマン<br>みかん果汁         | 小麦,乳                         |
| 23    | 木  | <br>むぎごはん<br>チムシンジ<br>スンシーイリチー<br>りんご                               | ぶたにく,ぶたレバー,みそ<br>ぶたにく,こんぶ,油あげ,かまぼこ             | こめ,麦<br>じゃがいも<br>さとう,油                                             | にんじん,だいこん,ねぎ,しょうが,にんにく<br>スンシー(たけのこ),にんじん,こんにゃく<br>りんご                        |                              |
| 24    | 金  | <br>むぎごはん<br>ワントンスープ<br>あつあげのみそいため<br>カーブチー                         | とりにく,ワントン(大豆,豚肉)<br>ぶたレバー,あつあげ,ぶたにく,みそ         | こめ,麦<br>ワントン(小麦粉,ごま)<br>油,さとう,でん粉                                  | にんじん,はくさい,ねぎ,しょうが<br>しいたけ,たけのこ,にんじん,キャベツ,チンゲンサイ,にんにく,しょうが<br>カーブチー            |                              |
| 27    | 月  | <br>くろまいごはん<br>イナムドゥチ<br>クービーリチー<br>グルクンのからあげ                       | ぶたにく,かまぼこ,あつあげ,みそ<br>ぶたにく,かまぼこ,こんぶ<br>グルクン     | こめ,黒米<br>油,さとう<br>小麦粉,でん粉,油                                        | こんにゃく,しいたけ<br>だいこん,こんにゃく                                                      |                              |
| 28    | 火  | <br>むぎごはん<br>ちゅうかスープ<br>こまつなのオイスターソースいため<br>かき                      | とりにく,とうふ<br>ぶたにく                               | こめ,麦<br>でん粉,ごま油<br>油,ごま油,さとう,でん粉                                   | にんじん,チンゲンサイ,コーン<br>にんにく,こまつな,たまねぎ,にんじん,しめじ,たけのこ<br>かき                         | 魚介エキス(かき,ホタテ,魚鰾)             |
| 29    | 水  | <br>むぎごはん<br>きのこカレー<br>ごしゅめめサラダ                                     | ぶたにく<br>青えんどう豆,ひよこ豆,白いんげん豆,赤いんげん豆,うずら豆,ツナ      | こめ,麦<br>じゃがいも,小麦粉,油<br>卵なしマヨネーズ,さとう                                | たまねぎ,にんじん,えのきたけ,しめじ,エリンギ,マッシュルーム,にんにく,りんご,さとうきび,バガス<br>キャベツ,ブロッコリー            | 小麦                           |
| 30    | 木  | <br>もちきびごはん<br>さかなじる<br>ふイリチー<br>ちんすこう<br>べにいもパン                    | まぐろ,とうふ,みそ<br>ぶたにく,たまご<br>おから<br>脱脂粉乳          | こめ,もちきび<br>ふ(小麦),油<br>小麦粉,さとう,ラード<br>小麦粉,さとう,油,紅芋                  | とうがん,にんじん,はくさい,ながねぎ<br>にんじん,もやし,からしな                                          |                              |
| 31    | 金  | <br>しまかぼちゃスープ<br>チーズふうソースインハンバーグ<br>アーモンドサラダ<br>ミルメーク(ココア)          | 脱脂粉乳<br>ベーコン,白花生,白いんげん豆,とうにゅう<br>とりにく,ぶたにく,だいず | 小麦粉,さとう,油,紅芋<br>油,小麦粉<br>豚脂,油,さとう,でん粉<br>アーモンド,さとう,卵なしマヨネーズ<br>さとう | かぼちゃ,たまねぎ,にんにく<br>たまねぎ,トマト,にんにく,しょうが<br>ブロッコリー,キャベツ,コーン                       | ココア                          |