

令和5年6月 詳細献立表（アレルギー）

※「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	タコ、イカ、貝類、ココナッツ、キウイ、マンゴー、パパイヤ、

※ 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。
 ※ 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。
 ※ 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。
 ※ 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ない場合があります。
 ※ 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)	(きいろ)	(みどり)	調味料
				おもに体をつくる もとなる食品	おもにエネルギーの もとなる食品	おもに体の調子を 整えるもとなる食品	
1	木	牛乳	五目ごはん ちくさやき ゴーヤ入り豚しゃぶサラダ	ぶたにく、ひじき、あぶらあげ、かまぼこ、大豆 たまご、とりにく、チーズ(乳) ぶたにく	こめ、あぶら あぶら、さとう、でんぷん ごま、ドレッシング	にんじん、しいたけ、ごぼう、ねぎ たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、しいたけ ゴーヤ、キャベツ、きゅうり、赤ピーマン、コーン	小麦、卵、乳
2	金	牛乳	ゆかりごはん アーサ入りゆし豆腐 とり肉とれんこんの甘辛煮 ソフール	ゆし豆腐、アーサ とりにく、大豆、かまぼこ 脱脂粉乳、クリーム(乳)、ゼラチン	こめ、さとう あぶら、さとう さとう	しそ とうがん れんこん、にんじん、しいたけ、いんげん、こんにゃく 寒天	乳
5	月	牛乳	きびごはん 豚汁 レンコンつくね だいたまから ミルクココア	ぶたにく、あつあげ、みそ とりにく 大豆、アーモンド	こめ、もちきび 里芋 あぶら、パン粉(小麦)、でんぷん、さとう さつまいも、さとう さとう、ココア	だいこん、にんじん、ねぎ、こんにゃく、しいたけ たまねぎ、れんこん、しょうが	小麦
6	火	牛乳	中華丼(むぎごはん) 中華丼(ぐ) きり干し大根のちゅうかあえ アセロラミルク	ぶたにく、イカ、うずらたまご かまぼこ とりにゅう	こめ、むぎ でんぷん、あぶら、ごま油 さとう、ごま、ドレッシング(小麦) さとう、あぶら、でんぷん	はくさい、たまねぎ、にんじん、くわい、たけのこ、 きくらげ、きぬさや きりぼしだいこん、きゅうり、もやし アセロラ	餅、お餅、 小麦
7	水	牛乳	野菜そば(めん) 野菜そば(汁、ぐ) ミミガー和え 黒糖ビーンズ	ぶたにく、かまぼこ ぶたにく、みそ 大豆	小麦粉、あぶら ごま、さとう 黒糖	からしな、キャベツ、にんじん もやし、きゅうり、シークワーサー	小麦
8	木	牛乳	きびごはん よくかむふりかけ 厚揚げのもの 子持ちししゃもフライ	わかめ、ひじき、かつお節 ぶたにく、あつあげ、こんぶ、大豆 ししゃも、大豆	こめ、さとう、でんぷん、じゃがいも あぶら、さとう パン粉(小麦)、小麦粉、でん粉、油	うめ だいこん、にんじん、こんにゃく、いんげん	
9	金	牛乳	コーンピラフ チーズオムレツ しゃきしゃきサラダ	とりにく、ベーコン、ひよこ豆 たまご、チーズ(乳) とりにく	こめ、油(乳)、あぶら でんぷん、あぶら ドレッシング	にんにく、にんじん、たまねぎ、ピーマン、コーン れんこん、にんじん、きゅうり	卵、乳、小麦
12	月	牛乳	むぎごはん 肉じゃが 魚のしょうが焼き 白菜のごまあえ	ぶたにく さば さば	こめ、むぎ じゃがいも、さとう、あぶら さとう ごま、ごま油、さとう	にんじん、こんにゃく、たまねぎ、グリーンピース しょうが はくさい、もやし、にんじん	
13	火	牛乳	きびごはん ワンタンスープ 揚げぎょうざ パンパンジーサラダ くだもの	ワンタン(小麦)、とりにく ぶたにく とりにく	こめ、もちきび でんぷん、さとう、こむぎ、でんぷん、あぶら ごま、ドレッシング(小麦、お餅)	にんじん、しいたけ、きくらげ、はくさい、こまつな キャベツ、たまねぎ、にら もやし、きゅうり、にんじん オレンジ	小麦
14	水	牛乳	あみパン はくさいのクリーム煮 ささみチーズ焼き キャベツのビタミンサラダ	脱脂粉乳 とりにく、ベーコン とりにく、チーズ(乳) とりにく	こむぎ、さとう、あぶら じゃがいも、こめ、あぶら 小麦粉、パン粉(小麦)、あぶら、でん粉 さとう、あぶら	はくさい、たまねぎ、にんじん ほうれんそう キャベツ、きりぼしだいこん、えだまめ、赤ピーマン、 シークワーサー果汁	乳、小麦
15	木	牛乳	むぎごはん おきなわ風みそ汁 千切りイリチー 五目かまぼこ くだもの	ぶたにく、あつあげ、みそ ぶたにく、こんぶ、かまぼこ、あぶらあげ 魚すり身	こめ、むぎ さとう、あぶら さとう、でんぷん、あぶら	とうがん、にんじん、チンゲンサイ、えのき きりぼしだいこん、こんにゃく キャベツ、えだまめ、コーン、にんじん、たまねぎ りんご	
16	金	牛乳	きびごはん けんちん汁 魚のみそゆうあん焼き ごぼうサラダ	どうぶ、あぶらあげ あかうお、みそ ひじき、とりにく	こめ、もちきび さといも、ごま油 さとう たまごなしマヨネーズ、ドレッシング(小麦)、さとう	だいこん、にんじん、こんにゃく、長ねぎ ごぼう、にんじん、きゅうり	
19	月	牛乳	げんまいごはん チムシンジ 魚のてりやきソースがけ ブロッコリーのおかか和え くだもの	ぶたにく、みそ さば チーズ(乳)、かつお節	こめ、玄米 さとう、ごま あぶら	だいこん、にんじん、にら、しょうが しょうが ブロッコリー、キャベツ、もやし、にんじん ぶどう	
20	火	牛乳	ざっこくごはん スピニッチカレー たくあんのごまあえ やきうどん	とりにく、ぶたにく とりにく、ぶたにく ぶたにく、なると	こめ、もちきび、黒米、赤米 じゃがいも、あぶら、あぶら(乳)、こめ ごま、ごま油 うどん(小麦)、あぶら	にんじん、たまねぎ、ほうれんそう、にんにく もやし、たくあん、きゅうり にんにく、しょうが、にんじん、はくさい、こまつな、 しいたけ、きくらげ	乳、小麦
21	水	牛乳	カツオフライ ルクジュアとチリメンのマリネ あまがし	かつお あつあげ、チリメン 金時豆、緑豆	でんぷん、パン粉(小麦)、こむぎ、あぶら たまごなしマヨネーズ、さとう さとう、こくとう、むぎ	たまねぎ、きゅうり、シークワーサー果汁	小麦
22	木	牛乳	ポロポロジュシー 焼きいも 厚揚げの野菜あんかけ	ツナ あつあげ、とりにく、だいず	こめ、むぎ さつまい さとう、でんぷん、あぶら	カンタパー にんじん、たまねぎ、ピーマン、しいたけ、きくらげ、しょうが	
26	月	牛乳	きびごはん スンドゥブ ショーロンポー もやしのナムル 黒ごまプリン	ぶたにく、とうふ、たまご、みそ ぶたにく、とりにく ぶたにく、とりにく 牛乳、全粉乳	こめ、もちきび でんぷん、あぶら、はるさめ、さとう、小麦粉 さとう、ごま、ドレッシング(小麦)	たまねぎ、にら、きくらげ、チンゲンサイ、 白菜キムチ(小麦、さば) たまねぎ、キャベツ もやし、にんじん、きゅうり、きくらげ、こんにゃく	餅、お餅、 乳
27	火	牛乳	むぎごはん 大根の煮つけ チーズおから 給食のり くだもの	ぶたにく、あつあげ、こんぶ とりにく、おから、チーズ(乳)、牛乳 のり、にぼし、かつお	こめ、むぎ あぶら、さとう さとう、あぶら さとう	だいこん、にんじん、こんにゃく、いんげん にんじん、たまねぎ、ねぎ ずもも	小麦
28	水	牛乳	全粒粉パン ストロベリージャム ポークビーンズ ほうれんそうのソテー	脱脂粉乳 ひよこ豆、えんどう豆、いんげん豆、ポーク ベーコン	小麦粉、全粒粉、さとう、あぶら さとう じゃがいも、さとう、あぶら あぶら(乳)	いちご たまねぎ、にんじん、セロリー、にんにく、トマト ほうれんそう、コーン、にんじん	
29	木	牛乳	きびごはん さかなのみそ汁 レバーの揚げ煮 しおごまサラダ	あかうお、わかめ、あぶらあげ、みそ ぶたにく、みそ のり	こめ、もちきび でんぷん、じゃがいも、あぶら、さとう、ごま ごま、ドレッシング	しいたけ、長ねぎ、しょうが しょうが キャベツ、きゅうり、にんじん	
30	金	牛乳	キムタクごはん とうふハンバーグ 春雨とササミの中華和え ナッツと魚	ぶたにく とうふ、魚すり身、とりにく、だいず とりにく アーモンド、カタクチイワシ	こめ、ごま油、あぶら やまいも、あぶら、さとう、でんぷん はるさめ、さとう、ごま油、ごま かぼちゃの種、ごま、さとう、あぶら	にんじん、きくらげ、はくさい、白菜キムチ(小麦、さば)、 たくあん、えだまめ たまねぎ、にんじん、ねぎ、れんこん きゅうり、もやし、にんじん	