

令和7年10月

詳細献立表(アレルギー)

鏡原学校給食センター

917-3492

※「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、ソバ、カニ、くるみ	魚類、魚卵、イカ、タコ、貝類、大豆、ナッツ類、アーモンド、キウイフルーツ、マンゴー、アボカド

※ 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。

※ 油・しょうゆ・みそ・ソース・ドレッシング・マーガリン・乳なしマーガリン・卵なしマヨネーズ・ツナに含まれる「大豆」は表示しておりませんが、大豆成分が含まれております。

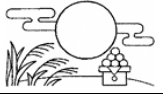
※ 給食で使用するもずくやアーサ、チリメン、しらす、のりなどには、ごく微量のエビ・カニが混ざる可能性があります。

※ 事前に必ずご家庭で内容を確認し、必要に応じてお子様と給食の対応方法について確認をしてください。

※ 詳しい情報が必要な方、または不明な点がある場合は、給食室(給食センター)までお問い合わせください。

※ 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。



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	水	きなこあげパン 肉だんごスープ ブロッコリーとマカロニのサラダ	きなこ(大豆) 肉だんご(大豆) ツナ(まぐろ)	コッペパン(小麦・乳)、油、さとう、くろざとう はるさめ、ごま油 マカロニ(小麦)、さとう、卵なしマヨネーズ	はくさい、チンゲンサイ、にんじん、しいたけ、きくらげ しょうが ブロッコリー、きゅうり、コーン	
2	木	ごはん とうふとわかめのみそ汁 いわしのみそ煮 梅かつおあえ	とうふ、わかめ、みそ いわし、みそ かつおぶし	こめ さとう、でんぶん さとう、ドレッシング(かつお節エキス・魚醤)	だいこん、えのきたけ、長ねぎ しょうが こまつな、もやし、にんじん、うめ	
3	金	もずく丼(麦ごはん) もずく丼(具) キャベツと厚揚げのみそ汁 焼きぐりコロッケ	ぶた肉、もずく あつあげ、みそ	こめ、おおむぎ 油、さとう、でんぶん くり、さつまいも、じゃがいも、こむぎこ パンこ(小麦)、でんぶん、さとう、油	たまねぎ、にんじん、コーン、えだまめ、しょうが キャベツ、にんじん、しめじ、ねぎ	
6	月	親子丼(麦ごはん) 親子丼(具) お月見汁 お月見だんご	とり肉、たまご、こうやどうふ とりだんご(小麦・大豆)、とうふ、みそ	こめ、おおむぎ さとう、油、でんぶん さといも しょうしんこ、さとう、でんぶん	たまねぎ、えのきたけ、にら だいこん、にんじん、長ねぎ	
7	火	麦ごはん マーボーどうがん	ぶた肉、ぶたレバー、とうふ、だいず、みそ	こめ、おおむぎ 油、でんぶん	どうがん、だいこん、たまねぎ、にんじん、にら、長ねぎ たけのこ、しいたけ、にんにく、しょうが キャベツ、きゅうり	かきエキス
8	水	和風スパゲッティー 白身魚フライ 大豆サラダ	とり肉、ちくわ スケソウダラ だいず、とり肉	スパゲッティー(小麦・乳)、油、乳なしマーガリン こむぎこ、パンこ(小麦)、でんぶん、こめこ、油 ドレッシング	にんじん、たまねぎ、ピーマン、えのきたけ、しめじ、にんにく ブロッコリー、キャベツ、赤ピーマン、コーン	オイスターソース(かき・魚醤)
9	木	麦ごはん とり肉とシブイのおつゆ ルクジュアグラーのサラダ 県産まぐろのアンダンスー やきのり	とり肉、こんぶ ルクジュアグラー(あつあげ) まぐろ、だいず、みそ のり	こめ、おおむぎ ドレッシング(ホタテエキス・かつお節エキス) さとう、油、ごま	どうがん、にんじん、しいたけ、パクチョイ、しょうが キャベツ、きゅうり、ゴーヤー、赤ピーマン、コーン しょうが	
10	金	麦ごはん チキンカレー 目にやさしいサラダ お米のブルーベリータルト	とり肉、とりレバー、白いんげん豆 ツナ(まぐろ) とうにゅう(大豆)、だいず	こめ、おおむぎ 油、こむぎこ、乳なしマーガリン さとう、油 さとう、こめこ、油、でんぶん	たまねぎ、にんじん、ピーマン、かぼちゃ、にんにく にんじん、キャベツ、ブロッコリー、ほうれんそう、シークワサー ブルーベリー、こんにゃく	小麦・大豆
秋 休 み						
20	月	ハヤシライス(麦ごはん) ハヤシライス(ソース) ヨーグルトあえ	ぶた肉 ヨーグルト(乳)	こめ、おおむぎ こむぎこ、乳なしマーガリン、油	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリーンピース、にんにく バナナ、みかん、黄桃(もも)、ナタデココ	小麦・大豆
21	火	ごはん なめこ汁 さばの塩こうじ焼き 五目さんぴら	とうふ、わかめ、みそ さば ぶた肉、ちくわ	こめ 油、さとう、ごま油、ごま	だいこん、なめこ、長ねぎ ごぼう、たけのこ、にんじん、ピーマン、こんにゃく	
22	水	カルシウムごはん はるさめスープ チンジャオロースー	とり肉 ぶた肉	こめ、カルシウム強化米(貝由来カルシウム) はるさめ じゃがいも、油、さとう、でんぶん、ごま油	はくさい、にんじん、えのきたけ、長ねぎ、しょうが ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン、たまねぎ、しょうが にんにく	オイスターソース (かき・ホタテ・魚醤)
23	木	野菜シュウマイ 秋の香りごはん あつやきたまご 千草(ちぐさ)あえ ぶどうゼリー	魚のすりみ、だいず とり肉、かまぼこ、あぶらあげ たまご とり肉、ひじき	こめ、油 油、さとう ごま、ごま油、さとう さとう、でんぶん	たまねぎ、にんじん、コーン、エリンギ、しめじ、ひらたけ、しょうが にんじん、しめじ、しいたけ、えだまめ もやし、きゅうり、こまつな、にんじん ぶどう	
24	金	アーサゆしどうふそば(めん) アーサゆしどうふそば(汁) ぶたしゃぶサラダ アーモンドフィッシュ	ゆしどうふ、アーサ、かまぼこ ぶた肉 カタクチイワシ	こむぎこ、油 ドレッシング アーモンド、ごま、さとう、でんぶん	長ねぎ きゅうり、ゴーヤー、赤ピーマン、キャベツ、コーン	
27	月	黒米ゆかりごはん ななみ汁 ごぼう巻きかまぼこ クレープリチー	ぶたなかみ、ぶた肉 魚のすりみ ぶた肉、こんぶ、かまぼこ	こめ、くろまい、さとう さとう、でんぶん、油 油、さとう	赤しそ しいたけ、こんにゃく、しょうが ごぼう にんじん、きりぼしだいこん、こんにゃく	
28	火	麦ごはん 肉じゃが 焼き子持ちシシャモ ブロッコリーのおかかあえ	ぶた肉 こもちししゃも かつおぶし	こめ、おおむぎ じゃがいも、油、さとう、くろざとう ドレッシング	たまねぎ、にんじん、こんにゃく、きぬさや、しょうが ブロッコリー、きゅうり、にんじん	
29	水	ぶた丼(麦ごはん) ぶた丼(具) 厚揚げと小松菜のみそ汁 オレンジ	ぶた肉 あつあげ、みそ	こめ、おおむぎ 油、さとう	たまねぎ、にんじん、ピーマン、こんにゃく、にんにく、しょうが こまつな、どうがん、しめじ オレンジ	
30	木	麦ごはん フェジョン ヴィナグレッツサラダ チーズ ミルメーク(コーヒー)	ぶた肉、ウインナー、ひよこ豆 青えんどう豆、赤いんげん豆 とり肉 チーズ(乳)	こめ、おおむぎ じゃがいも、さとう、油 さとう、油 さとう、コーヒー	たまねぎ、にんじん、トマト、にんにく キャベツ、たまねぎ、きゅうり、赤ピーマン、黄ピーマン	
31	金	なかよしパン パンパキンスープ ハンバーグ カラフルサラダ	だっしふんにゅう(乳) とり肉、ベーコン、白いんげん豆 だっしふんにゅう(乳) ハンバーグ(大豆) ツナ(まぐろ)	こむぎこ、さとう、油 油、乳なしマーガリン さとう、でんぶん ドレッシング	かぼちゃ、たまねぎ、にんにく、コーン、パセリ トマト ブロッコリー、カリフラワー、きゅうり、赤ピーマン、えだまめ、コーン	小麦・大豆