

令和7年12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(ししゃも・いくら)、イカ、タコ、貝類(あさり・ほたて)、大豆、牛肉、豚肉、鶏肉、ナッツ類(ピスタチオ・カシューナッツ)、ごま、キウイフルーツ、バナナ、もも、マンゴー、りんご、梨、梅
※ 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サリ、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	月	麦ごはん チキンストロガノフ だいずサラダ	鶏肉、とりレバー、だっしふんにゅう(乳)	こめ、おおむぎ 油、こむぎこ、乳なしマーガリン、さとう	にんじん、たまねぎ、セロリ、しめじ、マッシュルーム トマト、にんにく	小麦・牛肉・豚肉 鶏肉・りんご
2	火	麦ごはん アサリ汁 いわしのみそ煮 豚肉とこんにやくのいり煮	とうふ、アサリ ぶた肉、かまぼこ	こめ、おおむぎ さとう、てんぷん 油、さとう、ごま油、ごま	しょうが しょうが こんにやく、にんじん、ピーマン、たけのこ、しょうが	
3	水	ココアあげパン 冬野菜のポトフ 根菜サラダ キャンディーチーズ	だっしふんにゅう(乳) とり肉、ウィンナー(鶏肉・豚肉)、白インゲンまめ ツナ(まぐろ) チーズ(乳)	コッペパン(小麦・乳)、油、さとう、ココア じゃがいも、油 ドレッシング(ごま)、さとう、ごま	だいこん、はくさい、ブロッコリー、たまねぎ、にんじん れんこん、ごぼう、きゅうり、にんじん、コーン	鶏肉・牛肉・大豆
4	木	ゆかりごはん うちなーみそ汁 フータンチャー オレンジ	ぶた肉、とうふ、みそ ぶ(小麦)、たまご、ポーク(豚肉・鶏肉)	こめ、さとう 油	赤しそ とうがん、にんじん、こまつな、にんにく キャベツ、からしな、にんじん、もやし オレンジ	
5	金	中華おこわ 鶏肉と野菜の中華あえ 多菜包子(ターサイパオズ)	ぶた肉、とり肉 とり肉 ぶた肉、とり肉、ひじき	こめ、もちごめ、油、ごま油、さとう さとう、ごま油、ごま こむぎこ、てんぷん、パンコ(小麦)、さとう、油 ごま油、ラード(豚肉)	たけのこ、しいたけ、にんじん、長ねぎ、えだまめ、しょうが キャベツ、にんじん、ほうれんそう、きりぼしだいこん キャベツ、たまねぎ、しょうが	かき・ほたて・魚類・鶏肉 鶏肉 かき
8	月	すきやきうどん たまご焼き 鏡原中1年生 欠食 厚揚げと野菜のツナあえ	ぶた肉 たまご あつあげ、ツナ(まぐろ)	うどん(小麦)、あぶら、さとう 油、てんぷん さとう、ごま油、ごま	はくさい、にんじん、長ねぎ、えのきたけ、ほうれんそう こまつな、パパイア、赤ピーマン	
9	火	麦ごはん 切干大根のみそ汁 さばのつけ焼き ひじき炒め	ぶた肉、みそ さば ひじき、ぶた肉、ちくわ、だいず	こめ、おおむぎ さとう 油、さとう	きりぼしだいこん、にんじん、えのきたけ、ねぎ しょうが にんじん、にら、こんにやく	
10	水	麦ごはん 冬野菜のキーマカレー ポテトビーンズサラダ	ぶた肉、とりレバー、だいず、白インゲンまめ ハム(豚肉・大豆・乳)、ひよこまめ 青えんどうまめ、赤いんげんまめ	こむぎこ、乳なしマーガリン、油 じゃがいも、さとう、卵なしマヨネーズ	にんじん、たまねぎ、ほうれんそう、はくさい、だいこん トマト、にんにく、しょうが、りんご にんじん、コーン	小麦・牛肉・鶏肉 大豆・りんご
11	木	麦ごはん 中華コーンスープ 厚揚げの中華いため シウマイ	とり肉、だいず あつあげ、ぶた肉、みそ とり肉、ぶた肉、だいず	こめ、おおむぎ てんぷん 油、ごま油、てんぷん こむぎこ、パンコ(小麦)、さとう、てんぷん、ラード(豚肉)	コーン、たまねぎ、えのきたけ、ほうれんそう キャベツ、たまねぎ、にんじん、にんにく、め、たけのこ、しょうが コーン、にんじん、たまねぎ、ほうれんそう、しょうが	鶏肉 小麦・大豆
12	金	げんまい入りごはん 豚肉とじゃがいものみそ汁 かぼちゃひき肉フライ こまつなサラダ	ぶた肉、みそ ぶた肉、だいず ツナ(まぐろ)	こめ、げんまい じゃがいも さとう、ラード(豚肉)、てんぷん パンコ(小麦)、こむぎこ、油 さとう、ごま油、ごま	たまねぎ、しめじ、長ねぎ かぼちゃ、たまねぎ こまつな、だいこん、もやし、にんじん	
15	月	麦ごはん マーボー大根 鏡原中2年生 欠食 春雨サラダ ミルメーク(ココア味) 親子丼(麦ごはん)	ぶた肉、ぶたレバー、とうふ、だいず、みそ かまぼこ、わかめ だいず	こめ、おおむぎ 油、てんぷん はるさめ、さとう、ごま、ごま油 さとう、ココア	だいこん、たまねぎ、にんじん、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・牛肉・豚肉 ごま・鶏肉
16	火	親子丼(具) あさりのみそ汁 りんご 鏡原中2年生 欠食	とり肉、たまご、こうやどうふ(大豆) あさり、とうふ、わかめ、みそ	こめ、おおむぎ さとう、油、てんぷん	たまねぎ、えのきたけ、きぬさや だいこん、長ねぎ りんご	
17	水	コッペパン 白菜と肉だんごのクリーム煮 鏡原中2年生 欠食 チキンとブロッコリーのサラダ ブルーベリージャム	だっしふんにゅう(乳) 肉だんご(鶏肉・小麦・大豆) ベーコン(豚肉) とり肉	こむぎこ、油、さとう じゃがいも、こむぎこ、乳なしマーガリン 油 ドレッシング さとう	たまねぎ、にんじん、はくさい、ほうれんそう、しめじ にんにく ブロッコリー、カリフラワー、きゅうり、赤ピーマン、コーン ブルーベリー	小麦・鶏肉・豚肉
18	木	もちきびごはん チムシンジ シマナーチャンプルー 鏡原中2年生 欠食 紅いもごまだんご	ぶた肉、ぶたレバー、みそ とうふ、ツナ(まぐろ)、かまぼこ	こめ、もちきび じゃがいも 油 べにいも、もちこ、しらたまこ、さとう、ごま ラード(大豆・牛肉・豚肉)、油	にんじん、だいこん、ねぎ、にんにく、しょうが からしな、にんじん、もやし	
19	金	冬至(トウジン) ジューシー きびなごのかりかりフライ ゆず香りあえ 鏡原中2年生 欠食	ぶた肉、かまぼこ きびなご とり肉、かつおぶし	こめ、油、さといも さとう、じゃがいも、てんぷん、こめ、げんまい、油 さとう、ドレッシング(鶏肉・豚肉・りんご・ほたて)	にんじん、ねぎ、しいたけ、しょうが しょうが はくさい、きゅうり、にんじん、きりぼしだいこん	鶏肉・豚肉・りんご りんご
22	月	麦ごはん じゃが豚キムチ 鏡原中2年生 欠食 わかめと野菜のごま塩ナムル ヨーグルト	ぶた肉、油あげ ちくわ、わかめ 脱脂粉乳、全粉乳、ゼラチン	こめ、おおむぎ じゃがいも、油、さとう、ごま油 ごま、ドレッシング(大豆・ごま) さとう	キムチ(さば・かつお・りんご)、にんじん、たまねぎ にら、こんにやく、にんにく、しょうが キャベツ、きゅうり、にんじん 寒天	
23	火	バジルスパゲッティー 魚のコーンマヨ焼き チーズサラダ 鏡原中2年生 欠食	とり肉、ベーコン(豚肉) 銀ヒラス チーズ(乳)	スパゲッティー(小麦)、油 卵なしマヨネーズ クルトン(小麦・乳・大豆)、ドレッシング	たまねぎ、にんじん、エリンギ、しめじ、いんげん、にんにく、パプリカ コーン ブロッコリー、キャベツ、きゅうり、赤ピーマン	牛肉・大豆・小麦
24	水	麦ごはん おでん アーモンドあえ 味つけのり 鏡原中2年生 欠食	ぶた肉、肉だんご(小麦・大豆・鶏肉) こんぶ、ちくわ、あつあげ がんもどき(大豆・ごま) とり肉 のり	こめ、おおむぎ 油、さとう アーモンド、さとう	だいこん、こんにやく にんじん、こまつな、キャベツ、コーン	
25	木	チキンライス チキンのポパイチーズ焼き カラフルサラダ クリスマスケーキ	とり肉、ベーコン(豚肉)、だいず、ひよこ豆 とり肉、チーズ(乳) ツナ(まぐろ) とうにゅう(大豆)	こめ、油、乳なしマーガリン こむぎこ、パンコ(小麦・大豆)、油 ドレッシング(鶏肉・豚肉・りんご) さとう、こめ、ココア、てんぷん、油	たまねぎ、にんじん、しめじ、ピーマン、赤ピーマン 黄ピーマン、にんにく ほうれんそう ブロッコリー、カリフラワー、きゅうり、赤ピーマン、コーン、えだまめ あんず	りんご・鶏肉