

※「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(あざり・ほたて)、大豆、牛肉、豚肉、鶏肉、ナツツ類(ピスタチオ・カシュー・ナツツ)、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。

※ 給食で使用するもしくアーサー、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 もどになる食品	(きいろ) おもにエネルギーの もどになる食品	(みどり) おもに体の調子を 整えるもどになる食品	調味料由来
1	月	麦ごはん 牛乳	とり肉、とりレバー、だしふんにゅう(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、ゼロリー、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 牛乳	だいすりサラダ だいすり、ツナ(まぐろ)	ドレッシング(鶏肉・豚肉・りんご)	プロッコリー、キャベツ、赤ビーマン、コーン	
3	水	麦ごはん 牛乳	とうふ、アーサー いわしのみそ煮 豚肉とこんにゃくのいり煮	こめ、おおむぎ さとう、げんぶん 油、さとう、ごま油、ごま	しょうが こんにゃく、にんじん、ビーマン、たけのこ、しょうが	
4	木	麦ごはん 牛乳	ココアあげパン 冬野菜のボトフ 根菜サラダ	だっしんにゅう(乳) とり肉、ウインナー(鶏肉・豚肉)、白インゲンまめ ツナ(まぐろ)	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、ほくさい、プロッコリー、たまねぎ、にんじん 鶏肉・牛肉・大豆
5	金	中華おこわ 牛乳	ゆかりごはん うちなーみそ汁 フーターシャー 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 どうがん、にんじん、こまつな、にんにく 油 キヤベツ、からしな、にんじん、もやし オレンジ	
8	月	すきやきうどん 牛乳	すきやきうどん	ぶた肉	うどん(小麦)、あぶら、さとう	ほくさい、にんじん、長ねぎ、えのきたけ、ほれんそう
鏡原中1年生 欠食		たまご焼き	たまご	油、でんぶん		
厚揚げと野菜のツナあえ		あつあげ、ツナ(まぐろ)		さとう、ごま油、ごま	こまつな、パパイヤ、赤ビーマン	
9	火	麦ごはん 牛乳	切干大根のみそ汁 さばのつけ焼き ひじき炒め	こめ、おおむぎ さとう ひじき、ぶた肉、ちくわ、だいすり	きりぼしだいこん、にんじん、えのきたけ、ねぎ さとう 油、さとう	にんじん、にら、こんにゃく
10	水	麦ごはん 牛乳	冬野菜のキーマカレー ボテトピーンズサラダ	ぶた肉、とりレバー、だいすり、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	こめ、おおむぎ 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、さとうがりんご
11	木	麦ごはん 牛乳	中華コーンスープ 厚揚げの中華いため シュウマイ	こめ、おおむぎ でんぶん あつあげ、ぶた肉、みそ とり肉、ぶた肉、だいすり	コーン、たまねぎ、えのきたけ、ほうれんそう 油、ごま油、でんぶん ごむぎこ、シコ(小麦)、さとう、でんぶん、ラード(豚肉)	鶏肉 小麦・大豆
12	金	げんまい入りごはん 牛乳	豚肉とじゃがいものみそ汁 かぼちゃひき肉フライ こまツナサラダ	こめ、げんまい ぶた肉、みそ ぶた肉、だいすり ツナ(まぐろ)	じゃがいも さとう、ラード(豚肉)、でんぶん パシコ(小麦)、ごむぎこ、油	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 牛乳	マーポー大根 春雨サラダ ミルメーク(ココア味)	ぶた肉、ぶたレバー、とうふ、だいすり、みそ かまぼこ、わかめ だいすり	油、でんぶん 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、さとうがり キヤベツ、きゅうり
鏡原中2年生 欠食		親子丼(麦ごはん)	こめ、おおむぎ			
親子丼(具)		親子丼(具)	さとう、油、でんぶん		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、さとうがり	かき・牛肉・豚肉 ごま・鶏肉
あさりのみそ汁		あさりのみそ汁	あさり、とうふ、わかめ、みそ			だいこん、長ねぎ
りんご		りんご				りんご
17	水	コッペパン 白菜と肉だんごのクリーム煮 牛乳	だっしんにゅう(乳) 肉だんご(鶏肉・小麦・大豆) ペークーン(豚肉)	こむぎこ、油、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	小麦・鶏肉・豚肉
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	とり肉 ドレッシング	さとう	プロッコリー、カリフラワー、きゅうり、赤ビーマン、コーン ブルーベリー	
18	木	もちきびごはん 牛乳	もちシングジ シマーナーチャンプルー 紅いもごまだんご	こめ、もちきび ぶた肉、ぶたレバー、みそ とうふ、ツナ(まぐろ)、かまぼこ	じゃがいも さとう、ごま油	にんじん、だいこん、ねぎ、にんにく、さとうがり からしな、にんじん、もやし
鏡原中2年生 欠食						
19	金	冬至(トゥンジー)ジューシー 牛乳	ぶた肉、かまぼこ きびなごのカリカリフライ ゆず香りあえ	こめ、油、さとう さとう、じゃがいも、でんぶん、こめこ、げんまい、油	にんじん、ねぎ、しいたけ、さとうがり さとう、じゃがいも、にんにく、さとうがり	鶏肉・豚肉・りんご
22	月	麦ごはん 牛乳	じやが豚キムチ わかめと野菜のごま塩ナムル ヨーグルト	ぶた肉、油あげ ごま、ドレッシング(大豆・ごま)	キムチ(さば・かつお・りんご)、にんじん、たまねぎ キヤベツ、きゅうり、にんじん	
小禄南小 欠食						
23	火	バジルスマッシュティー 牛乳	ぶり肉、ペークーン(豚肉) 銀ヒラス チーズサラダ	スパイスティー(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、バジル コーン プロッコリー、キャベツ、きゅうり、赤ビーマン	牛肉・大豆・小麦
24	水	麦ごはん 牛乳	おでん アーモンドあえ 味つけのり	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)	油、さとう アーモンド、さとう アーモンド	だいこん、こんにゃく にんじん、こまつな、キャベツ、コーン
25	木	チキンライス 牛乳	チキンのパティ カラフルサラダ クリスマスケーキ	とり肉、ペークーン(豚肉)、だいすり、ひよこ豆 ごま ツナ(まぐろ) とうにゅう(大豆)	こめ、油、乳なしマーガリン ごむぎこ、パシコ(小麦・大豆)、油 ドレッシング(鶏肉・豚肉・りんご) さとう、こめこ、ココア、でんぶん、油	たまねぎ、にんじん、しめじ、ビーマン、赤ビーマン ほうれんそう プロッコリー、カリフラワー、きゅうり、赤ビーマン、コーン、えだまめ あんず