令和5年9月　　詳細献立表（アレルギー）

小禄学校給食センター　917-3459

※「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	アーモンド、イカ、いくら、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、くるみ、ごま、鮭、さば 大豆、バナナ、山芋、魚類、貝類、まぐろ、赤魚、青魚、ししゃも、たらこ、タコ、ホタテ、あさり パイナップル、ドラゴンフルーツ、マンゴー、さくらんぼ、いちご、りんご、なす、大麦、にんにく じゃがいも、パパイヤ、ヘーゼルナッツ、あおさ、ナッツ類、こめ、トマト、ながいも、きゅうり、ごぼう

※　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います。
※　卵なしマヨネーズ、乳なしマーガリン、油、醤油、ドレッシングに含まれる「大豆」は表示していませんが微量の大豆成分が含まれています。
※　給食センターで使用しているもずくやアーサ、チリメンなどにエビ・カニが混ざる可能性があります。
※　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ていない場合もあります。
※　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。

日	曜日	こんだて	（あか） おもに体をつくる もとになる食品	（きいろ） おもにエネルギーの もとになる食品	（みどり） おもに体の調子を 整えるもとになる食品	調味料由来
1	金	きびごはん		こめ,もちきび		
		だいこんとあつあげのみそしる	あつあげ,みそ		こまつな,だいこん	花かつお
		とりにくのしおこうじやき	とり肉			
		ひじきいため	ぶた肉,ひじき,だいず,かまぼこ	あぶら,さとう	にんじん,えだまめ,こんにゃく	花かつお
4	月	むぎごはん		こめ,麦		
		マーボーナス	ぶた肉,ぶたレバー,だいず,とうふ,みそ	ごま油,でんぷん	なす,たまねぎ,にんじん,にら,しいたけ,しょうが,にんにく	大麦,小麦
		ゴーヤーのちゅうかサラダ	ツナ（まぐろ）	ごま,さとう,ごま油	ゴーヤー,キャベツ,きゅうり,赤ピーマン,木くらげ,にんにく	
5	火	むぎごはん		こめ,麦		
		とんじる	ぶた肉,みそ	じゃがいも	だいこん,にんじん,ごぼう,長ねぎ	花かつお
		いわしのしょうがに	いわし	さとう,でんぷん	しょうが	
		もやしのすのもの	とり肉,わかめ	さとう,ごま,ごま油	もやし,はくさい,にんじん	
6	水	ぜんりゅうふんパン	脱脂粉乳	こむぎこ,全粒粉,さとう,あぶら,		
		さけのクリームシチュー	さけ,とり肉,白いんげん豆,とうにゅう	じゃがいも,乳なしマーガリン,米粉,あぶら	たまねぎ,にんじん,こまつな,しめじ	にんにく
		ブロッコリーサラダ		さとう	ブロッコリー,カリフラワー,きゅうり,黄ピーマン,コーン	りんご,小麦
		オレンジ			オレンジ	
7	木	ごはん		こめ		
		とうがんのそぼろに	とり肉,あつあげ	あぶら,さとう,でんぷん	とうがん,にんじん,たまねぎ,しいたけ,えだ豆,しょうが	花かつお
		ひじきしゅうまい	ぶた肉,とり肉,ひじき,だいず	でんぷん,さとう,小麦粉	たまねぎ,キャベツ,コーン,しいたけ,しょうが	小麦
		だいずとカエリのみつがらめ	カエリ,だいず	黒糖,さとう,はちみつ		
8	金	むぎごはん		こめ,麦		
		ワンタンスープ	とり肉,ワンタン（小麦,大豆,ぶた肉,ごま）	ごま油,でんぷん	にんじん,木くらげ,こまつな,しいたけ	
		レバニラいため	ぶたレバー	あぶら,さとう,でんぷん	にんにく,しょうが,キャベツ,たまねぎ,にんじん,もやし,にら	かきエキス,ホタテエキス,魚醤,かき
		みかんゼリー		さとう	みかん果汁	
11	月	むぎごはん		こめ,麦		
		ポークカレー	ぶた肉,ぶたレバー,白いんげん豆	じゃがいも,あぶら,乳なしマーガリン,米粉,さとう	たまねぎ,しめじ,にんじん,ピーマン,にんにく,りんご	トマト
		フルーツナタデココ			ナタデココ,みかん,黄桃（もも）,パイナップル,ぶどう,シークァサー果汁	
12	火	ごはん		こめ		
		とうふとえのきのみそしる	わかめ,とうふ,みそ		とうがん,えのきたけ,ねぎ	花かつお
		にくやさいのしょうがいため	ぶた肉,あぶらあげ	あぶら,さとう	たまねぎ,にんじん,しめじ,もやし,えだまめ,しょうが	
		りんご			りんご	
13	水	あみパン	脱脂粉乳	こむぎこ,あぶら、さとう		
		ポークビーンズ	だいず,ぶた肉,ぶたレバー,白いんげん豆	あぶら,じゃがいも,乳なしマーガリン,米粉,さとう	にんにく,たまねぎ,にんじん,ピーマン,トマト	トマト,にんにく,りんご
		マカロニサラダ		マカロニ（小麦）,たまごなしマヨネーズ,さとう	キャベツ,きゅうり,にんじん,コーン	
		プルーン		あぶら	プルーン	
14	木	とりめし	とり肉,かまぼこ,あぶらあげ	米,あぶら	にんじん,ごぼう,こんにゃく,しいたけ,えだ豆	花かつお
		さばのうめみそやき	さば,みそ	さとう	うめ	
		たくあんときゅうりのごまあえ		ごま,ごま油,さとう	たくあん,きゅうり,もやし,にんじん	
15	金	ジャージャーめん（めん）		小麦,あぶら		小麦
		ジャージャーめん（にくみそ）	ぶた肉,大豆,みそ	ごま油,さとう,でんぷん	たまねぎ,たけのこ,長ねぎ,にんじん,しいたけ,にら,にんにく,しょうが	大麦,小麦
		わかめスープ	わかめ,とり肉		ねぎ,えのきたけ	花かつお
		ナムル		さとう,ごま油,ごま	もやし,きゅうり,にんじん	
19	火	ごはん		こめ		
		につけ	ぶた肉,かまぼこ,あつあげ	さとう,あぶら	だいこん,にんじん,こんにゃく,しいたけ,いんげん	花かつお
		アーサいりあつやきたまご	たまご、アーサ	でんぷん,あぶら		かつおエキス,煮干しだし
		アンダンスー	ぶた肉,だいず,みそ	さとう,あぶら		
20	水	カレーうどん	ぶた肉,あぶらあげ,かまぼこ,白いんげん豆	うどん（小麦）,さとう	キャベツ,たまねぎ,にんじん,長ねぎ,ほうれん草	花かつお
		だいずととうふのフライ	とうふ,いとより,すけそうだら,大豆,あおさ	ごま,さとう,パン粉（小麦）,米粉,あぶら,でんぷん	たまねぎ,にんじん,しいたけ	かつお節エキス
		ブルーベリータルト	おから	さつまいも,米粉,マーガリン（乳）,さとう,ブルーベリージャム,あぶら		りんご
21	木	むぎごはん		こめ,麦		
		きんぴらどん	ぶた肉	ごま,あぶら,さとう	ごぼう,たまねぎ,にんじん,長ねぎ,こんにゃく,れんこん,しょうが	花かつお
		つくねのスープ	つくね（とり肉,小麦,大豆）		だいこん,にんじん,こまつな,ねぎ,しめじ	花かつお
22	金	くろまいごはん		こめ,黒米		
		なかみじる	ぶたなかみ,ぶた肉		こんにゃく,しいたけ,しょうが	花かつお
		からしなチャンプルー	ぶた肉,ハム,とうふ	あぶら	からし菜,にんじん,もやし	
		オレンジ			オレンジ	
25	月	むぎごはん		こめ,麦		
		とうがんのちゅうかスープ	ぶた肉,とうふ	ごま油,でんぷん	とうがん,にんじん,ほうれんそう,しょうが	
		ビビンバ（肉）	ぎゅう肉	ごま油,さとう,ごま	たまねぎ,長ねぎ,にんにく,しょうが	大麦,小麦
		ビビンバ（野菜）			こまつな,もやし,にんじん	小麦,ごま,,にんにく,ホタテエキス
26	火	たかなチャーハン	ぶた肉	米,あぶら	高菜漬,コーン,たまねぎ,にんじん,にんにく	
		さわらのてりやき	さわら		しょうが	
		ごぼうサラダ	とり肉,かまぼこ	ごま	ごぼう,きゅうり,にんじん	小麦,ごま,大豆
27	水	バーガーパン	脱脂粉乳	こむぎこ,あぶら,さとう		
		とうがんのポタージュ	とり肉,ベーコン,白いんげん豆,とうにゅう	じゃがいも,米粉,乳なしマーガリン	とうがん,たまねぎ,にんにく	
		ハンバーグ・トマトソース	ハンバーグ（豚肉、鶏肉、大豆）	さとう	たまねぎ,トマト	りんご,にんにく,トマト
		コールスロー		たまごなしマヨネーズ,さとう	キャベツ,きゅうり,にんじん,コーン	にんんく
29	木	わかめごはん	わかめ	こめ,さとう		
		じゃがいものそぼろに	ぶた肉,ぶたレバー	じゃがいも,あぶら,さとう	たまねぎ,にんじん,こんにゃく,えだ豆	花かつお
		きゃべつのうめこんぶあえ	とり肉,こんぶ	さとう	キャベツ,きゅうり,にんじん,梅	
		れいとうパイン			パイナップル	
29	金	くりごはん		こめ,もち米,くり		
		おつきみじる	わかめ	さといも	だいこん,にんじん,長ねぎ	花かつお
		あつあげのみそいため	あつあげ,ぶた肉,みそ	ごま,ごま油,でんぷん	はくさい,にんじん,れんこん,しめじ,しょうが,にんにく	大麦,小麦
		みたらしだんご		上新粉,さとう,水あめ,でんぷん		