

※「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品目及び申請のあった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)、えび、そば、かに、くるみ		魚介類、ナッツ類、キウイフルーツ、バナナ、やまいも なす、ほうれん草、しそ、きのこ類、パイン、メロン、グレープフルーツ、マンゴー、ごま
※ 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います。 ※ 詳しい情報が必要な方、または不明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。		
※ 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。		
※ 給食を食べる前に、必ず内容を確認してください。 ※ 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) 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	木		むぎごはん		米、麦		
			にくだんごスープ	ミートボール		だいこん、にんじん、しめじ	
			チンジャオロース	ぶた肉	油、ごま油、さとう、でん粉	たまねぎ、ピーマン、黄ピーマン、たけのこ、にんにくしょうが	魚介エキス、魚醤
			クリームソーダ風ゼリー(松城中のみ)	豆乳	さとう	メロン	
2	金		むぎごはん		米、麦		
			わかたけじる	とうふ、わかめ		だいこん、たけのこ	かつおだし
			はなやさいソテー	ツナ(まぐろ)	乳なしマーガリン	ブロッコリー、カリフラワー、にんじん、コーン	
			とうふハンバーグ	大豆、とり肉、豆腐	油、でん粉、さとう	たまねぎ	
7	水		むぎごはん		米、麦		
			ハッシュドポーク	ぶた肉、とりレバー、大豆	じゃがいも、油、さとう、小麦粉	たまねぎ、ピーマン、しめじ、トマト、にんにく	小麦、マッシュルーム
			カラフルサラダ		ドレッシング	キャベツ、ブロッコリー、きゅうり、赤ピーマン、コーン	
			しそごはん		米、麦、さとう	しそ	
8	木		アーサいりゆしどうふ	とうふ、アーサ			かつおだし
			ゴーヤーのごまドレあえ	ツナ(まぐろ)、大豆	ドレッシング(ごま)、さとう、ごま	モーウイ、ゴーヤー、にんじん、コーン	
			さつまいもてんぷら		さつまいも、小麦粉、でん粉、油		
9	金		むぎごはん		米、麦		
			とりとじゃがいものうまに	とり肉、あつあげ、かまぼこ	じゃがいも、さといも、油、さとう	たまねぎ、にんじん、こんにゃく、いんげん	かつおだし
			こまつなのおひたし	かつおぶし	さとう	こまつな、はくさい、もやし	
12	月		ごはん		米		
			ガパオライス	ぶた肉、とりレバー、大豆	さとう、ごま油	たまねぎ、にんじん、しめじ、ピーマン、コーン、パプリ	魚介エキス、魚醤
			とうがんのスープ			にんにく、しょうが	
			ちゅうかポテト		さつまいも、油、さとう、こくとう	とうがん、にんじん、えのきたけ、きくらげ	
13	火		むぎごはん		米、麦		
			だいこんとあつあげのごまみそに	ぶた肉、あつあげ、こんぶ、麦みそ(大麦)	油、さとう、ごま	だいこん、にんじん	かつおだし
			みそ				
			おかかあえ	かつおぶし	さとう	キャベツ、ほうれんそう、にんじん	
14	水		コッペパン	脱脂粉乳(乳)	小麦粉、さとう、油		
			コンソメスープ	とり肉	じゃがいも、油	はくさい、にんじん、セロリ、にんにく、パセリ	
			スラッピージョー	ぎゅう肉、ぶた肉、とりレバー、大豆	さとう、油	たまねぎ、にんじん、ピーマン、トマト、にんにく	マッシュルーム
			白いんげん豆、ひよこ豆、えんどう豆				
15	木		チーズ	チーズ(乳)			
			むぎごはん		米、麦		
			イナムドゥチ	ぶた肉、かまぼこ、あぶらあげ、みそ		こんにゃく、しいたけ	かつおだし
			タマナーチャンプルー	ポーク、とうふ	油	キャベツ、たまねぎ、にんじん、にら	かつおだし
16	金		くるまふのナゲット	とり肉、ふ(小麦)	油	にんにく	
			むぎごはん		米、麦		
			だいこんのみそしる	あぶらあげ、わかめ、麦みそ(大麦)		だいこん、えのきたけ	かつおだし
			みそ				
19	月		ちくぜんに	とり肉、あつあげ、ちくわ	油、さとう	にんじん、ごぼう、たけのこ、こんにゃく、いんげん	かつおだし
			いわしのおかかに	いわし、かつおぶし	さとう、でん粉	しいたけ	
			むぎごはん		米、麦		
			マーボーどうふ	ぶた肉、とうふ、大豆	油、さとう、でん粉、ごま油	だいこん、たまねぎ、にんじん、きくらげ、にんにく	ごま
20	火		バンバンジー	とり肉、大豆	ごま、ドレッシング(ごま)、さとう	きゅうり、キャベツ、にんじん	
			むぎごはん		米、麦		
			チキンカレー	とり肉、とりレバー、ひよこ豆、白花生	じゃがいも、油	たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、りんご	マッシュルーム
			白いんげん豆				
21	水		はりはりづけ	かつおぶし	ドレッシング、ごま	角切大根、はくさい、きゅうり、にんじん	
			ミートソーススパゲティ	ぎゅう肉、ぶた肉、大豆、とりレバー	スパゲティ(小麦)、油、さとう、小麦粉	たまねぎ、にんじん、ピーマン、セロリ、トマト、にんにく	小麦、マッシュルーム
			だいこんのシークワーサーあえ		さとう	だいこん、きゅうり、シークワーサー	
			かぼちゃグラタン	おから、豆乳、大豆	油、じゃがいも、米粉、さとう	かぼちゃ、たまねぎ	
22	木		むぎごはん		米、麦		
			とんじる	ぶた肉、麦みそ(大麦)	じゃがいも	だいこん、ごぼう、にんじん、こまつな、しょうが	かつおだし
			ひじきいため	ツナ(まぐろ)、ひじき、大豆、豆腐	油、さとう	にんじん、角切大根、こんにゃく、ピーマン	かつおだし
			ころっけ	ぶた肉	じゃがいも、さとう、油、パン粉(小麦)	たまねぎ	
23	金		小麦粉、でん粉		小麦粉、でん粉		
			むぎごはん		米、麦		
			もずくのみそしる	もずく、あぶらあげ、みそ	じゃがいも	えのきたけ、ねぎ	かつおだし
			キャベツサラダ	ツナ(まぐろ)	ドレッシング(しいたけ、かつおぶし)	キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン	
26	月		さばのしおやき	さば			
			コーンピラフ	とり肉、ウインナー	米、乳なしマーガリン、油	たまねぎ、にんじん、コーン、マッシュルーム	
			グリーンピース、にんにく				
			ごぼうサラダ	ツナ(まぐろ)、大豆	卵なしマヨネーズ、さとう、ごま	ごぼう、きゅうり、にんじん	
27	火		かつおフライ	かつお	パン粉(小麦)、さとう、でん粉、小麦粉	たまねぎ、しょうが	
			むぎごはん		米、麦		
			ぐだくさんみそしる	あつあげ、わかめ、麦みそ(大麦)	さといも	だいこん、にんじん、しめじ	かつおだし
			にくやさしいため	ぶた肉	油、さとう、ごま	たまねぎ、にんじん、キャベツ、こんにゃく、いんげん	ごま
28	水		にんにく			にんにく	
			スティックタルト	おから	さつまいも、油、米粉、さとう	りんご	
			なかよしパン	脱脂粉乳(乳)	小麦粉、さとう、油		
			ちゅらキャロットのスープ	とり肉、白花生、白いんげん豆、豆乳	じゃがいも、油	にんじん、たまねぎ、パセリ	
29	木		アスパラコンソテー	ウインナー	乳なしマーガリン	アスパラ、カリフラワー、赤ピーマン、コーン	
			むぎごはん		米、麦		
			とうがんのすましじる	あぶらあげ		とうがん、にんじん、ながねぎ	かつおだし
			みそきんぴら	ぶた肉、みそ	油、さとう、ごま	れんこん、にんじん、こんにゃく	かつおだし
30	金		キャベツいりひらつくね	とり肉、かつおぶし	油、でん粉、さとう	キャベツ、しょうが	
			むぎごはん		米、麦		
			とりごぼうじる	とり肉、麦みそ(大麦)		ごぼう、にんじん、こまつな、こんにゃく	かつおだし
			とうふチャンプルー	ポーク、とうふ、かまぼこ	油	キャベツ、たまねぎ、にんじん	かつおだし
			ふりかけ	かつおぶし	さとう	あおな、しそ、かぼちゃ、にんじん	