

# 令和4年5月 詳細献立表(アレルギー)

高長給食センター  
917-3484

※「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	魚、貝類、いか、たこ、ごま、キウイ

※ 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おります。  
 ※ 調味料の欄に記載される「小麦」は、調味料で主に、加工品のしょうゆ・ドレッシング・ソース・ルー由来となります。  
 ※ 「かまぼこ(ちくわ・なるとを含む)」や「ウインナー」、「ベーコン」には、卵は含まれていません。  
 ※ もずく、アーサ、チリメン、のり、カタクチイワシなどの海産物には「エビ」「カニ」が混入している場合があります。  
 ※ 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、給食室(給食センター)までお問い合わせください。  
 ※ 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。

日	曜日	こんだて	(あか) おもに体をつくる もともになる食品	(きいろ) おもにエネルギーの もともになる食品	(みどり) おもに体の調子を 整えるもともになる食品	調味料由来
2	月	牛乳 とりめし こまつなごまあえ さばのしおやき かしわもち ミートソーススパゲティ	とりにく、かまぼこ さば あずき ぎゅうにく、ぶたにく、だいず	こめ、あぶら さとう、ごま、ごま油 しょうしんこ、さとう スパゲティ(小麦)、あぶら、さとう、でん粉	ごぼう、しいたけ、にんじん、えだまめ、しょうが こまつな、もやし、キャベツ、にんじん	
6	金	牛乳 五種まめサラダ くるまふナゲット	ツナ、えんどう豆、白いんげん豆、赤いんげん豆、うずら豆、ひよこ豆 とりにく、ふ(小麦)	卵なしマヨネーズ、さとう あぶら	パセリ、たまねぎ、にんじん、セロリー、ピーマン、マッシュルーム、にんにく、トマト キャベツ、ブロッコリー	
9	月	牛乳 ごはん チキンカレー ゴーヤチャップス オレンジ	とりにく とうふ	こめ じゃがいも、あぶら、こむぎ、乳なしマーガリン でん粉、あぶら	たまねぎ、にんじん、ピーマン、かぼちゃ、にんにく、しょうが、ブルー ゴーヤ オレンジ	小麦
10	火	牛乳 むぎごはん ゆどうふ ごまネーズあえ さかなのさいきょうやき	とうふ ちくわ ホキ、みそ	こめ、むぎ 卵なしマヨネーズ、さとう、ごま さとう	ねぎ キャベツ、きゅうり、にんじん しょうが	
11	水	牛乳 ピザ ポテトとブロッコリーのサラダ ミートボール	ベーコン ツナ とりにく	こめ、あぶら、乳なしマーガリン じゃがいも、卵なしマヨネーズ、さとう さとう、あぶら、でん粉	たまねぎ、にんじん、赤ピーマン、ピーマン、パセリ、にんにく ブロッコリー、コーン、たまねぎ たまねぎ、にんにく、しょうが、トマト	
12	木	牛乳 ごはん とうがんにつけ もやしのツナあえ アセロラゼリー	とりにく、あつあげ、こんぶ、かまぼこ ツナ	こめ さとう、あぶら ごま、さとう さとう、でん粉	とうがんにんじん、こんにやく、いんげん、しょうが もやし、にんじん、きゅうり アセロラ果汁	
13	金	牛乳 にくそぼろごはん(ごはん) にくそぼろごはん(具) 沖縄風みそしる りんご	ぶたにく、ひよこ豆 とうふ、ポーク、みそ	こめ さとう、あぶら、でん粉	たまねぎ、にんじん、ピーマン、コーン、こんにやく、しょうが だいこん、こまつな りんご	
16	月	牛乳 ごはん にくじゃが だいこんのうめじゃこサラダ なっとう	ぶたにく チリメン、かつおぶし だいず	こめ じゃがいも、さとう、あぶら さとう、ドレッシング(小麦)	たまねぎ、にんじん、いんげん、こんにやく、しょうが だいこん、きゅうり、にんじん、うめ	小麦
17	火	牛乳 ごはん もずくスープ ぶたにくのみそいため オレンジ	もずく、寒天 ぶたにく、あつあげ、みそ	こめ さとう、あぶら、ごま油、でん粉	とうがんにんじん、みつば、ゆず たまねぎ、にんじん、キャベツ、ピーマン、たけのこ、しょうが オレンジ	小麦、ごま
18	水	牛乳 こくとうパン チキンのトマトに ブロッコリーサラダ	脱脂粉乳 ウインナー、とりにく、ひよこ豆、赤いんげん豆 ベーコン	こむぎこ、あぶら、こくとう じゃがいも、乳なしマーガリン、さとう、でん粉 ドレッシング	たまねぎ、にんじん、セロリー、しめじ、にんにく、トマト ブロッコリー、カリフラワー、コーン、きゅうり	
19	木	牛乳 ごはん イナムドゥチ とうふ、チャンプルー こざかなのあめがらめ	ぶたにく、かまぼこ、みそ コンビーフ、とうふ、かつおぶし カタクチイワシ、アーモンド	こめ あぶら ごま、こくとう、はちみつ	しいたけ、こんにやく キャベツ、にんじん、たまねぎ、にんにく	
20	金	牛乳 ごはん はるさめスープ ナムル はるまき	つくね	こめ はるさめ ごま、ごま油 はるさめ、あぶら、でん粉、さとう、こむぎこ	にんじん、はくさい、長ねぎ、しいたけ、しょうが もやし、にんじん、チンゲンサイ キャベツ、たまねぎ、にんじん	
23	月	牛乳 タコライス(ごはん) アーサじる タコライス(タコミート) タコライス(キャベツ) タコライス(スライスチーズ)	アーサ、とうふ ぎゅうにく、ぶたにく、だいず チーズ(乳)	こめ さとう、でん粉	しょうが にんじん、たまねぎ、ピーマン、にんにく キャベツ	
24	火	牛乳 むぎごはん じゃがいものみそしる カレーおから きびなごカリフライ	わかめ、みそ おから、ぶたにく、ひじき きびなご	こめ、むぎ じゃがいも さとう、あぶら さとう、じゃがいも、でん粉、米粉、げんまい粉、あぶら	はくさい、えのきたけ たまねぎ、にんじん、えだまめ しょうが	
25	水	牛乳 コッペパン マッシュルームスープ フレンチサラダ ハンバーグのソースがけ	脱脂粉乳 とりにく、白いんげん豆、白花豆 ハンバーグ	こむぎこ、さとう、あぶら じゃがいも、あぶら、こむぎこ、乳なしマーガリン	にんじん、たまねぎ、セロリー、マッシュルーム、にんにく、パセリ キャベツ、レッドキャベツ、きゅうり、黄ピーマン、赤ピーマン、レモン たまねぎ、しめじ、にんにく	小麦
26	木	牛乳 むぎごはん みそけんちんじる ゴーヤ入り豚しゃぶサラダ ちくわのいそべやき みそラーメン(めん) みそラーメン(しる)	とうふ、みそ ぶたにく ちくわ、青のり	こめ、むぎ ごま、ドレッシング 卵なしマヨネーズ こむぎこ、あぶら ごま	だいこん、にんじん、ごぼう、しめじ、長ねぎ ゴーヤ、キャベツ、きゅうり、赤ピーマン、コーン	
27	金	牛乳 チーズポテト	ベーコン、チーズ(乳)	じゃがいも、乳なしマーガリン	キャベツ、もやし、コーン、長ねぎ、きくらげ、にんにく、しょうが にんじん、パセリ、にんにく	小麦、ごま
30	月	牛乳 ぶたねぎどん(ごはん) ぶたねぎどん(具) かぼちゃのおんやさいサラダ	ぶたにく、かまぼこ ぶたにく、かまぼこ	こめ あぶら、さとう、ごま油、ごま	長ねぎ、たまねぎ、にんじん、しめじ、えのきたけ、しょうが、ねぎ かぼちゃ、ブロッコリー、カリフラワー	
31	火	牛乳 ごはん ななみじる パパイアゼリー グルクンのシークワーサーソース	ぶたにく ツナ、かまぼこ、あつあげ グルクン	こめ あぶら、ごま油 こむぎこ、でん粉、あぶら、さとう	こんにやく、しいたけ、しょうが パパイア、もやし、にんじん、にら シークワーサー果汁	