★アレルギー表示について

★詳細献立表では、食品名の後ろ()内にアレルゲンを表示しています。表示義務があるもの・表示が推奨されているものを合わせて28品目の表示をしています。

特定原材料(義務表示)7品目	特定原材料に準ずるもの(推奨表示)21品目
卵 乳 小麦 そば 落花生(ピーナッツ) えび かに	アーモンド あわび いか いくら さけ さば 牛肉 鶏肉 豚肉 ゼラチン 大豆 ごま くるみ カシューナッツ オレンジ キウイフルーツ パナナ もも りんご まつたけ やまいも

※海藻類(もずく等)・小魚(ササガ等)・二枚貝(あさり等)は漁獲時などに、えび・かにが混入している 可能性があります。

★加工食品は、原材料や調味料ではなく、アレルゲンのみを表示しています。

★調理場での揚げ油は2~3回続けて使用することがあります。

★鶏がらには、にわたりの卵巣と部位が近いため、処理加工で卵の成分が付着する可能性があります。

★調味料欄に表示がなくても、塩、こしょう、砂糖、酒、みりん、でんぷんを使用する場合があります。

◎その他 ◎給食費は、期限内に納めましょう。

◎材料等の都合により、献立や食材を変更する場合があります。※特に、果物や野菜、魚類は天候や価格によって変更することが多いので、ご理解ください。

日	配膳図	献立名	赤の食品 (血や肉、骨を作る)	黄の食品 (熱や力になる)	緑の食品 (体の調子を整える)	調味料
1日 (月)		牛乳	牛乳			
		煮込みうどん	豚肉 油揚げ(大豆)	うどん(小麦) こめ油	生姜 にんにく 玉ねぎ しいたけ 人参 小松菜 きくらげ	醤油(小麦・大豆) みりん 鶏豚だし 花かつお シママース
		焼きコロッケ		焼きコロッケ(小麦・大豆・ 牛肉・鶏肉・豚肉・乳)		
		ごぼうとちくわのみそマヨ和え	ひじき ちくわ 甘口白みそ(大豆)	すりごま 三温糖 ノンエッグマヨネーズ	ごぼう 人参 コーン	醤油(小麦・大豆) 酢(小麦) シママース
		一食当たりの栄養価(中)	エネルギー 605 kcal	たんぱく質 22.1 g	脂質 29.4 g	炭水化物 63.6 g
端午の節句献立 2日 (火)		牛乳	牛乳			
		読谷人参の炊き込みご飯	豚肉	米 こめ油	あお豆(大豆) にんじん 生姜 たけのこ しいたけ	酒 醤油(小麦・大豆) 鶏豚だし シママース 花かつお
		大根のすまし汁	鶏肉		大根 にんじん えのき 小松菜	花かつお だし昆布 シママース 醤油(小麦・大豆) みりん
		勝男(カツオ)の竜田揚げ	勝男(カツオ)	小麦粉 かたくり粉 大豆油	揚げ油⑤	おろしにんにく おろし生姜 みりん 塩こうじ 酒 醤油(小麦・大豆)
		一食当たりの栄養価(中)	エネルギー 714 kcal	たんぱく質 36.1 g	脂質 17.1 g	炭水化物 100.9 g
ゴーヤーの日献立 8日 (月)		牛乳	牛乳			
		麦ごはん		米 麦		
		シブイの煮付け	鶏肉 厚揚げ(大豆)	三温糖	冬瓜(シブイ) 人参 小松菜 こんにゃく しいたけ	醤油(小麦・大豆) みりん 酒 シママース 花かつお
		さばの黒糖生姜焼き	さば	はちみつ 黒糖		醤油(小麦・大豆) みりん おろし生姜 シママース
		一食当たりの栄養価(中)	エネルギー 721 kcal	たんぱく質 33.8 g	脂質 21.8 g	炭水化物 98.2 g
9日 (火)		牛乳	牛乳			
		コッペパン		コッペパン(小麦・乳・大豆)		
		ジュリエンスープ	鶏肉	こめ油	玉ねぎ えのき 人参 キャベツ	鶏豚だし シママース こしょう 醤油(小麦・大豆)
		チリコンカン	金時豆 豚肉 牛肉 大豆	こめ油	玉ねぎ 人参 ピーマン	ケチャップ チリソース 赤ワイン チリパウダー おろしにんにく ウスターソース シママース
		一食当たりの栄養価(中)	エネルギー 698 kcal	たんぱく質 33.5 g	脂質 17.8 g	炭水化物 101.1 g
10日 (水)		牛乳	牛乳			
		かやくごはん	鶏肉 油揚げ(大豆)	米 白ごま 三温糖 こめ油	人参 ごぼう しいたけ ねぎ	花かつお 醤油(小麦・大豆) みりん 酒 シママース
		具だくさんみそ汁	赤みそ(大豆) 白みそ(大豆)	じゃが芋	大根 人参 小松菜 玉ねぎ	花かつお
		五目揚げ豆腐	五目揚げ豆腐 (小麦・大豆・豚肉・さけ)	大豆油	揚げ油①	
		一食当たりの栄養価(中)	エネルギー 682 kcal	たんぱく質 26.9 g	脂質 28.1 g	炭水化物 78.7 g
11日 (木)		牛乳	牛乳			
		麦ごはん		米 麦		
		チキンカレー	鶏肉 白いんげん豆ピューレ	じゃが芋 小麦粉 こめ油 コーンスターチ	人参 玉ねぎ ピーマン セロリ プルーンピューレ	おろしにんにく おろし生姜 シママース カレー粉 ウスターソース 鶏豚だし カレールウ(小麦・牛肉・鶏肉・大豆)
		ゆでたまご	たまご			
		一食当たりの栄養価(中)	エネルギー 808 kcal	たんぱく質 27.1 g	脂質 23.3 g	炭水化物 122.4 g
12日 (金)		牛乳	牛乳			
		そばろ丼	豚肉 鶏肉 大豆	三温糖 こめ油	玉ねぎ 人参 小松菜 きくらげ	酒 おろしにんにく みりん シママース おろし生姜 醤油(小麦・大豆)
		中華ポテト		こめ油		
		キャベツの梅酢和え	ツナ 糸けずり	すりごま 三温糖	キャベツ もやし きゅうり 人参	酢(小麦) 醤油(小麦・大豆) 梅肉(大豆・りんご)
		一食当たりの栄養価(中)	エネルギー 805 kcal	たんぱく質 32.6 g	脂質 26.6 g	炭水化物 108 g
15日 (月)		牛乳	牛乳			
		ミートスパゲティ	牛肉 豚肉	スパゲティ(小麦) 三温糖 こめ油	玉ねぎ 人参 セロリ マッシュルーム トマトダイス トマトピューレ	ケチャップ ウスターソース 赤ワイン デミグラスソース(小麦・鶏肉) 鶏豚だし シママース おろしにんにく パセリ粉 ホワイトソース(小麦・乳・大豆)
		豆とポテトのカップ焼き	大豆 チーズ(乳)	じゃが芋 ノンエッグマヨネーズ		
		シークアサーサラダ		三温糖 オリーブ油	ブロッコリー 大根 人参 きゅうり コーン	醤油(小麦・大豆) シママース りんご酢(りんご) シークアサー果汁
		一食当たりの栄養価(中)	エネルギー 607 kcal	たんぱく質 26.4 g	脂質 23.1 g	炭水化物 72.3 g
16日 (火)		牛乳	牛乳			
		中華おこわ	豚肉	米 もち米 白ごま 三温糖 ごま油(大豆) こめ油	人参 たけのこ きくらげ しいたけ ねぎ	オイスターソース(大豆) 酒 みりん 醤油(小麦・大豆) シママース 花かつお 鶏豚だし
		豆腐とコーンのスープ	鶏肉 わかめ 豆腐(大豆)	かたくり粉 ごま油	コーン えのき 人参 長ねぎ しめじ	醤油(小麦・大豆) シママース 花かつお 鶏豚だし
		揚げぎょうざ	ぎょうざ(小麦・大豆・豚肉)	大豆油	揚げ油②	
		一食当たりの栄養価(中)	エネルギー 691 kcal	たんぱく質 26.4 g	脂質 27.4 g	炭水化物 84.5 g

日	配膳図	献立名	赤の食品 (血や肉、骨を作る)	黄の食品 (熱や力になる)	緑の食品 (体の調子を整える)	調味料
17日 (水)		牛乳	牛乳			
		全粒粉パン	全粒粉パン(小麦・乳・大豆)			
18日 (木)		牛乳	牛乳			
		玄米入りごはん	米 もち玄米			
19日 (金)		牛乳	牛乳			
		麦ごはん	米 麦			
22日 (月)		牛乳	牛乳			
		もちきびごはん	米 もちきび			
23日 (火)		牛乳	牛乳			
		食パン	食パン(小麦・乳・大豆)			
24日 (水)		牛乳	牛乳			
		わかめごはん	炊き込みわかめ			
25日 (木)		牛乳	牛乳			
		カラフルピラフ	鶏肉 ウィナー(豚肉)	米 こめ油 乳不使用マーガリン(大豆)	人参 玉ねぎ 赤パプリカ コーン あお豆(大豆)	おろしにんにく 白ワイン シママース 醤油(小麦・大豆) こしょう 鶏豚だし
26日 (金)		牛乳	牛乳			
		麦ごはん	米 麦			
29日 (月)		牛乳	牛乳			
		仲良しパン	仲良しパン(小麦・乳・大豆)			
30日 (火)		牛乳	牛乳			
		野菜みそラーメン	豚肉 なんと 赤みそ(大豆) 白みそ(大豆)	三温糖 ごま油	にんじん もやし キャベツ コーン きくらげ にんにく 生姜	木戸中華(小麦・乳・大豆・牛・鶏・豚) 醤油(小麦・大豆) シママース 酢(小麦) 花かつお 豚ガラ骨
31日 (水)		牛乳	牛乳			
		麦ごはん	米 麦			