












日	曜日	こ  ん だ  て		食 品 材 料 名	栄 養 価	
					小学校	中学校
7	水		七草ぞうすい ★鶏・豆・豚・麦	こめ,★とりにく,にんじん,だいこん,★あお豆,だいこん葉,こまつな,しいたけ,花かつお,★ポークブイヨン,★しょうゆ,シママース	E 561 Kcal	E 634 Kcal
			ちくぜんに ★鶏・ご・豆・麦	★とりにく,にんじん,ごぼう,れんこん,こんにやく,しいたけ,いんげん,★ごま油,★しょうゆ,料理酒,三温糖,本みりん,しょうが	P 29 g	P 33 g
			さばの西京やき ★さ・豆	★さば,★甘口しろみそ,料理酒,本みりん,さとう	F 22.3 g	F 25.7 g
			ミニたいやき ★麦・豆	★ミニたいやき		
8	木		ごはん	こめ	E 583 Kcal	E 693 Kcal
			白菜スープ ★鶏・麦・豆	★とりにく,はくさい,にんじん,しいたけ,こまつな,花かつお,こしょう,★しょうゆ,シママース	P 29.8 g	P 34.5 g
			そぼろ丼 ★卵・豚・豆・麦	★たまご,シママース,さとう,だいず油,★ぶたにく,★大豆,にんじん,しょうが,本みりん,料理酒,★しょうゆ,いんげん	F 17.5 g	F 19.5 g
9	金		ごはん	こめ	E 545 Kcal	E 649 Kcal
			おそうじに ★鶏・麦・豆	★とりにく,煮込みもち,だいこん,にんじん,なると,しいたけ,こまつな,ねぎ,花かつお,★チキンブイヨン,★しょうゆ,本みりん,シママース	P 22.3 g	P 25.4 g
			千切りイリチー ★豚・鶏・麦・豆	★ぶたにく,切干大根,にんじん,チキアギ,こんにやく,こんぶ,だいず油,さとう,本みりん,★ポークブイヨン,★しょうゆ,料理酒,シママース	F 12.7 g	F 13.7 g
13	火		コッペパン(その他の地区) ★麦・乳・豆	★コッペパン	E 594 Kcal	E 677 Kcal
			揚げパン(大里地区) ★麦・乳・豆・ア	★コッペパン,★きな粉,★粉末アーモンド,さとう,粉末黒糖,★脱脂粉乳,だいず油(揚げ1回目)	P 24.2 g	P 27.3 g
			ミネストローネスープ ★豚・麦・豆・鶏	★無塩せきベーコン,マカロニ,にんじん,たまねぎ,じゃがいも,セロリ,★あお豆,トマト缶,にんにく,だいず油,シママース,こしょう,★ポークブイヨン	F 21.1 g	F 23.5 g
			豚しゃぶサラダ ★豚・ご	★ぶたにく,きゅうり,赤ピーマン,キャベツ,コーン,★ごまドレッシング,★すりごま		
14	水		マーマレードジャム(その他の地区)	マーマレードジャム		
			みそラーメン(めん) ★麦	★ラーメン	E 651 Kcal	E 707 Kcal
			みそラーメン(汁) ★豚・ご・豆・鶏	★ぶたにく,なると,にんじん,キャベツ,もやし,コーン,ながねぎ,わかめ,★ごま油,にんにく,しょうが,花かつお,★中華がらスープ,★赤みそ,★白みそ,オイスターソース,	P 29.4 g	P 32.6 g
			にらまんじゅう ★豆・豚・麦	★とうぼんじゃん,★いりごま,こしょう	F 20.2 g	F 21.9 g
15	木		りんごゼリー ★り	★にらまんじゅう		
				★りんごゼリー		
			ごはん	こめ	E 587 Kcal	E 681 Kcal
			きのこのみそ汁 ★鶏・豆	★とり肉,しめじ,えのき,しいたけ,にんじん,だいこん,ねぎ,花かつお,★赤みそ,★白みそ	P 23.8 g	P 27.1 g
16	金		ひじき炒め ★豚・豆・麦・鶏	ひじき,★ぶたにく,★油揚げ,★だいず,こんにやく,にんじん,キャベツ,にら,だいず油,さとう,★しょうゆ,料理酒,本みりん,シママース,★ポークブイヨン	F 14.3 g	F 15.5 g
			いちご蒸しパン ★麦・豆	いちご,★こむぎこ,ベーキングパウダー,さとう,★豆乳		
19	月		わかめごはん	こめ,わかめごはんの素	E 567 Kcal	E 714 Kcal
			とん汁 ★豚・豆	★ぶたにく,ごぼう,にんじん,しいたけ,だいこん,里芋,★木綿豆腐,こまつな,花かつお,★白みそ	P 24.2 g	P 29 g
			いわしのしょうが煮 ★麦・豆	★いわしのしょうが煮	F 17.8 g	F 20.4 g
20	火		ごはん	こめ	E 512 Kcal	E 606 Kcal
			そうめん汁 ★麦・豆	かまぼこ,魚そうめん,にんじん,しいたけ,もずく,ねぎ,花かつお,★しょうゆ,シママース	P 22.8 g	P 26.2 g
			クーブイリチー ★豚・麦・豆・鶏	★ぶたにく,こんぶ,白かまぼこ,切干大根,にんじん,こんにやく,だいず油,★しょうゆ,本みりん,さとう,シママース,★ポークブイヨン,花かつお	F 11.8 g	F 12.6 g
			味付けのり ★麦・豆・ゼ	★味付けのり		
21	水		枝豆おこわ ★鶏・豆・麦	こめ,もち米,★とりにく,★あお豆,しめじ,にんじん,たけのこ,★油揚げ,だいず油,★しょうゆ,シママース,花かつお,★チキンブイヨン	E 537 Kcal	E 593 Kcal
			シュウマイ ★麦・豆・鶏・豚	★シュウマイ	P 22.9 g	P 25.1 g
			豆乳プリン ★豆	★豆乳プリン	F 18 g	F 19.4 g
22	木		ごはん	こめ	E 610 Kcal	E 731 Kcal
			春雨スープ ★豚・豆・乳・鶏	★デリカハム,はるさめ,にんじん,しいたけ,こまつな,★ポークブイヨン,花かつお,シママース,こしょう,でん粉	P 24.3 g	P 28.4 g
			ヤンニョムチキン ★鶏・豆・麦・ご	★とりにく,シママース,こしょう,でん粉,だいず油(揚げ2回目),にんにく,しょうが,料理酒,トマトケチャップ,★とうぼんじゃん,さとう,水あめ,★酢,★しょうゆ,★いりごま	F 19.4 g	F 22.1 g
23	金		ごはん	こめ	E 575 Kcal	E 719 Kcal
			冬野菜カレー ★鶏・豆・麦・牛・鶏・り	★とりにく,じゃがいも,だいこん,たまねぎ,にんじん,ほうれんそう,だいず油,にんにく,★乳不使用マーガリン,★こむぎこ,★豆乳,カレー粉,★カレールウ,★デミグラスソース,★ウスターソース,トマトケチャップ,シママース,★チキンブイヨン,★りんごビュレ	P 19.7 g	P 23.4 g
			フルーツポンチ ★も	みかん缶,パイン缶,★もも缶,★フルーツカクテル,ナタデココ,シークワサー果汁	F 12.8 g	F 13.9 g
27	火		ごはん	こめ	E 634 Kcal	E 773 Kcal
			五目煮 ★鶏・豆	★とりにく,だいこん,にんじん,しいたけ,★だいず,こんにやく,いんげん,花かつお,さとう,料理酒,シママース,★しょうゆ,本みりん	P 24 g	P 28.2 g
			べにいもち ★豆	★ビオカ粉,紅イモペースト,レモン果汁,さとう,シママース,★きな粉	F 17.9 g	F 19.8 g
28	水		ごはん	こめ	E 551 Kcal	E 651 Kcal
			ぼん汁 ★豆	★油揚げ,にんじん,ごぼう,★あお豆,なす,かぼちゃ,花かつお,★白みそ,★赤みそ	P 21.3 g	P 24.5 g
			煮しめ ★鶏・豆・麦	★とりにく,しいたけ,★絹厚揚げ,こんにやく,ボール天,角切り大根,にんじん,たけのこ,里芋,いんげん,だいず油,料理酒,★しょうゆ,さとう,本みりん,シママース,昆布だし	F 13.2 g	F 14.4 g
29	木		バジルスバゲティ ★麦・鶏・豚・乳	★スバゲティ,★とりにく,★無塩せきベーコン,にんじん,たまねぎ,しめじ,マッシュルーム,オリーブ油,シママース,こしょう,にんにく,★チキンブイヨン,★ジェノバペースト,バジル	E 552 Kcal	E 642 Kcal
			くるまふナゲット ★麦・鶏・豆	★くるまふナゲット,だいず油(揚げ3回目)	P 21.7 g	P 25.9 g
			パインゼリー	パインゼリー	F 24 g	F 27.7 g
30	金		ごはん	こめ	E 578 Kcal	E 652 Kcal
			栄養みそ汁 ★豆	じゃがいも,だいこん,にんじん,こまつな,ながねぎ,★油揚げ,花かつお,★赤みそ,★白みそ	P 24.1 g	P 29.6 g
			さばの塩焼き ★さ	★さば,シママース	F 21.4 g	F 19.8 g
			ごはん	こめ	E 676 Kcal	E 804 Kcal
			ゆし豆腐 ★豆・麦	★ゆし豆腐,わかめ,ねぎ,花かつお,★しょうゆ,シママース	P 23.6 g	P 27.3 g
			タマナーチャンブルー ★豚・鶏・麦・豆・ご	★ぶたにく,キャベツ,にんじん,★無添加ポークランチョンミート,からしな,だいず油,シママース,★しょうゆ,にんにく,★ごま油,こしょう	F 26.3 g	F 30.1 g
			手作りちんすこう ★麦・豚・豆・ア	★こむぎこ,さとう,★ラード,だいず油,★粉末アーモンド,シママース		

食物アレルギー表示対象品目については、★印で表示しています。

義務	特定原材料（8品目）	えび（え）    かに（か）    くるみ（く）    小麦（麦）    そば（そ）    卵    乳    落花生・ピーナッツ（ピ）
推奨	特定原材料に準ずるもの （20品目）	アーモンド（ア）    あわび（あ）    いか（イ）    いくら（い）    オレンジ（オ）    カシューナッツ（カ）
		キウイフルーツ（キ）    牛肉（牛）    ごま（ご）    さけ（鮭）    さば（さ）    大豆（豆）    鶏肉（鶏）    パナナ（パ）
		豚肉（豚）    マカダミアナッツ（マ）    もも（も）    やまいも（や）    りんご（り）    ゼラチン（ゼ）

- ・のり、カエリ、きびなご、かたくちいわし、しらす、ひじきは、えび・かにが混ざる漁法で捕獲され、アサリなどの二枚貝はかにが共生しています。
- ・アーサ、もずくの養殖場には、ヨコエビ類が生息しています。（ヨコエビは食物アレルギーの表示対象外です。）
- ・練り物、煮干しだしの原材料は、えび・かにを食べています。
- ・揚げ物に使用する大豆油は3～4回程度使用します。
- ・大量調理を行うため、調理場においては微量のアレルゲンの混入（コンタミネーション）を完全に避けることはできません。
- ・練り製品（ちくわ、ボール天、魚そうめん等）は、スケトウダラ、イトヨリダイを使用しています。

詳しい情報が必要な方、  
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



食物アレルギーのある児童生徒は、給食を食べる前に必ず確認してください。家庭・学級においても確認をお願いします。