

ひ に ち	よ う び	に ぎ ゆう	こんだてめい	こんだて しょうじょうざいりょう 献立の使用食材料	栄養価		アレルギー 対応食提供日	
					エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	卵 除 去 食	乳 除 去 食
4	(火)	●	こどもパン	こどもパン【輸入小麦粉・県産小麦粉・国産小麦粉・砂糖・ショートニング・イースト・食塩・小麦たんぱく・ビタミンC(原材料の一部に大豆を含む)】(※コンタミネーション:卵・乳・ごま)	608	23.2		
			ミネストローネ	豚肉 シェルマカロニ(小麦) キャベツ にんじん たまねぎ こまつな しめじ なたね油 ○コンソメ 食塩 こしょう ○チキン スープストック ダイストマト缶【トマト・トマトピューレ・クエン酸】 トマトピューレ 砂糖 ○白ワイン ローリエ				
			ナゲット 2こ	チキンナゲット【鶏肉・コーンスターチ・パン粉(小麦)・豚脂・粉末状大豆たんぱく・しょうゆ(小麦・大豆)・食塩・チキンスープ(鶏肉)・香辛料・たんぱく加水分解物(小麦)・おろしにんにく・小麦粉・コーングリッツ・植物油脂(大豆)・なたね油・パーム油・炭酸Ca・加工でんぷん(小麦)・増粘多糖類・ピロリン酸鉄】なたね油				
			マゼアンサラダ	じゃがいも にんじん きゅうり ホールコーン				
			↑ドレッシング	○サウザンアイランドドレッシング				
5	(水)	●	★8大アレルギー除去献立 ※裏の8大アレルギー除去献立の説明欄をよくご確認ください。		605	30.6		
			ごはん	精白米 強化米(※コンタミネーション:小麦・大豆・鶏肉・豚肉)				
			ちゅうかだいこんスープ	鶏肉 だいこん チンゲンサイ にんじん きくらげ こしょう ○豚がらスープ ○醤油 なたね油 食塩 ○中華スープの素 でん粉				
			いかのしせんソース	いか切身 なたね油 長ねぎ にんにく しょうが 白すりごま ○料理酒 砂糖 ○醤油 ○豚がらスープ ごま油 でん粉 ○穀物酢 ○豆板醤				
			なまあげのホイコーロウ	豚肉 生揚げ(大豆) キャベツ 長ねぎ しょうが ○甜麺醤 ○オイスターソース ○料理酒 ○醤油 ごま油 こしょう なたね油 でん粉				
6	(木)	●	じごなうどん	地粉うどん【県産小麦粉・食塩・小麦たんぱく】(※コンタミネーション:そば・卵)	687	23.3	◆	◆
			かきたまうどん	鶏卵 鶏肉 だいこん にんじん こまつな 長ねぎ ○醤油 ○料理酒 砂糖 ○濃厚和風だし 食塩 でん粉				
			だいがくいも	さつまいも なたね油 黒いりごま ○醤油 砂糖				
			いそかあえ	キャベツ にんじん もやし				
			↑たれ	○焼きのり ○醤油 ○和風だし				
7	(金)	●	ごはん	精白米 強化米(※コンタミネーション:小麦・大豆・鶏肉・豚肉)	619	29.2		
			はっぼうさい	豚肉 いか短冊(※コンタミネーション:卵・乳・小麦・落花生・牛肉・豚肉・鶏肉・ゼラチン・りんご・大豆・山芋・鮭・さば・えび・いか・ごま・アーモンド) むきえび(※コンタミネーション:えび・かに・いか) はくさい にんじん ○たけのこ水煮 たまねぎ チンゲンサイ しょうが きくらげ ○豚がらスープ ○中華スープの素 ○オイスターソース ○醤油 ごま油 ○料理酒 こしょう 食塩 でん粉				
			シュウマイ 2こ	シュウマイ【豚肉・玉ねぎ・小麦粉・パン粉(小麦)・馬鈴薯澱粉・粒状小麦蛋白・砂糖・食塩・醤油(小麦・大豆)・コショウ・生姜・イーストフード・ビタミンC・ベニコウジ色素】(※コンタミネーション:小麦・大豆・豚肉・鶏肉・かに・えび・ごま)				
			↑しょうゆ	ボトル醤油【大豆・小麦・食塩】				
			ちゅうかサラダ	だいこん きゅうり にんじん				
10	(月)	●	ごはん	精白米 強化米(※コンタミネーション:小麦・大豆・鶏肉・豚肉)	638	25.2		
			よしかわさんだいこんとねぎのカレー	鶏肉 だいこん だいこん葉 長ねぎ たまねぎ にんじん にんにく しょうが ○とりレバーそばろ ○醤油 ○みりん風味調味料 ○でん粉カレールー ○カレー粉 ○和風だし なたね油				
			オムレツ	オムレツ【鶏卵・砂糖・大豆油・食塩・醸造酢・加工デンプン・酸味料】(※コンタミネーション:卵・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・乳・りんご・さば・ゼラチン)				
			ほうれんそうとコーンのソテー	豚肉 ほうれんそう(※コンタミネーション:大豆) キャベツ ホールコーン 食塩 こしょう なたね油 ○コンソメ				
			↑ドレッシング	○すりごま醤油ドレッシング				
11	(火)	●	くろパン	黒パン【輸入小麦粉・県産小麦粉・国産小麦粉・加工黒糖・ビート糖・マーガリン・イースト・タピオカ澱粉・食塩・小麦たんぱく・ビタミンC(原材料の一部に大豆を含む)】(※コンタミネーション:卵・乳・ごま)	620	27.2		
			のむヨーグルト	飲むヨーグルト(ブルーベリー)【脱脂乳粉・砂糖・ブルーベリー果肉・ブルーベリー果汁・アローニヤ果汁・乳酸カルシウム・安定剤・香料・ビタミンE・ビタミンB6・ビタミンD】				
			コンソメスープ	○レバー入りウインナー はくさい にんじん たまねぎ こまつな しめじ パセリ なたね油 ○薄口醤油 ○コンソメ 食塩 こしょう				
			カヴァリア・コントマテ(さばのトマトソース)	塩さば切り身(※コンタミネーション:えび・小麦・いか・さば・さけ・大豆・ごま・魚卵) なたね油 ダイストマト缶【トマト・トマトピューレ・クエン酸】 ○ケチャップ たまねぎ にんにく ○赤ワイン ○チキンスープストック 食塩 砂糖 でん粉				
			エンペドラッド(しろいんげんまめいりサラダ)	白いんげん豆 ○ツナフレーク 赤パプリカ にんじん キャベツ なたね油 食塩 こしょう				
12	(水)	●	★8大アレルギー除去献立 ※裏の8大アレルギー除去献立の説明欄をよくご確認ください。		646	23.0		
			ごはん	精白米 強化米(※コンタミネーション:小麦・大豆・鶏肉・豚肉)				
			わかめともやしのスープ	○干しわかめ もやし 豚肉 にんじん 長ねぎ ○豚がらスープ ○薄口醤油 食塩 ○中華スープの素 ごま油 にんにく				
			とりにくとカシューナッツのいためもの	鶏肉 ○料理酒 しょうが でん粉 なたね油 じゃがいも カシューナッツ(※コンタミネーション:小麦・乳・卵・落花生・えび・かに・いか・くるみ・大豆・鶏肉・さけ・ごま・アーモンド) たまねぎ ビーマン 砂糖 ○醤油				
			リングパイン 2こ	リングパイン缶【パインアップル・砂糖・クエン酸】				
13	(木)	●	けんみんのひ こんだて	精白米 強化米(※コンタミネーション:小麦・大豆・鶏肉・豚肉)	683	25.8		
			よしかわさんやさいのあんかけじる	豚肉 長ねぎ はくさい にんじん だいこん しょうが なたね油 ごま油 ○薄口醤油 食塩 でん粉 ○豚がらスープ ○和風だし ○料理酒				
			よしかわさんこまつなメンチ	吉川産小松菜メンチ【鶏肉・玉ねぎ・小麦粉・イースト・果糖ぶどう糖液糖・ショートニング・食塩・大豆粉・pH調整剤・とうもろこしでん粉(大豆)・香辛料・加工でんぷん・トレハロース・増粘多糖類・豚肉・小松菜・豚脂・トマトケチャップ・砂糖・玄米発酵調味料・みりん・白こしょう】(※コンタミネーション:卵・乳・小麦・牛肉・豚肉・鶏肉・ゼラチン・りんご・オレンジ・大豆・ごま) なたね油				
			↑ソース	○中濃ソース				
			かてめしのぐ	鶏肉 油揚げ(大豆) 高野豆腐(大豆) にんじん ごぼう ○干ししいたけ こんにゃく いんげん ○醤油 砂糖 ○みりん風味調味料 ○料理酒 ごま油				
17	(月)	●	ごはんと	精白米 強化米(※コンタミネーション:小麦・大豆・鶏肉・豚肉)	621	28.2	◆	◆
			はっと	すいとん【小麦粉・食塩・加工でん粉・酸味料】(※コンタミネーション:そば・卵) 豚肉 はくさい 長ねぎ だいこん にんじん ○醤油 ○料理酒 ○みりん風味調味料 食塩 ○和風だし				
			あぶらふのたまごとじのぐ	鶏肉 油麩【小麦粉・グルテン(小麦)・大豆油】 たまねぎ にんじん ○干ししいたけ いんげん 鶏卵 三温糖 ○醤油 ○和風だし なたね油				
			りんご	りんご 食塩				
			↑ドレッシング	○イタリアンドレッシング				
18	(火)	●	しょくパン	食パン【輸入小麦粉・県産小麦粉・国産小麦粉・マーガリン・砂糖・イースト・食塩・小麦たんぱく・ビタミンC(原材料の一部に大豆を含む)】(※コンタミネーション:卵・乳・ごま)	662	34.0		
			とうにゅうチャウダー	ベーコン【豚肉・食塩・砂糖・香辛料】(※コンタミネーション:牛肉・鶏肉・大豆・小麦) たまねぎ にんじん じゃがいも しめじ パセリ ○コンソメ 食塩 こしょう 豆乳(大豆) ○ホワイトルウ なたね油				
			とりにくのコーンフレークやき	鶏肉 ○半固形状ドレッシング コーンフレーク コーングリッツ・水あめ・砂糖・食塩・モルトエキス・乳化剤(※コンタミネーション:小麦・乳・大豆・りんご) パジル にんにく 食塩 こしょう なたね油				
			ブロッコリーのガーリックソテー	ブロッコリー ○ツナフレーク キャベツ にんにく 食塩 ○薄口醤油 こしょう なたね油				
			↑ドレッシング	○ごまクリーミードレッシング				
19	(水)	●	ごはん	精白米 強化米(※コンタミネーション:小麦・大豆・鶏肉・豚肉)	606	23.9		
			かしのじゅんじゅん	鶏肉 にんじん たまねぎ 長ねぎ はくさい えのきたけ しらたき 生揚げ(大豆) 砂糖 なたね油 ○醤油 ○料理酒 ○みりん風味調味料 ○和風だし				
			きびなごのサクサクあげ 2ひき	きびなごサクサク揚げ【きびなご・小麦粉・植物性油脂・澱粉・醤油(小麦・大豆)・みりん・発酵調味料・コーンフラワー・食塩・砂糖・植物性たんぱく(大豆)・生姜・粉末醤油(小麦・大豆)・みそ(大豆)・膨脹剤】(※コンタミネーション:えび・さば・ごま) なたね油				
			ごぼうサラダ	ごぼう きゅうり にんじん いんげん				
			↑ドレッシング	○ごまクリーミードレッシング				

スペインのりょうり

しがけんのきょうどりょうり

ひ に ち	よ う び	に ぎ ゆう	こんだてめい	こんだて しょうよくざいりょう 献立の使用食材料	栄養価		アレルギー 対応提供日	
					エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	卵 除 去 食	乳 除 去 食
20	(木)	●	ちゅうかめん	中華麺【輸入小麦粉・県産小麦粉・食塩・かんすい】(※コンタミネーション:そば・卵)	613	26.5		
			しょうゆラーメン	鶏肉 ○なると きくらげ にんじん こまつな キャベツ しょうが にんにく ○豚がらスープ ○中華スープの素 ○オイスターソース ○醤油 ごま油なたね油 こしょう				
			やきぎょうざ 2こ	餃子【豚肉・キャベツ・小麦粉・玉ねぎ・鶏肉・パン粉(小麦)・粒状小麦蛋白・砂糖・馬鈴薯澱粉・生姜・醤油(小麦・大豆)・食塩・コショウ・イーストフード・ビタミンC・ベニコウジ色素】(※コンタミネーション:ごま・えび・かに)なたね油				
			くわわかめいりサラダ	もやし きゅうり にんじん 茎わかめ				
			↑ドレッシング	○棒棒鶏ドレッシング				
わしよくのひ こんだて			ごはん	精白米 強化米(※コンタミネーション:小麦・大豆・鶏肉・豚肉)	620	25.7		
			ごじる	大豆水煮【大豆・海洋深層水・酸化防止剤】鶏肉 長ねぎ はくさい にんじん こまつな ○白みそ ☆いわし煮干し厚削り				
21	(金)	●	なまずフリッター	なまずフリッター【バス・小麦粉・コーンスターチ・大豆油・ベーキングパウダー】(※コンタミネーション:えび・いか・乳・卵・鶏肉・小麦・大豆)なたね油	620	25.7		
			↑ゆずソース	ゆず ゆず果汁 ○醤油 砂糖 ○みりん風味調味料 でん粉				
			きりぼしだいこんのもの	切干大根 いんげん 油揚げ(大豆) にんじん ○醤油 砂糖 ○料理酒 ○みりん風味調味料 ○和風だし なたね油				
25	(火)	●	あげパン(シュガー)	コッペパン【輸入小麦粉・県産小麦粉・国産小麦粉・マーガリン・砂糖・イースト・食塩・小麦たんぱく・ビタミンC(原材料の一部に大豆を含む)】(※コンタミネーション:卵・乳・ごま)なたね油 きび砂糖 三温糖 食塩	667	24.3		
			ABCスープ	アルファベットマカロニ(小麦) 鶏肉 にんじん たまねぎ こまつな しめじ なたね油 ○薄口醤油 ○コンソメ 食塩 こしょう				
			フランクのケチャップソース	○レバー入りフランク なたね油 ○ケチャップ ○中濃ソース 砂糖				
			サラダ	ホールコーン きゅうり にんじん キャベツ				
			↑ドレッシング	○フレンチドレッシング				
26	(水)	●	ごはん	精白米 強化米(※コンタミネーション:小麦・大豆・鶏肉・豚肉)	653	25.2		
			はるさめスープ	春雨 鶏肉 にんじん だいこん チンゲンサイ きくらげ こしょう ○醤油 食塩 ○中華スープの素 ごま油 なたね油				
			はるまき	春巻【粒状植物性たん白(大豆)・たけのこ・たまねぎ・にんじん・キャベツ・しょうゆ(小麦・大豆)・植物油脂(ごま・大豆)・でん粉・はるさめ・砂糖・鶏肉・小麦粉・ショートニング(大豆)・オイスターソース(小麦)・香辛料・乾燥しいたけ・粉末油脂・食塩・グルテン(小麦)・加工でんぷん・ソルビット・調味料・乳化剤・増粘剤】なたね油				
			ピビンパのぐ	豚肉 ○脱脂大豆 にんじん もやし こまつな にんにく しょうが ○料理酒 砂糖 ○醤油 ○穀物酢 ○コチュジャン なたね油 ごま油				
27	(木)	●	こどもパン	こどもパン【輸入小麦粉・県産小麦粉・国産小麦粉・砂糖・ショートニング・イースト・食塩・小麦たんぱく・ビタミンC(原材料の一部に大豆を含む)】(※コンタミネーション:卵・乳・ごま)	620	25.0		
			ジュリエンスープ	豚肉(※コンタミネーション:牛肉・豚肉・鶏肉) はくさい にんじん たまねぎ えのきたけ ピーマン なたね油 ○薄口醤油 ○コンソメ 食塩 こしょう				
			ハンバーグのオニオンソース	ハンバーグ【鶏肉・たまねぎ・豚脂・豚肉・粒状植物性たん白(大豆)・砂糖・ぶどう糖・食塩・酵母エキス・トマトペースト・香辛料・にんにくペースト・小麦不使用しょうゆ(大豆)・しょうがペースト・加工でん粉・炭酸Ca・セルロース・ピロリン酸第二鉄】(※コンタミネーション:牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン・ごま) たまねぎ にんにく しょうが でん粉 ○コンソメ 砂糖 ○醤油 なたね油				
			こんにゃくサラダ	サラダこんにゃく キャベツ きゅうり にんじん				
			↑ドレッシング	○コーンクリーミードレッシング				
28	(金)	●	★8大アレルギー除去献立 ※下の8大アレルギー除去献立の説明欄をよくご確認ください。		654	28.4		
			ごはん	精白米 強化米(※コンタミネーション:小麦・大豆・鶏肉・豚肉)				
			みそしる	油揚げ(大豆) だいこん にんじん ごぼう こまつな 長ねぎ ○赤みそ ○白みそ ○和風だし				
			ぶたにくのしょうがやき	豚肉(※コンタミネーション:牛肉・豚肉・鶏肉) ○料理酒 なたね油 しょうが ○みりん風味調味料 ○醤油 砂糖 でん粉				
			さといものそぼろに	さといも 豚肉 にんじん こんにゃく グリンピース ○醤油 砂糖 ○料理酒 ○みりん風味調味料 ○和風だし なたね油 でん粉				

【各マークについての説明】	基準栄養価 (小学校の基準は3・4年生が基準になっています。)	650	24
---------------	------------------------------------	-----	----

○	加工品	月に何度も使用する加工品です。毎学期始めに別途お配りしている原料表に詳細な内容を記載しています。原料表は学期を通して使用しますので、大切に保管してください。
☆	だし類	だしで使用する食材です。☆かつお節(※コンタミネーション:さば)、☆だし昆布(※コンタミネーション:小麦・大豆・くるみ・落花生・ごま・えび)、☆いわし煮干し厚削り(※コンタミネーション:さば)
★	8大アレルギー除去献立	除去の対象となるアレルギーは、表示義務のある卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生・くるみの8品目です。その他のアレルギーについては対象外となります。毎月献立表の使用食材料をよくご確認くださいませようお願い致します。 ※『学校給食における食物アレルギー対応指針(文部科学省)』に基づき実施するため、上記8品目であっても調味料やだし、油等にごく微量に含まれるアレルギーについては除去の対象外です。
◆	アレルギー対応食提供日	アレルギー対応食の対象者に、対応食が提供されます。対応食の使用食材料については、対象者に別途お渡ししている献立表をご覧ください。 なお、除去の対象となるのはアレルギー対応食のみです。提供日以外の献立には卵や乳が含まれる場合がありますので、使用食材料欄を必ずご確認ください。

【注意事項】	<ul style="list-style-type: none"> 都合により献立及び食材料の変更をすることがありますのでご了承ください。 表記が無くても、味の調整のため食塩・砂糖を使用することがあります。 丸ごと食べられる魚は、魚卵を含む場合があります。 ちりめんじゃこなどの小魚や海藻類には、甲殻類を含む場合があります。 コンタミネーション等に関する情報は、業者から開示されている情報のみを記載しています。記載の無い食材全てがコンタミネーションを含まないわけではありませんのでご注意ください。 ※コンタミネーションとは、食品を製造する際に、原材料としては使用していなくても、アレルギーとなる食材等が意図せずして混入してしまうことを言います。 (例:同じ工場内で使用している、同じ製造ラインで使用している等) 調理場内における調理過程でのコンタミネーション及びキャリーオーバーについては記載しておりません。 小学校の献立で使われていない食材であっても、中学校の献立で使用している場合があります。交差の無いよう注意して調理しておりますが、同じ調理場内で調理しておりますのでご了承ください。
--------	---

★献立表は市のホームページからも確認できます。(ホーム→子育て・教育)