

3月

しょうがっこう こんだてひょう

Table with columns for date (令和7年度), day (ひにち), month (ようび), item name (こんだてめい), ingredients (こんだて しょうじょうざいりょう 献立の使用食材料), energy value (エネルギー (kcal)), protein value (たんぱく質 (g)), and allergen removal status (アレルギー対応食提供日). Includes a star 8 allergen-free menu section.

| ひ に ち | よ う び | に ぎ ゆ う | こんだてめい | こんだて しょうしょくざいりょう 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 |
| 16 | (月) | ● | ★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。 | | 632 | 26.6 | | |
| | | | 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) | | | | |
| | | | かんとくに | 鶏肉 だいこん にんじん さといも ごぼう こんにゃく ミニ網揚げ (大豆) (※コンタミネーション：乳) いんげん ○和風だし ○薄口醤油 砂糖 ○みりん風味調味料 食塩 ○料理酒 | | | | |
| | | | 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 | | | | |
| | | | はくさいのおかかあえ | はくさい きゅうり にんじん | | | | |
| ↑たれ | ○醤油 砂糖 ○穀物酢 なたね油 ○かつお節 | | | | | | | |
| 17 | (火) | ● | 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) | 674 | 26.2 | ◆◆ | |
| | | | ちゅうかだいこんスープ | 豚肉 (※コンタミネーション：牛肉・豚肉・鶏肉) だいこん こまつな にんじん きくらげ こしょう ○豚がらスープ ○醤油 なたね油 ごま油 食塩 ○中華スープの素 でん粉 | | | | |
| | | | 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・粉あめ・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 | | | | |
| | | | チーズタッカルビ | 鶏肉 ○醤油 ○料理酒 砂糖 にんにく しょうが なたね油 キャベツ たまねぎ 長ねぎ トック餅【米・でん粉・食塩・酒精】 白菜キムチ【白菜・玉ねぎ・にんじん・砂糖・ぶどう糖果糖液糖・唐辛子・魚醤・食塩・でん粉・にんにく】 角切りチーズ【ナチュラルチーズ (乳) ・乳化剤・重曹】 ○コチュジャン 食塩 こしょう でん粉 ごま油 | | | | |
| ぞつぎょう おいわい こんだて | ★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。 | | 684 | 27.4 | | | | |
| | わかめごはん | 精白米 強化米 わかめ 砂糖 食塩 酵母エキス (※コンタミネーション：小麦・大豆・鶏肉・豚肉・えび・かに) | | | | | | |
| 18 | (水) | ● | せんぎりやさいのすましじる | 豚肉 細切りかまぼこ【たらすり身・砂糖・食塩・発酵調味料・加工でん粉・その他キャリーオーバー等】 もやし ごぼう にんじん みずな ○干しいたけ ○薄口醤油 ○料理酒 食塩 ☆だし昆布 ☆かつお節 | 684 | 27.4 | | |
| | | | とりにくのからあげ 2こ | 鶏肉 ○料理酒 ○醤油 しょうが にんにく でん粉 なたね油 | | | | |
| | | | こまつなごまよごし | キャベツ こまつな にんじん | | | | |
| | | | ↑たれ | 黒すりごま ○醤油 砂糖 | | | | |
| | | | おいわいクレープ | お祝いクレープ【豆乳 (大豆) ・加工油脂・砂糖ぶどう糖果糖液糖・麦芽糖・砂糖・いちごピューレー・植物油 (大豆) ・米粉・水あめ・いちご果汁・大豆粉・小麦不使用しょうゆ (大豆) ・加工でん粉・トレハロース・増粘剤・炭酸Ca・乳化剤 (大豆) ・増粘多糖類・香料・ビタミンC・紅麴色素・カラメル色素・メタリン酸Na・酸味料・ピロリン酸第二鉄・ベーキングパウダー・カロチノイド色素】 (※コンタミネーション：大豆・もも・りんご・バナナ) | | | | |
| 【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ます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。 <p>※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ませんが、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)</p> <ul style="list-style-type: none"> 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)