

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			
1	(水)	●	ごはん	○白飯	606	24.7					
			とうふのチゲ	押し豆腐(大豆) 豚肉 はくさい たまねぎ 長ねぎ チンゲンサイ にんにく しょうが ○赤みそ ○醤油 ○豆板醤 ○甜麵醬 食塩 ○和風だし ○料理酒 白すりごま 一味唐辛子 砂糖 ごま油							
			ちゅうかたまごのあまずあん	中華玉子【鶏卵・たけのこ・かに風味かまぼこ(小麦・大豆)・砂糖・人参・しいたけ・長ねぎ・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) なたね油 でん粉 ○穀物酢 砂糖 ○醤油							
			ナムル	もやし きゅうり にんじん							
			↑ドレッシング	○韓国ナムルドレッシング							
メニュー部門 給食センター賞:「なまずとなますのバインミー」岩崎 茜さん					587	27.4					
2	(木)	●	よしかわさんこめこいりコッペパン	吉川産米粉入りコッペパン【小麦粉・米粉・マーガリン(乳・大豆)・脱脂粉乳・砂糖・酵母・食塩・発酵風味液・ビタミンC・酵素(小麦)】(※コンタミネーション:乳・卵・落花生)							
			フォーとこまつなのスープ	豚肉 にんじん もやし クイッティオ【米・馬鈴薯でん粉】 こまつな ○中華スープの素 ○薄口醤油 ○豚がらスープ なたね油 ごま油 食塩 こしょう							
			なまずのカレーあげ	なまずのカレー揚げ【バサ・馬鈴薯でん粉・醤油(大豆・小麦)・酒・カレー粉・生姜】(※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							
			ブロッコリーいりなます	だいこん ブロッコリー にんじん ナンプラー【カタクチイワシ・食塩】 砂糖 ○穀物酢 なたね油 食塩							
			マンゴープリン	マンゴープリン【乳又は乳製品を主要原料とする食品(大豆)・糖類・マンゴーピューレー・ゲル化剤・香料(乳)・着色料・その他のキャリーオーバー等】							
★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。					668	34.6					
3	(金)	●	ごはん	○白飯							
			やさのみそしる	油揚げ(大豆) ○干しわかめ 木綿豆腐(大豆) にんじん たまねぎ 長ねぎ ○白みそ ○赤みそ ☆いわし煮干し厚削り							
			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							
			にらぶた	豚肉 にんにく しょうが こしょう キャベツ にら なたね油 ○料理酒 ○醤油 砂糖							
			ふりかけ	○おおかふりかけ							
★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。					601	28.6					
6	(月)	●	ごはん	○白飯							
			にくじゃが	豚肉 ミニ絹揚げ(大豆)(※コンタミネーション:乳) じゃがいも にんじん たまねぎ こんにゃく いんげん ○醤油 三温糖 砂糖 ○みりん風味調味料 なたね油 ○和風だし							
			いかのねぎしおやき	いか切身(※コンタミネーション:卵・乳・小麦・大豆・鶏肉・豚肉・さば・サケ・いか・りんご・ごま) 長ねぎ 食塩 ごま油 こしょう							
			コロコロきゅうり	きゅうり							
			↑ドレッシング	○青じそドレッシング							
★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。					607	25.5					
7	(火)	●	ごはん	○白飯							
			たなばたじる	魚そうめん【たら・発酵調味料・水飴・砂糖・食塩・加工でん粉・トレハロース】(※コンタミネーション:小麦・大豆・豚肉) 豆腐干絲(大豆) だいこん オクラ にんじん 長ねぎ ○干ししいたけ ○醤油 ○料理酒 食塩 ☆だし昆布 ☆かつお節							
			ほしがたハンバーグのみそだれ	星型ハンバーグ【鶏肉・たまねぎ・豚脂・粒状植物性たん白(大豆)・豚肉・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・炭酸カルシウム・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) しょうが ○料理酒 ○醤油 砂糖 ○みりん風味調味料 ○赤みそ でん粉							
			とうがんののもの	とうがん 鶏肉 しょうが えだまめ(大豆) ○薄口醤油 砂糖 ○料理酒 ○和風だし なたね油 でん粉 食塩							
			のむヨーグルト	飲むヨーグルト【乳製品・砂糖異性化液糖・イソマルトオリゴ糖シロップ・ポリデキストロース・乳たんぱく質濃縮物・ミルクカルシウム(乳)・香料(乳)・ピロリン酸鉄】(※コンタミネーション:りんご・もも)							
8	(水)	●	なつやさいカレー	豚肉 かぼちゃ たまねぎ ピーマン なす トマト ダイストマト缶【トマト・トマトピューレ・クエン酸】 にんにく しょうが ○ケチャップ ○でん粉カレールウ ○カレールウ ○中濃ソース ○カレー粉 ○赤ワイン なたね油 こしょう							
			やきフランク	○レバー入りフランク なたね油							
			コーンといんげんのソテー	ベーコン【豚かた肉・食塩・砂糖・香辛料】(※コンタミネーション:牛肉・鶏肉・大豆・小麦) ホールコーン いんげん たまねぎ 食塩 こしょう なたね油							
			ちゅうかめん	○中華麺							
			タンメン	豚肉 もやし にんじん にら 長ねぎ キャベツ なたね油 こしょう 塩ラーメンスープ【食塩・醤油(小麦・大豆)・香味料・魚介エキス(さば)・砂糖・畜肉エキス(小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)・昆布・かつお削り節・野菜エキス(小麦・大豆)・調味料・酸化防止剤】 ○豚がらスープ 食塩 ○中華スープの素 ごま油							
9	(木)	●	はるまき	春巻【キャベツ・玉ねぎ・にんじん・豚脂・春雨・大豆蛋白・醤油(小麦・大豆)・馬鈴薯澱粉・食塩・砂糖・ぶどう糖・菜種油・チキンエキス調味料(鶏肉)・にら・干ししいたけ・こしょう・にんにく・ピロリン酸第二鉄製剤・小麦粉】(※コンタミネーション:乳・小麦・豚肉・鶏肉・オレンジ・大豆・鮭・いか・ごま・かに・えび・りんご) なたね油							
			だいこんサラダ	だいこん きゅうり にんじん							
			↑ドレッシング	○棒棒鶏ドレッシング							
			★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。					629	26.8		
			10	(金)	●	ごはん	○白飯				
とんじる	豚肉 油揚げ(大豆) じゃがいも だいこん にんじん 長ねぎ ごぼう こんにゃく ○赤みそ ○白みそ ごま油 ☆いわし煮干し厚削り										
あじのなんばんづけ	あじ濃粉付き(※コンタミネーション:小麦・乳・いか・鮭・さば・大豆・ごま) なたね油 にんにく しょうが 長ねぎ ○醤油 砂糖 ごま油 ○穀物酢 白すりごま										
もやしのあえもの	もやし はくさい にんじん										
↑たれ	○醤油 砂糖 ○穀物酢 なたね油 ○かつお節										
13	(月)	●	ごはん	○白飯							
			むらもじる	鶏肉 鶏卵 長ねぎ 木綿豆腐(大豆) にんじん こまつな ○干ししいたけ ○醤油 ○みりん風味調味料 ○料理酒 食塩 ☆だし昆布 ☆かつお節 でん粉							
			ぶたにくのしょうがやき	豚肉 ○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							
			やさのみそいため	鶏肉 にら たまねぎ キャベツ しょうが なたね油 ○赤みそ ○醤油 砂糖 ごま油							
			こどもパン	○こどもパン							
14	(火)	●	コンソメスープ	○レバー入りウインナー キャベツ にんじん いんげん しめじ なたね油 ○薄口醤油 ○コンソメ 食塩 こしょう							
			コーンコロケ	コーンコロケ【とうもろこし・小麦粉・果糖ぶどう糖液糖・砂糖・ショートニング(大豆)・食塩・香辛料・パン粉(小麦・大豆)・でん粉・植物油(大豆)・還元水あめ・粉末状植物性たん白(大豆)・加工でん粉・乳化剤(大豆)・香料】(※コンタミネーション:卵・乳) なたね油							
			↑ソース	○中濃ソース							
			ラタウイユ	鶏肉 たまねぎ ブッキーニ なす ピーマン 黄パプリカ にんにく なたね油 ○コンソメ 食塩 こしょう 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 ○白ワイン バジル							
			フランスのりょうり								

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
15	(水)	●	ごはん	○白飯	607	29.5	◆	◆
			やさいスープ	豚肉 にんじん ○たけのこ水煮 はくさい きくらげ ○なると こしょう ○醤油なたね油 ごま油 食塩 ○中華スープの素 でん粉				
			ガバオライスのぐ	鶏肉 ○脱脂大豆 たまねぎ 赤パプリカ エリンギ こまつな にんにく バジル ナンプラー【カタクチイワシ・食塩】 ○醤油 ○オイスターソース 食塩 ○豆板醤 ○料理酒 砂糖なたね油				
			フルーツあんじん	○黄桃缶 杏仁豆腐【果糖ぶどう糖液糖・砂糖・食用植物油・寒天・乳たん白・ホエイパウダー(乳)・香料・ゲル化剤(大豆)・乳化剤・ビタミンC・クエン酸・pH調整剤】(※コンタミネーション:乳・大豆) ダイゼリー(りんご)【りんご果汁・砂糖ぶどう糖果糖液糖・砂糖・ぶどう糖・水溶性食物繊維・ゲル化剤・香料・酸味料・クエン酸鉄Na】(※コンタミネーション:卵・乳・オレンジ・キウイ・大豆・もも・りんご・ゼラチン・バナナ・ごま)				

【各マークについての説明】

基準栄養価 <small>(小学校の基準は3・4年生が基準になっています。)</small>	650	24
--	------------	-----------

○	加工品	月に何度も使用する加工品です。毎年度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。 原料表は年度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	だしで使用している食材です。☆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。 <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)</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)