

日	曜日	牛乳	献立名	献立の使用食材料	栄養価		アレルギー対応		
					エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	卵除去食	乳除去食	卵乳除去食
1	(水)	●	ご飯	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)	795	30.9			
			もやしとわかめのスープ	〇干しわかめ 鶏肉 にんじん 緑豆もやし こまつな にんにく ごま油 〇豚ガラスープ 〇薄口醤油 食塩 〇中華スープの素					
			豚肉の吉川産ゆずソース	豚肉 吉川産ゆず ゆず果汁 (※コンタミネーション:りんご・大豆) なたね油 砂糖 〇みりん風味調味料 でん粉 〇料理酒 〇醤油					
			大根の中華サラダ	だいこん きゅうり にんじん					
			↑ドレッシング	〇棒棒鶏ドレッシング					
2	(木)	●	地粉うどん	地粉うどん【県産小麦粉・食塩】 (※コンタミネーション:そば・卵)	808	25.6	◆	◆	
			かき玉うどん	豚肉 鶏卵 ☆かつお節 だいこん にんじん こまつな 砂糖 でん粉 〇醤油 〇料理酒 食塩					
			大学芋	さつまいも なたね油 黒いりごま 砂糖 〇醤油					
			白菜のおかか煮	〇さつま揚げ 〇かつお節 はくさい にんじん しょうが 〇みりん風味調味料 〇醤油					
6	(月)	●	ご飯	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)	789	32.0			
			みそけんちん汁	鶏肉 木綿豆腐 (大豆) 〇赤みそ 〇白みそ ☆いわし煮干し厚削り ごぼう にんじん こんにゃく だいこん 里芋 (※コンタミネーション:大豆)					
			肉団子の甘酢あん 3個	味付け肉団子【鶏肉・たまねぎ・パン粉 (小麦・大豆・乳) ・粒状大豆たん白・砂糖・食塩・発酵調味料・醤油 (大豆・小麦) ・香辛料・大豆油・加工でん粉・調味料・pH調整剤・ソルビトール・酒精・醸造酢・チキンエキス (鶏肉) ・増粘多糖類・アミノ酸など・カラメル色素】 (※コンタミネーション:卵・豚肉・牛肉)					
			ケーブイリチー	細切り昆布 油揚げ (大豆) 豚肉 にんじん いんげん ごま油 砂糖 〇醤油 〇料理酒 〇和風だし					
			沖縄県の郷土料理						
7	(火)	●	ソフトフランスパン	ソフトフランスパン【輸入小麦粉・県産小麦粉・ショートニング・イースト・砂糖・食塩・小麦たんぱく・モルト・ビタミンC (原材料の一部に小麦・大豆を含む)】 (※コンタミネーション:卵・乳・ごま)	842	39.8	◆	◆	
			シュクメルリ	鶏肉 粉チーズ (乳) 生クリーム (乳) 豆乳 (大豆) 玉ねぎ にんじん にんにく グリンピース 〇有塩バター (乳) なたね油 小麦粉 こしょう 〇白ワイン 〇コンソメ 食塩					
			いかのエスカベッシュ	いか切身 玉ねぎ 黄ピーマン 赤ピーマン 青ピーマン でん粉 なたね油 オリーブオイル 砂糖 〇穀物酢 〇白ワイン 食塩 こしょう ローリエ					
			フジリときのこのソテー	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) しめじ しいたけ マッシュルーム キャベツ にんにく パセリ フジリマカロニ (小麦) なたね油 〇有塩バター (乳) 〇チキンスープストック 食塩 こしょう					
8	(水)	●	ご飯	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)	798	37.4			
			八宝菜	豚肉 いか短冊切り (※コンタミネーション:いか・さば・さけ・えび・卵・乳・小麦・大豆・ごま・りんご・ゼラチン) むきえび【えび・食塩】 (※コンタミネーション:えび・かに・いか) はくさい にんじん 〇たけのこ 玉ねぎ しょうが きくらげ 青ピーマン でん粉 なたね油 ごま油 〇醤油 食塩 〇豚ガラスープ 〇中華スープの素 こしょう 〇オイスターソース 〇料理酒					
			ささみの甘辛揚げ	鶏肉 でん粉 なたね油 〇みりん風味調味料 砂糖 〇醤油					
			みかん	みかん					
9	(木)	●	★7大アレルゲン除去献立 ※裏の7大アレルゲン除去献立の説明欄をよくご確認ください		806	32.0			
			ご飯	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)					
			吉川産レタス入りミネストローネ	鉄強化ウインナー【豚肉・食塩・砂糖・香辛料・パン酵母】 (※コンタミネーション:豚肉・鶏肉・乳・大豆) にんじん 玉ねぎ 吉川産レタス しめじ ホールトマト缶【トマト・トマトピューレ・クエン酸】 トマトピューレ なたね油 〇コンソメ 食塩 こしょう 〇白ワイン ローリエ パセリ					
			鮭のまろやか焼き	塩鮭切り身 (※コンタミネーション:卵・乳・小麦・えび・いか・鮭・さば・大豆・鶏肉・豚肉・山芋・りんご・ごま・オレンジ) 〇白みそ なたね油 半固形状ドレッシング【食用植物油 (大豆) ・水あめ・砂糖・醸造酢・食塩・加工でん粉・増粘多糖類・粉末状大豆たん白・香辛料・酵母エキス】 (※コンタミネーション:えび・小麦・卵・乳・落花生・カシューナッツ・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン・魚介類) 〇穀物酢					
			温野菜	カリフラワー キャベツ ホールコーン にんじん					
↑ドレッシング	〇フレンチドレッシング								
10	(金)	●	ご飯	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)	858	32.0			
			ワンタンスープ	豚肉 こまつな 緑豆もやし にんじん 干しいたけ 乾燥ワンタン【小麦粉・食塩】 なたね油 ごま油 〇醤油 食塩 〇中華スープの素 こしょう					
			鶏肉とカシューナッツの炒め物	鶏肉 しょうが 玉ねぎ 青ピーマン でん粉 じゃがいも カシューナッツ (※コンタミネーション:落花生) なたね油 砂糖 〇料理酒 〇醤油					
			キムたくご飯の具	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) 白菜キムチ【白菜・大根・唐辛子・にんにく・にんじん・長ねぎ・しょうが・食塩・砂糖・昆布・酵母エキス】 たくあん漬【塩押だいこん・砂糖・ぶどう糖果糖液糖・アミノ酸液 (大豆) ・醸造酢・食塩・酵母エキス・ぬか類】 いんげん なたね油 〇料理酒 〇薄口醤油 〇豚ガラスープ					
県民の日 献立		●	ご飯	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)					
			吉川汁	〇なると 木綿豆腐 (大豆) ☆だし昆布 ☆かつお節 長ねぎ にんじん だいこん でん粉 〇料理酒 〇醤油 食塩					
13	(月)	●	ゼリーフライ	ゼリーフライ【じゃがいも・おから (大豆) ・小麦粉・長ネギ・たまねぎ・にんじん・パン粉 (小麦) ・食塩・食用大豆油・こしょう・イーストフード・ビタミンC】 (※コンタミネーション:小麦・大豆・豚肉・鶏肉・かに・えび・ごま) なたね油	789	21.8			
			↑ソース	〇中濃ソース					
			ごまよごし	こまつな 緑豆もやし					
			↑ごまだれ	砂糖 黒すりごま 〇醤油					
			五家宝	五家宝【吉川産もち米・大豆・麦芽水あめ・グラニュー糖・水あめ】					
			★7大アレルゲン除去献立 ※裏の7大アレルゲン除去献立の説明欄をよくご確認ください						
15	(水)	●	ご飯	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)	816	31.8			
			コーヒー牛乳	コーヒーミルク【生乳・砂糖・コーヒー・乳製品・重曹・活性炭処理水】					
			なめこのみそ汁	油揚げ (大豆) 〇赤みそ ☆かつお節 なめこ えのきたけ だいこん 長ねぎ こまつな					
			鶏肉の唐揚げ 2個	鶏肉 しょうが にんにく でん粉 なたね油 〇料理酒 〇醤油					
			きんぴらごぼう	豚肉 ごぼう にんじん つきこんにゃく 砂糖 〇みりん風味調味料 なたね油 一味唐辛子 〇醤油 〇和風だし					
16	(木)	●	中華麺	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)	781	34.8			
			しょうゆラーメン	鶏肉 〇なると ☆かつお節 きくらげ にんじん たら キャベツ ホールコーン しょうが にんにく なたね油 ごま油 〇中華スープの素 〇醤油 〇オイスターソース こしょう 〇豚ガラスープ					
			県産小麦の肉まん	肉まん【小麦粉・豚肉・たまねぎ・たけのこ・砂糖・醤油 (小麦・大豆) ・ラード (豚肉・大豆) ・パン粉 (小麦) ・イースト・加工でん粉・ベーキングパウダー・しいたけ・ごま油・食塩・しょうがパウダー・こしょう】 (※コンタミネーション:乳・卵・牛肉・えび・鶏肉・ゼラチン・りんご)					
			豚肉のみそ炒め	豚肉 〇赤みそ 〇甜麺醤 玉ねぎ 緑豆もやし チンゲンサイ にんじん しょうが なたね油 砂糖 こしょう 〇醤油 〇料理酒 食塩					
17	(金)	●	ご飯	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)	804	31.9			
			すき焼き風煮	豚肉 焼き豆腐 (大豆) にんじん 玉ねぎ 長ねぎ はくさい えのきたけ しらたき 砂糖 なたね油 〇みりん風味調味料 〇醤油 〇料理酒 〇和風だし					
			子持ちししゃもの竜田揚げ 2匹	子持ちししゃもの竜田揚げ【ししゃも・馬鈴薯でん粉・醤油 (小麦・大豆) ・みりん】 (※コンタミネーション:小麦・大豆・さば・鮭・いか・ごま) なたね油					
			コロコロ大根	きゅうり だいこん					
			↑ドレッシング	〇青じそドレッシング					

日	曜日	アレルギー対応食の提供	牛乳	献立名	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
日本の料理 岩手県						825	33.4	◆	◆
20 (月)		●	ご飯	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)					
			はっと	豚肉 ☆かつお節 ☆だし昆布 はくさい にんじん こまつな だいこん 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) ○みりん風味調味料 ○料理酒 食塩 ○醤油					
			油麩の卵とじ丼の具	鶏肉 鶏卵 玉ねぎ にんじん 干ししいたけ スナックえんどう 油麩【小麦粉・グルテン (小麦)・大豆油】 三温糖 なたね油 ○醤油 ○和風だし					
			室根りんご	りんご 食塩					
21 (火) スプーン						784	24.3	◆	◆
		●	ご飯	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)					
			コンソメスープ	レバー入りウインナー【豚肉・豚レバー・食塩・砂糖・香辛料】 (※コンタミネーション:豚肉・鶏肉・乳・大豆) はくさい にんじん パセリ 玉ねぎ しめじ なたね油 ○コンソメ ○薄口醤油 食塩 こしょう					
			あじの狭山茶フライ	あじの狭山茶フライ【メアジ・パン粉 (小麦)・でん粉・小麦粉・小麦でん粉・粉末状大豆たん白・増粘剤・煎茶・食塩・こしょう】 (※コンタミネーション:卵・乳・小麦・えび・いか・鮭・さば・大豆・鶏肉・豚肉・山芋・りんご・ごま) なたね油					
			↑ソース	○中濃ソース					
			茎わかめのサラダ	くきわかめ キャベツ きゅうり にんじん					
			↑ドレッシング	○和風クリーミードレッシング					
22 (水) スプーン						811	27.4		
		●	ご飯	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)					
			ムグック(韓国風大根スープ)	鶏肉 ☆いわし煮干し厚削り チンゲンサイ だいこん 長ねぎ にんにく なたね油 ごま油 ○薄口醤油 食塩 こしょう ○豚ガラスープ					
			春巻	春巻【キャベツ・たまねぎ・にんじん・豚脂・春雨・大豆たん白・醤油 (大豆・小麦)・馬鈴薯でん粉・食塩・砂糖・ブドウ糖・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・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・かに・えび・いか・ごま・りんご) なたね油					
			ピビンバの具	豚肉 ○脱脂大豆 ○コチュジャン にんにく しょうが にんじん 緑豆もやし こまつな なたね油 砂糖 ごま油 ○料理酒 ○醤油 ○穀物酢					
和食の日 献立						★7大アレルギー除去献立 ※下の7大アレルギー除去献立の説明欄をよくご確認ください			
24 (金)						815	36.2		
		●	ご飯	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)					
			利休汁	豚肉 油揚げ (大豆) ○白みそ ☆かつお節 にんじん 長ねぎ 干ししいたけ だいこん 里芋 (※コンタミネーション:大豆) 練りごま 白すりごま ごま油					
			赤魚の吉川産ねぎの香り焼き	赤魚切身ねぎ香り漬【赤魚・吉川産ねぎ・醤油 (大豆・小麦)・清酒・みりん・いりごま・食用ごま油・食塩】 (※コンタミネーション:卵・乳・小麦・えび・いか・鮭・さば・大豆・鶏肉・豚肉・山芋・りんご・ごま・オレンジ) なたね油					
			県産大豆の五目豆	大豆水煮 鶏肉 にんじん いんげん 角切り昆布 ごぼう こんにゃく 砂糖 ○みりん風味調味料 なたね油 ○醤油 ○和風だし					
27 (月)						837	35.4		
		●	ご飯	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)					
			春雨スープ	豚肉 にんじん ○たけのこ チンゲンサイ 春雨 ごま油 なたね油 ○醤油 ○中華スープの素 食塩 こしょう					
			緑の埼玉まんじゅう 3個	緑の埼玉まんじゅう【鶏肉・小松菜・鶏すり身・調味だし (小麦・大豆)・にら・コンスターチ・パン粉 (小麦)・粒状大豆たん白・ドロマイト・しょうが・ピロリン酸第二鉄・小麦・こんにゃく粉・大豆粉末・食塩・砂糖・小麦でん粉・粉末状小麦たん白】 (※コンタミネーション:卵・乳・えび・かに・いか・牛肉・豚肉・ゼラチン・ごま) なたね油					
			生揚げのチリソース煮	鶏肉 生揚げ (大豆) 玉ねぎ グリンピース にんにく しょうが 砂糖 なたね油 ごま油 でん粉 ○料理酒 ○ケチャップ ○醤油 ○コンソメ ○穀物酢					
28 (火) スプーン						842	28.4		
		●	ご飯	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)					
			ABCスープ	鶏肉 こまつな にんじん 玉ねぎ しめじ アルファベットマカロニ (小麦) なたね油 ○醤油 こしょう ○コンソメ 食塩					
			ハンバーグのシャリアピンソース	ハンバーグ【豚肉・鶏肉・たまねぎ・粒状植物性たん白 (大豆)・豚脂・難消化性デキストリン・果糖ぶどう糖液糖・でん粉・粉末状植物性たん白 (大豆)・ドロマイト・ぶどう糖加工品・ポークエキス (豚肉)・発酵調味料・食塩・加工油脂・酵母エキス・チキンブイヨン (鶏肉)・加工でん粉・クエン酸鉄Na・その他キャリアオーバー等 (大豆)】 にんにく 玉ねぎ オリーブオイル ○みりん風味調味料 砂糖 ○赤ワイン ○醤油 ○穀物酢					
			マセドアンサラダ	にんじん きゅうり ホールコーン じゃがいも					
			↑ドレッシング	○サウザンアイランドドレッシング					
29 (水) スプーン						788	28.3		
		●	ご飯	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)					
			吉川産大根・ねぎのカレー	鶏肉 ○とりレバーそばろ 吉川産だいこん 吉川産だいこん葉 吉川産長ねぎ 玉ねぎ にんじん にんにく しょうが ○みりん風味調味料 ○でん粉カールルウ なたね油 ○醤油 ○カレー粉 ○和風だし					
			ゆで卵	鶏卵					
			もやしのソテー	豚肉 青ピーマン にんじん 緑豆もやし でん粉 なたね油 ○コンソメ 食塩 こしょう					
30 (木) スプーン						810	29.6		
		●	揚げパン(ココア)	コッペパン【輸入小麦粉・県産小麦粉・マーガリン・砂糖・国産脱脂粉乳・イースト・食塩・小麦たんぱく・ビタミンC (原材料の一部に小麦・乳・大豆を含む)】 (※コンタミネーション:卵・乳・ごま) ココア 砂糖 なたね油 食塩					
			ジュリエンスープ	豚肉 はくさい にんじん 玉ねぎ えのきたけ 青ピーマン なたね油 ○コンソメ 食塩 ○薄口醤油 こしょう					
			フランクのケチャップソース	鉄強化フランク【豚肉・食塩・砂糖・香辛料・パン酵母】 (※コンタミネーション:鶏肉・牛肉・大豆・小麦) なたね油 砂糖 ○ケチャップ ○中濃ソース					
			こんにゃくサラダ	キャベツ きゅうり にんじん サラダこんにゃく					
			↑ドレッシング	○イタリアンドレッシング					
基準栄養価						830	27~41.5		

【各マークについての説明】		
○	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)、☆煮干し (※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
★	7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 の7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7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"> <li>都合により献立及び食材料・産地の変更をすることがありますのでご了承ください。</li> <li>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。</li> <li>丸ごと食べられる魚は、魚卵を含む場合があります。</li> <li>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。</li> <li>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。</li> </ul>		
<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"> <li>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アオーバーについては記載しておりません。</li> <li>中学校の献立で使われていない食材であっても、小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。</li> </ul>		

★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→学校給食)