

令和5年6月 食材詳細献立表

表示義務(特定原材料7品目) 卵、乳、小麦、落花生(ピーナッツ)、えび、そば、かに
 ※材料・天候・その他により献立を変更する場合があります。
 ※食材や調味料等について、()内にアレルギー食材の記載をしています。
 ※使用頻度の高いしょうゆ(小麦・大豆)、大豆油(大豆)、さとう、料理酒(小麦)、酢(小麦)、アレルギーを含まない調味料についてはアレルギー表示を含め記載を省略しています。
 ※アーザ・もずくの養殖場には、ヨコエヒ類(食物アレルギー表示外)が生息しています。
 ※カワハギ、海産類、小魚類はえび、かにが混ざる漁法・生息域で捕獲されています。
 ※給食で使用しているかまぼこ等の練り製品は、基本的に卵抜きを使用しています。
 ※大量調理を行うため、微量のアレルゲンの混入(コグマミネーション)を完全に避けることはできません。
 ※詳細な情報を知りたい方は、給食センターまでご連絡ください。

日	曜日	こんだて	(あか) おもに体をつくるものになる食品	(きいろ) おもにエネルギーのものになる食品	(みどり) おもに体の調子を整えるものになる食品	調味料
1	木	ごはん		こめ		
		キャベツのコンソメスープ		ABCマカロニ, じゃがいも	キャベツ, にんじん, たまねぎ, しいたけ	ポークビヨン(豚・鶏)
		タコスミート	牛肉, 豚肉, 高野豆腐		にんじん, たまねぎ, ピーマン, トマト, にんにく	ポークビヨン(豚・鶏), チリミックス(乳, 小麦, 豚)
		スライスチーズ	チーズ			
2	金	ごはん		こめ		
		ハヤシライス	豚肉	じゃがいも, マーガリン(乳), 小麦粉, 生クリーム	にんじん, たまねぎ, マッシュルーム, しめじ, トマト, コーン, にんにく	ハヤシルー(小麦, 大豆, 牛), フォンドボー(小麦・牛・大豆・鶏・ ゼラチン), ポークビヨン(豚・鶏)
		車麩ナゲット	鶏肉	麩(小麦), なたね油(大豆)	にんにく	
		フルーツ白玉	黒豆	白玉団子	みかん, もも, 洋なし, ぶどう, パイン, チェリー	
5	月	ごはん		こめ		
		みそ汁	鶏肉, みそ	じゃがいも	大根, にんじん, チンゲン菜, ねぎ, しいたけ	チキンビヨン(鶏)
		きんぴらごぼう	豚肉, うす揚げ	白ごま, ごま油	ごぼう, こんにゃく, にんじん, 赤ピーマン, ピーマン	ポークビヨン(豚・鶏)
6	火	カリカリ梅ごはん		こめ		
		魚ソーメン汁	卵なし細かまぼこ, もずく		白菜, にんじん, 長ねぎ, えのき	ポークビヨン(豚・鶏)
		筑前煮	鶏肉		にんじん, ごぼう, こんにゃく, しいたけ, 大根, あお豆	ポークビヨン(豚・鶏)
		黒糖ピーンズ	大豆	黒糖		
7	水	あさりトマトのスパゲティ	あさり, 鶏肉	スパゲティ, オリーブ油	たまねぎ, にんじん, しめじ, トマト, なす, マッシュルーム, にんにく, パジル粉	チキンビヨン(鶏)
		骨太サラダ	わかめ, 茎わかめ, 昆布, しらす	白すりごま, ドレッシング(小麦・大豆・りんご)	キャベツ, ブロッコリー, にんじん	
		キャベツメンチカツ	鶏肉, 豚肉	なたね油	キャベツ, たまねぎ	
8	木	ごはん		こめ		
		キムチ肉じゃが	豚肉, 油揚げ, チーズ	じゃがいも	にんにく, にんじん, たまねぎ, あお豆, こんにゃく, 白菜キムチ(小麦, 大豆, りんご, さば)	
		いわしの梅煮	いわし	さとう, みずあめ	梅肉ペースト	
		オレンジ1/4			オレンジ	
9	金	ごはん		こめ		
		ゆし豆腐	ゆし豆腐		さんとうさい, ねぎ	ポークビヨン(豚・鶏)
		千切りチー	豚肉, 昆布, 卵なしチキアギ		切干大根, にんじん, 小松菜, こんにゃく	ポークビヨン(豚・鶏)
		すいか(中学校)			すいか	
12	月	ごはん		こめ		
		鶏大根	鶏肉, 絹厚揚げ, 卵なしボール天, うずら卵		大根, にんじん, たまねぎ, 白菜, きくらげ, にんにく, しょうが	ポークビヨン(豚・鶏)
		納豆入りアングルスー	ひきわり納豆, みそ, かつお節			
		カルフィッシュ	かたくちいわし	米粉, さとう		
13	火	ごはん		こめ		
		春雨スープ	ミートボール(小麦・牛・豚・鶏・大豆)	はるさめ, だん粉	しいたけ, にんじん, 白菜, 小松菜, 長ねぎ	ポークビヨン(豚・鶏)
		回鍋肉	豚肉, 厚揚げ, みそ	ごま油, だん粉	にんにく, しょうが, キャベツ, ピーマン, にんじん, たけのこ	トウバンジャン(大豆) テンメンジャン(小麦・大豆)
		うまかつ	大豆, かたくちいわし, 昆布	セサミクラッカー(小麦・ごま), アーモンド, ひまわりの種, 松の実, かぼちゃの種		
14	水	きなご揚げパン (上田小, とよみ小, 長嶺小, ゆたか小)	脱脂粉乳, きな粉	小麦粉, さとう, ショートニング, 黒糖		
		コッペパン(上記以外の学校)	脱脂粉乳	小麦粉, さとう, ショートニング		
		黒豆きなごクリーム(上記以外の学校)	きな粉	食用油脂(ごま), (一部乳由来成分)		
		豆乳クリームスープ	鶏肉, 無塩せきベーコン(豚), 豆乳	じゃがいも, 乳なしマーガリン(大豆), 小麦粉	にんじん, たまねぎ, 白菜, ブロッコリー, にんにく, マッシュルーム	ホワイトルー(小麦・豚) チキンビヨン(鶏)
15	木	たんかん風味サラダ	鶏肉	ドレッシング(小麦・大豆・ゼラチン)	ブロッコリー, きゅうり, にんじん, コーン	
		チーズ	チーズ			
		ごはん		こめ		
		イナムドウチ	豚肉, 卵なしかまぼこ, みそ		しいたけ, こんにゃく	ポークビヨン(豚・鶏)
16	金	ゴーヤチャンプルー	卵, ツナ, 無塩せきポーク(豚・鶏), 豆腐	大豆油	ゴーヤ, にんじん, たまねぎ	
		給食のり	のり	さとう, みずあめ		
		クープジュシー (上田小, とよみ小, 長嶺小, ゆたか小)	豚肉, 卵なしかまぼこ, 昆布	こめ, 麦(大麦)	にんじん, しいたけ, ねぎ	チキンビヨン(鶏)
		炊き込みごはん(上記以外の学校)	鶏肉	こめ	ごぼう, にんじん, しいたけ	
19	月	けんちん汁	油揚げ, 豆腐		大根, にんじん, 長ねぎ, しいたけ	ポークビヨン(豚・鶏)
		ししゃもフライ	ししゃも	パン粉(小麦・大豆), だん粉(小麦)		
		麦ごはん		こめ, 麦(大麦)		
		わかめスープ	豆腐, わかめ	だん粉, ごま油	にんじん, えのき, 長ねぎ, にんにく	チキンビヨン(鶏)
20	火	ブルコギ丼(具)	牛肉, 赤みそ	春雨, ごま油, 白ごま, だん粉	にんじん, ピーマン, たまねぎ, たけのこ, にんにく, こんにゃく	ブルコギのたれ(小麦・大豆・もも・ごま) コチュジャン(大豆), テンメンジャン(小麦・大豆)
		ミニトマト2個			トマト	
		冷やし中華(中華麺)		小麦粉, 植物油脂		
		冷やし中華(具)	無塩せきハム(豚・鶏), ツナ, わかめ		きゅうり, もやし, 小松菜, にんじん	
21	水	冷やし中華(たれ)		ごま油, なたね油(大豆)	りんご, レモン果汁	
		あじフライ	あじ	パン粉(小麦)		
		すいか (上田小, とよみ小, 長嶺小, ゆたか小)			すいか	
		みかんゼリー(上記以外の学校)		さとう, みずあめ	みかん果汁	
22	木	ごはん		こめ		
		冬瓜のスープ	鶏肉		えのき, しいたけ, 冬瓜, にんじん, 小松菜	チキンビヨン(鶏)
		ドライカレー	鶏肉, 豚肉, 刻み大豆, 高野豆腐		ごぼう, たまねぎ, にんじん, マッシュルーム, ピーマン, コーン, ブルーン, にんにく, トマト	ドライカレールー(乳・小麦・りんご・牛・ 豚), デミグラスソース(小麦・鶏)
		あまがし	金時豆	黒糖, 押し麦(大麦)	緑豆	
26	月	ポロポロジュシー	鶏肉, 卵なしかまぼこ, もずく	こめ, 大麦, 大豆油	大根, にんじん, ねぎ, しいたけ	チキンビヨン(鶏)
		パパイヤイリチー	豚肉, 卵なしチキアギ, みそ		青パパイヤ, にんじん, 小松菜	ポークビヨン(豚・鶏)
		ナムクジャンダーギー		マッシュポテト, 紅いも, だん粉		
		バーガーパン		小麦粉, さとう, ショートニング		
27	火	かぼちゃのカレースープ	鶏肉, 白花生, 白いんげん豆, 豆乳	じゃがいも, 小麦粉, 乳なしマーガリン	かぼちゃ, にんじん, たまねぎ, にんにく	ホワイトルー(小麦・豚), チキンビヨン(鶏)
		魚フライ	ホキ	パン粉(小麦・大豆), だん粉, 米粉, みずあめ		
		コールスローサラダ		ドレッシング, ノンエッグマヨネーズ	キャベツ, きゅうり, コーン, にんじん	
		ごはん		こめ		
28	水	アーサ汁	アーサ, 絹ごし豆腐, 卵なしかまぼこ		大根, ねぎ	ポークビヨン(豚・鶏)
		豚肉の生姜焼き	豚肉	だん粉	にんじん, たまねぎ, 小松菜, こんにゃく, たけのこ, 赤ピーマン, しょうが	
		すいか (豊見城小, 座安小, 伊良波小, 豊崎小)			すいか	
		りんごゼリー(上記以外の学校)		さとう, みずあめ	りんご果汁	
29	木	ごはん		こめ		
		マーボー豆腐	豚肉, 高野豆腐, 豆腐, みそ	ごま油, だん粉	にんにく, しょうが, 冬瓜, にんじん, たまねぎ, たけのこ, あお豆	テンメンジャン(小麦・大豆), オイスターソース(かきエキス), ポークビヨン(豚・鶏), マーボー豆腐の素 (小麦・大豆・牛・豚・ゼラチン・ごま)
		春雨の中華サラダ	卵なしかまぼこ	はるさめ, ごま油, 白ごま	きゅうり, もやし, きくらげ, コーン	
		オレンジ1/4			オレンジ	
30	金	わかめごはん	わかめ	こめ		
		豚肉のしらす炒め	豚肉, 厚揚げ, 絹厚揚げ		にんにく, こんにゃく, たまねぎ, にんじん, 白菜, バクチョイ	ポークビヨン(豚・鶏)
		かぼちゃひき肉フライ	豚肉	パン粉(小麦・大豆)	かぼちゃ, たまねぎ	ウスターソース(大豆・りんご)
ごはん		こめ				
へちまのみそ汁	豚肉, 無塩せきポーク(豚・鶏), 豆腐, みそ		にんじん, へちま, 小松菜, たまねぎ			
もずく丼	もずく, 豚肉		たまねぎ, コーン, にんじん, ピーマン, しょうが			
おいも大福		さつまいも, もち粉, さとう, なたね油, みずあめ				