

日曜日	こんだて	卵	乳製品	小麦	そば	落花生 ナッツ類	大豆		ごま	鶏肉 牛肉	えび かに	いか たこ	魚	貝類	米	野菜	やまいも さといも	果物	調味料類	備考	
							大豆 大豆製品	豆乳													
17 金	背割りロールパン		○	○																	
	やきそば			中華めん			中華めん 焼きそばソース						焼きそばソース(かつおぶし、かつおエキス、いわしぶし、むろぶし)			もやし 焼きそばソース (トマト)		焼きそばソース(りんご)	大豆油 ウスターソース		
	ぎゅうにゅう		○																		
	中華おこげスープ								ごま油	鶏肉					おこげ(もち米)				チンタン 中華スープ しょうゆ	おこげがひとり1個つきます。	
	ヨーグルト			○																	
20 月	黒糖入り角型食パン		○	○																黒糖が練りこまれた食パンです。	
	ぎゅうにゅう		○																		
	わかさぎのフリッター			○			○				▲沖あみ、 アオサ(えび、かに)		わかさぎ		米粉				大豆油	▲沖あみとアオサは、[えび・かに]が混ざる漁法で採取しています。	
	コーンとほうれんそうのソテー																		しょうゆ		
	マカロニのクリーム煮		牛乳 脱脂粉乳 生クリーム	マカロニ															大豆油 白ワイン ブイヨン スープストック ベシヤメルソース		
21 火	ごてんばコシヒカリごはん														○						
	ぎゅうにゅう		○																		
	豚肉のしょうが焼き																		大豆油 しょうゆ		
	ポイルキャベツ																				
	なめこのみそ汁						豆腐 油あげ												みそ だし汁		
22 水	ごてんばコシヒカリごはん														○						
	ビビンバの具(肉炒め)																		大豆油 しょうゆ みそ		
	ビビンバの具(ナムル)								ごま ごま油										しょうゆ		
	ビビンバの具(炒りたまご)	○		○			○												かつお節エキス		
	ぎゅうにゅう		○																チンタン 中華スープ しょうゆ		
23 木	ごてんばコシヒカリごはん														○						
	ぎゅうにゅう		○																		
	ぶりの大根おろしだれ			○			○												しょうゆ	焼いたぶりの照り焼きの上に、大根おろしだれをかけます。	
	れんこんのきんぴら								ごま油										だし汁 しょうゆ 大豆油 だし汁 みそ		
	豚汁						豆腐 油揚げ												れんこん もやし さといも		
24 金	ごてんばこめこのムース	○	○				○								米粉					ごてんばコシヒカリの米粉を使ったムースです。	
	メロンパン	メロンパンの生地	メロンパンの生地	メロンパンの生地			メロンパンの生地													パンの上にメロンパンの生地をのせて焼きます。	
	ぎゅうにゅう		○																		
	かぼちゃコロッケ			○			○												大豆油		
	チリコンカン						大豆												大豆油 赤ワイン スープストック ブイヨン ケチャップ トマトピューレ 中濃ソース エブリカールウ		
ウィンナーとポテトのスープ																		大豆油 白ワイン ブイヨン スープストック しょうゆ			

日曜日	こんだて	卵	乳製品	小麦	そば	落花生 ナッツ類	大豆		ごま	鶏肉 牛肉	えび かに	いか たこ	魚	貝類	米	野菜	やまいも さといも	果物	調味料類	備考	
							大豆 大豆製品	豆乳													
27	麦ごはん														○						
	ぎゅうにゅう		○																		
	鮭の塩焼き												鮭								
	おかかたくあん							たくあん	ごま油				かつお節							たくあんをごま油とおかかたで炒めます。	
	さつまいものみそ汁							豆腐 油揚げ												だし汁 みそ	
28	ごてんばコシヒカリごはん														○						
	ごてんばこめこハヤシ					ルウ(ココア)									ルウ(米粉)	トマト ルウ(トマト)				ケチャップ	ごてんばコシヒカリの米粉を使ったルウを使用します。
	緑茶																				
	きのこのソテー																				
火	かんきつゼリー																	はっさく、みかん、 ゆず			
29	ロールパン		○	○																	
	いちごジャム																				
	ぎゅうにゅう		○																		
	鶏肉とくじらのノルウェー風				くじら竜田揚げ 小麦粉		くじら竜田揚げ 大豆			鶏肉			くじら竜田揚げ(なが す鯨)							大豆油 ウスターソース ケチャップ しょうゆ	揚げた鶏肉とくじらの竜田揚げを、ケチャップなどが入ったれとからめます。
	こふきいも																				
水	白菜スープ																			大豆油 ブイオン コンソメ しょうゆ	
30	五目炊き込みごはん			○				○ 油揚げ		鶏肉											鶏肉、油あげ、しいたけ、にんじん、グリーンピースが入ったしょうゆ味の炊き込みごはんです。
	ぎゅうにゅう		○																		
	たらのから揚げ わさびソース												すけとうだら							大豆油 しょうゆ	たらのから揚げの上に、わさびソースをかけます。
	野菜のさっぱり和え															もやし		レモン	しょうゆ	もやしなどの野菜を、塩、しょうゆ、レモン汁で和えます。	
	かきたま汁		鶏卵					豆腐					かまぼこ(すけとうだら、えそ、ぐち、ちりめん)							しょうゆ だし汁	
木	ナン		○	○																	
	ぎゅうにゅう		○																		
	コーヒー牛乳のもと					コーヒー															
	ドライカレー																			大豆油 エフリカレールウ ハイグレードカレールウ ケチャップ 中濃ソース 赤ワイン しょうゆ	りんご
金	フライドポテト																			大豆油 大豆油 ブイオン コンソメ 白ワイン	
	キャベツのスープ																				

【アレルギー献立表についての注意事項】 必ずお読みください。

- 魚:魚全般について表示します。
- 貝類:ほたて、あさり、かき、しじみなどの二枚貝について表示します。
- 野菜:なす、れんこん、トマト、もやし、きゅうり、かぼちゃ、セロリーについて表示します。
- 果物:果物全般について表示します。
- [米]は、原材料で使用している場合は、下記の表の原材料のみ記載しています。調味料やエキス等の場合は記載していません。
- よく使用する調味料類については、下記の表の原材料を使用しています。これらの食品については、各項目への○印の表示はしていません。使用の際は、調味料類欄に記入してありますのでご確認ください。

調味料類	原材料	大豆	小麦	そば	鶏肉	魚	卵	乳製品	果物	その他
だし汁	さば節、かつお節、いわし節、むろ節、まぐろ									大豆、小麦、トマト
パイタン	大豆、鶏肉									トマト、魚醤パウダー、鶏肉
中華スープ	大豆、ごま、トマト、魚醤パウダー、鶏肉									トマト
										トマトピューレ
クッキングトマトソース	トマト									トマト
中濃ソース	トマト、りんご									トマト、りんご
ｸﾗｲﾌ 中濃ソース	りんご、トマト									トマト
ウスターソース	トマト、りんご									トマト、りんご
赤ワイン・白ワイン	ぶどう									ぶどう
ハイグレードカレールウ	小麦、乳、大豆、トマト、ココナッツミルクパウダー									小麦、乳、大豆、トマト
ベシャメルソース	乳、大豆、小麦、ほたてエキス									小麦、大豆
エフリカレールウ	小麦、大豆									小麦、大豆
ハヤシフレーク	小麦、大豆、トマト									小麦、大豆、トマト
しょうゆ	小麦、大豆									小麦、大豆
みそ	大豆									大豆
とりがらスープ	鶏肉									鶏肉

- いくらは、学校給食では基本的に使用しませんので、チェックの項目に入っていません。もし使用する場合は備考欄に記載します。
- 給食センターでは、油は大豆油を使用しています。
- 揚げ油は、使用後はろ過し、足りない分は次回継ぎ足して使用しています。汚れ具合を見て廃油にしています。次の揚げ物も、同じ油を使用しますので、重度のアレルギーの方は、前回の揚げ物の内容にご確認ください。
- 麺類は、そばが原材料には入りませんが、同じ工場ですばを使用した製品を製造しています。麺類はそばが混入する可能性もあるので、重度のそばアレルギーの方は避けてください。
- パンや麺類は、たまごが原材料には入りませんが、製造工場ではたまごを使用した製品を製造しています。
- 魚介エキスが調味料や加工食品に含まれているものもあります。詳しくはお問い合わせください。
- 給食センターでは、現在、除去食等の提供はしていません。すべての食材を同じ調理場内で取り扱っていますので、重度のアレルギーの方はご注意ください。
- アレルギー物質が原材料に入らなくても、同じ工場アレルギー物質を含む製品を製造している場合があります。献立表には特に記載していませんので、重度のアレルギーの方は、お問い合わせください。
- この献立表は、コンタミ(※)については特に表示していません。
- ※コンタミ:コンタミネーションの略で、原材料には使用していないが、食物アレルギーとなる食材が、意図せず、ごく微量に混入してしまうこと。

★ 詳しくは南学校給食センター (0550-78-6689) までお問い合わせください。

