

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 豚肉	えび かに	いか たこ	貝	魚	野菜	やまいも さといも	果物	キシリトール	調味料類	備考		
							大豆 大豆製品	豆乳														
10月	中華めん			○	▲															▲種工場では、【そば】も製造しています。		
	みそラーメンスープ		バター	焼き豚 みそラーメンス ープの素		みそラーメ ン ス ー プ の 素 (アーモンド)	焼き豚 みそラーメ ン ス ー プ の 素		みそラーメ ン ス ー プ の 素	豚肉 焼き豚(豚肉) みそラーメ ン ス ー プ の 素(鶏肉、豚肉)									大豆油 とりがらス ー プ 中 華 ス ー プ み そ し ょう ゆ			
	ぎゅうにゅう		○																			
	ナムル			ドレッシング				ドレッシング	ドレッシング	ドレッシング (鶏肉、豚肉)											野菜をナムルドレッシングで和えます。	
	紫いもごま団子	○	○	○				○	○	豚肉＝豚脂											大豆油	
11月	ごてんばコシヒカリごはん																					
	ぎゅうにゅう		○																			
	ツナ入り厚焼きたまご	○		○			○														かつおツナが中に入った厚焼きたまごです。	
	ハムと野菜の炒め物								ごま油	ハム(豚肉)											しょうゆ	
	関東煮						がんもどき つくね			鶏肉 つくね (鶏肉、 豚肉＝豚脂)	▲こんぶ (えび、かに)										大豆油 しょうゆ	▲こんぶは、えび、かにが付着する漁法で採取しています。 根菜(さといもやごぼう、れんこんなど)を使用したつくねが入っています。
13月	ごてんばコシヒカリごはん																					
	ルーロウファンの具			オイスターソース			厚揚げ オイスターソース		ごま油	豚肉											しょうゆ	豚肉と厚揚げを甘じょっぱいたれで煮込んだ台湾料理です。ごはんにセルフでかけて食べます。
	ぎゅうにゅう		○																			
	焼きぎょうざ			○			○		○	鶏肉 豚肉												
	具だくさんピリ辛みそスープ			白菜キムチ			白菜キムチ			鶏肉											大豆油 パイタン みそ	
14月	ごてんばコシヒカリごはん																					
	ひじきごはんの具						枝豆			豚肉											大豆油 だし汁 しょうゆ	
	ぎゅうにゅう		○																			
	かつおフライ			○			○														大豆油 だし汁 みそ	
	野菜のみそ汁						豆腐 油揚げ														大豆油 だし汁 みそ	
17月	ごてんばコシヒカリごはん																					
	ぎゅうにゅう		○																			
	ヤンニョムチキン(韓国風から揚げ)						コチュジャン			鶏肉											大豆油 ケチャップ	片栗粉をつけて揚げた鶏肉に、にんにく、ケチャップ、砂糖、水あめ、コチュジャンを使用して作ったたれを和えています。
	野菜の塩ダレあえ								ごま ごま油												しょうゆ	野菜をごま、ごま油、塩、しょうゆ、昆布だしで和えます。
	わかめスープ						豆腐 ねぎ油														しょうゆ パイタン しょうゆ	
18月	ごてんばコシヒカリごはん																					
	ぎゅうにゅう		○																			
	揚げさばのねぎみそがけ																				大豆油 しょうゆ みそ	片栗粉をつけて揚げたさばに、根深ねぎ、しょうゆ、酒、しょうが、みそ、みりん、砂糖が入ったみそだれをかけます。
	煮びたし						油揚げ														しょうゆ だし汁 だし汁 しょうゆ	
	リーフレタスのかきたま汁	鶏卵					豆腐															
19月	角型食パン		○	○																		
	いちごジャム																				いちご	
	ぎゅうにゅう		○																			
	鶏肉のマスタード焼き						マヨネーズ マスタード			鶏肉											白ワイン	鶏肉を白ワイン、ノンエッグのマヨネーズ、粒マスタードなどに漬け込んで焼きます。
	ミネストローネ			マカロニ						ベーコン(豚肉)											白ワイン トマトピューレ ブイヨン コンソメ	
水	フルーツのゼリー和え																			りんご パイ 黄桃 はちみつレモンゼ リー(レモン)	りんご、パイ、黄桃とはちみつレモンゼリーを和えます。	

日曜日	こんだて	卵	乳乳製品	小麦	そば	落花生 ナッツ類	大豆		ごま	鶏肉 牛肉 豚肉	えび かに	いか たこ	貝	魚	野菜	やまいも さといも	果物	キシリトール	調味料類	備考
							大豆 大豆製品	豆乳												
20	ごてんばコシヒカリごはん																			
	手作り水かけ菜ふりかけ			水かけ菜 ふりかけ				水かけ菜 ふりかけ	ごま		▲ちりめんじゃこ(えび、かに)	▲ちりめんじゃこ(いか)		ちりめんじゃこ(いわし) ▲ちりめんじゃこ(さば)			ゆかりふりかけ (梅)			▲ちりめんじゃこは、えび、かに、さば、いかを混雑する可能性のある漁法で漁獲しています。 ちりめんじゃこ、水かけ菜ふりかけ、ゆかりふりかけ、ごまを混ぜ合わせます。
	ぎゅうにゅう		○																	
	すき焼き風煮	鶏卵						焼き豆腐						かつおだし (かつお節、かつお節エキス、かつおエキス)					大豆油 しょうゆ	
	野菜のおかか炒め													かつお節 かつおだし (かつお節、かつお節エキス、かつおエキス)	もやし					大豆油 しょうゆ
木	ごてんばこめこのムース	○	○					○												ごてんばコシヒカリの米粉を使用したムースです。
21	御殿場ハムバーガー																			
	・丸型横割りパン		○	○																
	・焼き御殿場ハム													ハム(豚肉)						
	・ツナマヨ	○						○												1食用のツナマヨネーズです。
	・キャベツソテー																			しょうゆ
金	ぎゅうにゅう		○																	
	マカロニのカレークリーム煮		牛乳 生クリーム 脱脂粉乳	マカロニ																大豆油 ベシヤメルソース コンソメ 白ワイン
24	うどん			○	▲															▲麵工場では、【そば】も製造しています。
	うどんつゆ																			大豆油 しょうゆ だし汁
	ぎゅうにゅう		○																	
	野菜コロッケ			○				○					貝カルシウム							大豆油
	にんじんしりしり	炒りたまご		炒りたまご				炒りたまご						炒りたまご (かつお節エキス) きはだまぐろ かつおだし (かつお節、かつお節エキス、かつおエキス)						
月	ごてんばコシヒカリごはん																			
25	ぎゅうにゅう		○																	
	かつおと大豆の薬味ソース							大豆						かつお						大豆油 しょうゆ
	ごまドレッシング	ドレッシング		ドレッシング				ドレッシング	ドレッシング											ドレッシング (みかん)
	具だくさんみそ汁							豆腐 油揚げ							もやし					だし汁 みそ
火	ごてんばコシヒカリごはん																			
26	ぎゅうにゅう		○																	
	豚肉と厚揚げのピリ辛炒め			白菜キムチ				厚揚げ 白菜キムチ						豚肉						大豆油 しょうゆ みそ 中華スープ 中華スープ チンタン しょうゆ
	中華コーンスープ	鶏卵							ごま油											
	杏仁豆腐		○			あんずの種		○												
水	ごてんばコシヒカリごはん																			
27	タコスミート (タコライス)の具							大豆						豚肉						大豆油 白ワイン スープストック ケチャップ しょうゆ
	塩もみキャベツ (タコライス)の具																			豚肉やひきわり大豆、野菜をケチャップやカレー粉、チリパウダーなどの調味料で味付けをしたものです。 塩もみキャベツと一緒に、ごはんにのせて食べます。
	ぎゅうにゅう		○																	
木	コンソメスープ			マカロニ									ウインナー(豚肉)						大豆油 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 豚肉	えびかに	いかたこ	貝	魚	野菜	やまいも さといも	果物	キシリトール	調味料類	備考
							大豆 大豆製品	豆乳												
28 金	黒糖入りねじり型パン		○	○																黒糖が練り込まれたねじり型のパンです。
	ぎゅうにゅう		○																	
	ハムカツ			○			○			豚肉										大豆油
	ツナとマカロニのソテー			マカロニ										きはだまぐろ						コンソメ しょうゆ 大豆油
	かぼちゃのポターージュ		牛乳 生クリーム 脱脂粉乳																	スープストック ブイヨン ベシャメルソース

【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。

貝:貝全般について表示します。

魚:魚全般について表示します。

野菜:なす、トマト、もやし、きゅうり、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。

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。

だし汁	さば節、いわし節 かつお節 むろ節、まぐろ	とりがらスープ	鶏肉	しょうゆ	小麦、大豆	赤ワイン・白ワイン	ぶどう	ベシャメルソース	乳、小麦、大豆 ほたてエキスパウダー
ブイヨン	鶏肉、セロリー	コンソメ	鶏肉、豚肉 魚醤パウダー、トマト	みそ	大豆	中濃ソース	トマト、りんご	エブリイカレールウ	小麦、大豆
パイタン	大豆、鶏肉、豚肉	スープストック	大豆、鶏肉、豚肉、トマト	クチャップ トマトピューレ	トマト	ｸﾞﾗﾝ付 中濃ソース	大豆、トマト、りんご、ぶどう	ハイグレードカレールウ	乳、小麦、大豆 豚肉、トマト ココナッツミルクパウダー
チンタン	鶏肉、豚肉	中華スープ	大豆、ごま、鶏肉、豚肉 魚醤パウダー、トマト	クッキングトマトソース	豚肉、トマト	ウスターソース	トマト、りんご	ハヤシフレーク	小麦、大豆 トマト

・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、同じ工場でそ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、同じ工場で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。

・練り製品に使用している魚肉すり身は、時期や原料事情により魚種が変わる可能性があります。

★ 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。

