

令和5年度 6月分 学校給食予定献立表（アレルギー用）

★6月分より、令和5年度アレルギー調査の結果に基づいて記載しています。先月分までと表示食品が変更している部分がありますので、ご確認ください。

（変更点：ごぼう、しめじ⇒表示なし）

※〇印または由来する食品を記載しています。調味料欄、備考欄、注意事項も併せてご確認ください。



| 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 | 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 | | | | | | | | | | | |
| 1 木 | ごてんばコシヒカリごはん | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ぎゅうにゅう | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 鶏そぼろ入り厚焼き玉子 | ○ | | ○ | | | ○ | | | 鶏肉 | | | かつおだし | | | | | | |
| | 五目煮豆 | | | | | | 大豆 | | | 鶏肉 | | | | | | | | しょうゆ 大豆油 だし汁 | |
| 2 金 | いわしのつみれ汁 | | | | | | いわしボール | | | | | | いわしボール (いわし、すけそうたら) | | さといも | | | だし汁 みそ | いわしのつみれが入った、みそ味の汁物 です。 |
| | 背割りロールパン | | ○ | ○ | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ウインナーのピザソース | | | | | | | | | 豚肉 | | | | トマト | | | | ケチャップ コンソメ | |
| | ぎゅうにゅう | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5 月 | チャーمانポテト | | | | | | | | | ベーコン (豚肉) | | | | | | | | 白ワイン | |
| | チキンと野菜のスープ | | | | | | | | | 鶏肉 | | | | もやし | | | | 大豆油 白ワイン スープストック ブイヨン しょうゆ | |
| | ごてんばコシヒカリごはん | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ポークカレー | | 脱脂粉乳 | | | | | チャツネ | | 豚肉 | | | | | | りんご チャツネ (りんご、レモン、 レーズン) | | 大豆油 赤ワイン コンソメ チャツネ ケチャップ 中濃ソース エブリイカレールウ ハイグレードカレールウ しょうゆ | |
| 6 火 | まめまめサラダ | ドレッシング | | ドレッシング | | | 大豆 枝豆 ドレッシング | | ドレッシング | | | | | | | | | | キャベツ、大豆、枝豆、コーンをごまドレ ッシングで和えます。 |
| | 歯と口の健康週間ゼリー | | | | | | ○ | ○ | | | | | | | りんご | | | | りんごゼリーと、豆乳入りのヨーグルト風 ゼリーが、2層になっています。 |
| | ごてんばコシヒカリごはん | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ぎゅうにゅう | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 7 水 | おろしハンバーグ | | | ドレッシング | | | ハンバーグ ドレッシング | | | ハンバーグ (鶏肉、豚肉) ドレッシング (鶏肉、豚肉) | | | ドレッシング (かつお節エキス) | ハンバーグ (トマト) | | | ドレッシング (りんご、梅肉) | しょうゆ | ハンバーグの上に、大根おろしとしょう ゆ、青じそドレッシングで作ったソースを かけます。 |
| | 茎わかめのきんぴら | | | | | | | | | 鶏肉 | ▲茎わかめ (えび、かに) ▲さつま揚げ (えび、かに) | | さつま揚げ (たら、いとより、 えそ) | | | | | 大豆油 だし汁 しょうゆ | ▲さつま揚げの鶏肉には、えび、かにを 食べている魚を使用しています。 ▲茎わかめは、えび、かにが付着する漁 法で採取しています。 |
| | 貝だくさんみそ汁 | | | | | | 豆腐 | | | | | | | | | | | みそ だし汁 | |
| | 黒糖入り角型食パン | | ○ | ○ | | | | | | | | | | | | | | | 黒糖が練りこまれた食パンです。 |
| 8 木 | ぎゅうにゅう | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | オムレツのきのこソース | オムレツ | バター | デミグラスソース | | | オムレツ デミグラスソース | | | デミグラスソース (鶏肉、豚肉) | | | | デミグラス ソース (トマト) オムレツ (セロリー＝ブイヨン) | | | 赤ワイン ケチャップ バター 中濃ソース デミグラスソース(赤ワイン) | オムレツの上に、きのこ、デミグラスソー ス、ケチャップ、バターなどを入れて作っ たソースをかけます。 | |
| | フレンチサラダ | ドレッシング | | | | | ドレッシング | | | | | | | | | ドレッシング (レモン) | | | 野菜をフレンチドレッシングで和えます。 |
| | ポトフ | | | | | | | | | 鶏肉 カクテルウインナー (鶏肉、豚肉) | | | | セロリー | | | | 大豆油 ブイヨン スープストック 白ワイン しょうゆ | |
| 木 | ミニいちごレアチーズ【中学校のみ】 | | ○ | | | | | | | | | | | | いちご レモン | | | | 中学校のみ、ミニいちごレアチーズが付 きます。 |
| | ごてんばコシヒカリごはん | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ぎゅうにゅう | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | いわしの梅煮 | | | ○ | | | ○ | | | | | | | | | | | | |
| 木 | 彩り和風ソテー | | | | | | | | | ハム (豚肉) | | | | | | | | 大豆油 | |
| | 豚汁 | | | | | | 豆腐 | | | 豚肉 | | | | | さといも | | | 大豆油 だし汁 みそ | |

| 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 | 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 | | | | | | | | | | | |
| 9月 | メロンパン【小学校】 | ○ | ○ | ○ | | | | ○ | | | | | | | | | | | 小学校のみメロンパンです。パンにメロンパンの生地をのせて焼いたものです。 |
| | 揚げパン【中学校】 | | ○ | ○ | | | | | | | | | | | | | | 大豆油 | 中学校のみ揚げパンです。ロールパンを揚げて、きび砂糖をまぶします。 |
| | ぎゅうにゅう | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | チリコンカン | | | | | | | | | 豚肉 | | | | トマト | | | | 大豆油 赤ワイン スープストック フィヨン ケチャップ トマトピューレ | チリパウダーが入った、豚ひき肉や豆などのトマト煮込みです。 |
| | コールスローサラダ | ドレッシング | | | | | | ドレッシング | | | | | | | | ドレッシング (レモン) | | | 野菜をコールスロードレッシングで和えます。 |
| 金 | ヨーグルト | | ○ | | | | | | | 豚肉=ゼラチン | | | | | | | | | |
| 12月 | ソフト麺 | | | ○ | ▲ | | | | | | | | | | | | | | ▲麺工場では、【そば】も製造しています。 |
| | カレーソース | | 粉チーズ | | | | | 大豆 | | 豚肉 | | | | | | | | 大豆油 赤ワイン ケチャップ 中濃ソース エブリイカレールウ ハイグレードカレールウ スープストック | ひき肉や野菜、ひきわり大豆などを入れて作った、カレーソースです。 |
| | ぎゅうにゅう | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | イタリアンサラダ | | | ドレッシング | | | | ドレッシング | | ドレッシング (鶏肉、豚肉) | | | | | ドレッシング (りんご) | | | | 野菜をイタリアンドレッシングで和えます。 |
| | さくらんぼゼリー | | | | | | | | | | | | | | さくらんぼ レモン ワイン(ぶどう) | | | | |
| 火 | ごてんばコシヒカリごはん | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13月 | ぎゅうにゅう | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 鶏肉の照り焼き | | | | | | | | ごま | 鶏肉 | | | | | | | | しょうゆ | |
| | ひじきの炒り煮 | | | | | | | 枝豆 | | 豚肉 | | | ちくわ (すけそうたら、いとよりだ い、きんときだい、さんま) | | | | | 大豆油 だし汁 しょうゆ | |
| | かきたま汁 | 鶏卵 | | | | | | 豆腐 | | | | | かまぼこ (すけそうたら、ぐち、え そ、ちりめん) | | | | | だし汁 しょうゆ | |
| 木 | ごてんばコシヒカリごはん | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 15月 | ぎゅうにゅう | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ホイコーロー | | | テンメンジャン | | | テンメンジャン コチュジャン | | | 豚肉 | | | | | | | | 大豆油 みそ しょうゆ | |
| | ワンタンスープ | | | 肉入りワンタン 焼き豚 | | | 肉入りワンタン | | | 肉入りワンタン (豚肉) 焼き豚(豚肉) | | | | | | | | パイタン とりがらスープ 中華スープ しょうゆ | |
| | りんごとカルピスのゼリー | | ○ | | | | ○ | | | | | | | | りんご | | | | りんごのシロップ漬けが入ったゼリーと、カルピスゼリーが2層になっています。 |
| 金 | ごてんばコシヒカリごはん | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 16月 | ぎゅうにゅう | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ホキの米粉お茶フライ | | | | | | | | | | | | ホキ | | | | | 大豆油 | ホキに、煎茶を混ぜ合わせた米粉で衣付けをし、揚げたものです。 |
| | 野菜のごま和え | | | | | | | | ごま | | | | | | | | | しょうゆ | 野菜をごま、しょうゆ、砂糖で和えます。 |
| 金 | 芋の子汁 | | | | | | 豆腐 | | | 鶏肉 | | | | さといも | | | | 大豆油 だし汁 みそ | |
| 19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 | | | | | | | コチュジャン | | 鶏肉 | | | | | | | | 大豆油 ケチャップ | でんぶんを付けて揚げた鶏肉に、甘辛いタレをからめた、韓国風のから揚げです。 |
| | もやしナムル | | | | | | | | ごま ごま油 | | | | | もやし | | | | しょうゆ | |
| 金 | レタスとコーンの中華スープ | 鶏卵 | | | | | | | | ベーコン (豚肉) | | | | | | | | 中華スープ チンタン 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 | 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 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 手作りみずかけなふりかけ | | | みずかけなふり かけ | | | みずかけなふり 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 ▲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がある漁法で漁獲し ています。 ちりめんじゃこ、みずかけなふりかけ、ゆ かりふりかけ、ごまを混ぜ合わせます。 |
| | ぎゅうにゅう | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | かつおのしょうが煮 | | | | | | | | | | | | かつお | | | | | しょうゆ | |
| 火 | けんちん汁 | | | | | | 豆腐 | | ごま油 | | | | | | さといも | | | だし汁 しょうゆ | |
| | みかんのタルト | ○ | ○ | ○ | | | ○ | | | | | | | | | みかん | | | |
| 21 | 角型食パン | | ○ | ○ | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ブルーベリージャム | | | | | | | | | | | | | | | | | ブルーベリー | |
| | ぎゅうにゅう | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 鶏肉のバーベキューソース | | | | | | | | | | | | 鶏肉 | | | | | しょうゆ 白ワイン | 焼いた鶏肉の上に、にんにく、りんご、レ モン、しょうゆなどの調味料で作ったソー スをかけます。 |
| 水 | 大麦のミネストローネ | | | | | | | | | | | | ベーコン (豚肉) | セロリ トマト | | | | 白ワイン トマトピューレ フイヨン コンソメ | |
| | フルーツのゼリー和え | | | | | | | | | | | | | | | みかん パイナップル 黄桃 みかんゼリー (みかん) | | | みかん、パイナップル、黄桃とみかんゼリーを和 えます。 |
| 22 | ごてんばコシヒカリごはん | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ぎゅうにゅう | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 黒はんぺんのお茶揚げ | | | 小麦粉 | | | | | | | | | 黒はんぺん (さば、いわし) | | | | | 大豆油 | 黒はんぺんに、煎茶入りの衣を付けて揚 げます。 |
| | 煮びたし | | | | | | 油揚げ | | | | | | かつお節 | | | | | しょうゆ だし汁 | |
| 木 | ピリ辛みそ汁 | | | | | | 豆腐 キムチの素 | | | | | 豚肉 | | キムチの素 (トマト) | さといも | キムチの素 (りんご) | | 大豆油 だし汁 みそ | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 23 | 御殿場ハムバーガー | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ・丸型横割りパン | | ○ | ○ | | | | | | | | | ハム (豚肉) | | | | | | |
| | ・焼き御殿場ハム | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ・ツナマヨ | ○ | | | | | ○ | | | | | | まぐろ | | | | | | 1食用のツナマヨネーズです。 |
| | ・野菜ソテー | | | | | | | | | | | | | | | | | しょうゆ | |
| 金 | ぎゅうにゅう | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | クリームシチュー | | 牛乳 生クリーム 脱脂粉乳 | | | | | | | | | | 鶏肉 | | | | | 大豆油 ベシャメルソース コンソメ 白ワイン | |
| 26 | 中華麺 | | | ○ | ▲ | | | | | | | | | | | | | | ▲麵工場では、【そば】も製造していま す。 |
| | ちゃんぽんスープ | | | 焼き豚 | | | | | ごま油 | 豚肉 焼き豚(豚肉) ラーメンスープ (豚肉) | えび | いか | ラーメンスープ (かつお) かまぼこ (すけそうたら、ぐち、え そ、ちりめん) | | もやし | | 大豆油 しょうゆ | | |
| | ぎゅうにゅう | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | コーンシュウマイ | | | ○ | | | ○ | | | 豚肉 | | | すけそうたら | | | | | | |
| 月 | こんにゃく中華サラダ | ドレッシング | | ドレッシング | | | ドレッシング | | ドレッシング | | | | | | | | | | サラダこんにゃくと、きゅうり、にんじんを ごまドレッシングで和えます。 |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 27 | ごてんばコシヒカリごはん | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ぎゅうにゅう | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | たこナゲット | | | ○ | | | ○ | | | 豚肉 | ▲たこ (えび、かに) | いか たこ | たちうお | | | | 大豆油 | ▲使用しているたこは、えび、かにを食 べています。 たこ、いか、たちうおの魚肉を使用した、 たこの形をしたナゲットです。 | |
| | 肉じゃが | | | | | | | | | 豚肉 | ▲さつま揚げ (えび、かに) | | さつま揚げ (たら、いとより、 えそ) | | | | 大豆油 だし汁 しょうゆ | ▲さつま揚げの魚肉には、えび、かにを 食べている魚を使用しています。 | |
| 火 | なめこと大根のみそ汁 | | | | | 豆腐 | | | | | | | | | | | みそ だし汁 | | |

| 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 | 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 | ごてんばコシヒカリごはん | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ハヤシライスソース | | 生クリーム | デミグラスソース | | | デミグラスソース | | | 豚肉 デミグラスソース (鶏肉、豚肉) | | | デミグラス ソース (トマト) | | | | | 大豆油 トマトピューレ コンソメ ハヤシフレーク ウスターソース 赤ワイン しょうゆ デミグラスソース(赤ワイン) | | |
| | ぎゅうにゅう | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ツナと野菜のソテー | | | | | | | | | | | | まぐろ | もやし | | | | コンソメ しょうゆ | | |
| | あじさいゼリー | | | | | | | | | | | | | | | ぶどう | | | | ぶどうゼリーの中に、ダイスゼリーが入った、あじさいの花に見立てたゼリーです。 |
| 水 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 29 | ごてんばコシヒカリごはん | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ぎゅうにゅう | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | さばのから揚げねぎソース | | | | | | | | | | | | さば | | | | | 大豆油 しょうゆ | でんぶんを付けて揚げたさばに、ねぎ、しょうゆ、砂糖、酢などで作ったソースをかけます。 | |
| | きんぴらごぼう | | | | | | | | ごま油 | 豚肉 | | | かつおだし(かつお節、かつお節エキス、かつおエキス) | | | | | しょうゆ | | |
| 木 | じゃがいものみそ汁 | | | | | | | | | | | | | | | | | だし汁 みそ | | |
| 30 | 干しぶどう入りうずまき型パン | | ○ | ○ | | | | | | | | | | | | ぶどう | | | | 干しぶどうが練りこまれた、うずまき型のパンです。 |
| | ぎゅうにゅう | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ミラノ風チキンカツ | | ○ | ○ | | | | | | | | | | | | | | 大豆油 | 鶏肉に、粉チーズやパザルなどが入った衣を付けて揚げたものです。 | |
| | もやしのガーリックソテー | | | | | | | | | | | | | | | | | 大豆油 しょうゆ コンソメ | | |
| | ココロ野菜スープ | | | | | | | | | | | | | | | | | 大豆油 白ワイン フイヨン スープストック しょうゆ | | |
| 金 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

【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。

野菜: なす、トマト、もやし、きゅうり、セロリー、オクラ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 |
| フイヨン | 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 | エブリイカレールー | 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 | ケチャップ トマトピューレ | トマト | クラ付 中濃ソース | 大豆、トマト、りんご | ハイグレードカレールー | 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、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、同じ工場ですべての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。

