



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	野菜きのこ	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												
11 火	ごてんばコシヒカリごはん																			
	ぎゅうにゅう		○																	
	たれカツ			豚カツ				豚カツ		豚カツ(豚肉)								大豆油 しょうゆ	揚げた豚カツに、砂糖やしょうゆで作ったタレをかけます。	
	にんじんしりしり	炒り玉子		炒り玉子				炒り玉子					まぐろ 炒り玉子(かつお節エキス) かつおだし(かつお節、かつお節エキス、かつおエキス)							
	どさんこ汁		バター											しめじ				だし汁 みそ	じゃがいもやとうもろこしなどの具材とバターが入った、みそ味の汁物です。	
12 水	角型食パン		○	○																
	メイプルジャム																			
	ぎゅうにゅう		○																	
	トマトオムレツ	○						○						トマト		りんご		コンソメ しょうゆ	オムレツの中にトマトソースが入っています。	
	ウインナーとキャベツのソテー									ウインナー(豚肉)				もやし				大豆油 スープストック 白ワイン ベシヤメルソース		
13 木	ごてんばコシヒカリごはん																			
	ぎゅうにゅう		○																	
	八宝菜	うずら卵								豚肉		いか		もやし				大豆油 チンタン 中華スープ しょうゆ		
	ポークシュウマイ			○						豚肉										
	ブルーベリーゼリー															ブルーベリー				
14 金	ごてんばコシヒカリごはん																			
	ぎゅうにゅう		○																	
	鮭の塩焼き												鮭							
	つきこんにゃくの炒め煮								ごま油 ごま	豚肉								大豆油 しょうゆ		
	すいとん汁			すいとん				油揚げ		鶏肉								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		○																	
	麻婆豆腐			麻婆豆腐の素				豆腐 麻婆豆腐の素 ねぎ油		豚肉 麻婆豆腐の素 (鶏肉、豚肉)								大豆油 みそ 中華スープ		
	チャプチェ								ごま油	ハム(豚肉)				もやし				しょうゆ 中華スープ		
	杏仁デザート		○			杏仁パウダー	○												杏仁パウダーが入った杏仁豆腐です。	
18 火	ごてんばコシヒカリごはん																			
	ぎゅうにゅう		○																	
	親子煮	鶏卵						高野豆腐		鶏肉			なると(すけそうたら、いとよりだい)					大豆油 しょうゆ だし汁		
	ちくわ磯辺天ぷら			○				○			▲えび、かに		すけそうたら ぐち					大豆油	▲ちくわの原料の魚は、えび、かにを食べています。	
	海藻サラダ			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(かつお節エキス)			ドレッシング(りんご、梅肉、レモン)			野菜と海藻を、青じそドレッシングで和えます。	

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	魚	野菜きのこ	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											
19	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		○																
	ハンバーグ ケチャップソース							ハンバーグ		ハンバーグ(鶏肉、豚肉)				ハンバーグ(トマト)				ケチャップ ウスターソース 赤ワイン	
	もやしのガーリックソテー									ベーコン(豚肉)				もやし				大豆油 しょうゆ コンソメ	
水	秋野菜のシチュー		牛乳 脱脂粉乳 生クリーム							鶏肉				しめじ				大豆油 白ワイン ベシヤメルソース コンソメ	
	ごてんばコシヒカリごはん																		
20	ぎゅうにゅう		○																
	あじフライ			○									あじ					大豆油	1食用の中濃ソースが付きます。
	中濃ソース													トマト セロリー		りんご		大豆油	
	和風ソテー									ハム(豚肉)			かつお節	もやし				大豆油 だし汁 みそ	
木	豆腐とわかめのみそ汁							豆腐 油揚げ											
	マーガリン入りねじり型パン		○	○															マーガリンが練りこまれたパンです。
21	ぎゅうにゅう		○																
	タンドリーチキン		ヨーグルト							鶏肉								トマトピューレ	
	こぶきいも																		
	ウインナーと野菜のスープ									ウインナー(豚肉)								大豆油 ブイヨン コンソメ しょうゆ	
24	うどん			○	▲														▲めん工場では、【そば】も製造しています。
	うどんつゆ							油揚げ		鶏肉			なると(すけそうたら、いとよりだい)					大豆油 しょうゆ だし汁	
	ぎゅうにゅう		○																
	黒はんぺんフライ			○				○										大豆油	
	キャベツとコーンの和え物																	大豆油 しょうゆ	野菜を、大豆油、砂糖、しょうゆで和えます。
25	ごてんばコシヒカリごはん																		
	ぎゅうにゅう		○																
	豚キムチ			白菜キムチ				白菜キムチ		豚肉			白菜キムチ(さば、かつおエキス)			白菜キムチ(りんご)		大豆油	
	豆腐のねぎ塩スープ							豆腐 ねぎ油		鶏肉			なると(すけそうたら、いとよりだい)	もやし				大豆油 パイタン 中華スープ しょうゆ	
火	みかんタルト	○	○	○				○								みかん			
	ごてんばコシヒカリごはん																		
26	ぎゅうにゅう		○																
	さわらの西京焼き							○											
	ひじきの炒め煮							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	
	おけんちゃん							油揚げ 木綿豆腐	ごま油	鶏肉				ごぼう	さといも			大豆油 しょうゆ だし汁	静岡県の郷土料理で、鶏肉や木綿豆腐、野菜などの具を、しょうゆとごま油で味付けをして、煮込みます。
27	ごてんばコシヒカリごはん																		
	ぎゅうにゅう		○																
	おろしハンバーグゆず風味			豆腐ハンバーグ				豆腐ハンバーグ(大豆、枝豆)		豆腐ハンバーグ(鶏肉、牛肉)			豆腐ハンバーグ(かつお節調味液) かつおだし(かつお節、かつお節エキス、かつおエキス)			ゆず		しょうゆ	枝豆やにんじんが入った豆腐ハンバーグを焼き、大根、ゆず、しょうゆなどで作ったタレをかけます。
	ごま和え								ごま					もやし				しょうゆ	野菜を、ごま、しょうゆ、砂糖で和えます。
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	キムチの素が入ったみそ汁です。

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 きのこ	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	りんごチップ入りロールパン		○	○											りんご			りんごチップが練りこまれたパンです。	
	ぎゅうにゅう		○																
	鶏肉のノルウェー風			小麦粉				大豆		鶏肉								大豆油 ウスターソース ケチャップ しょうゆ	鶏肉と大豆を揚げ、ソースやケチャップで作ったタレとからめます。
	ベーコンとほうれん草のソテー		バター							ベーコン(豚肉)								しょうゆ	
	ココロ野菜スープ									ウインナー(豚肉)								大豆油 白ワイン ブイヨン スープストック しょうゆ	
金																			
31	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 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	
	ぎゅうにゅう		○																
	ごまドレサラダ	ドレッシング		ドレッシング				ドレッシング											野菜を、ごまドレッシングで和えます。
	ハロウィンデザート							○	○										かぼちゃ/パロアの上に、豆乳クリームがのっています。

【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、きのこ:なす、トマト、もやし、きゅうり、セロリー、ごぼう、オクラ、しめじ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
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	ケチャップ トマトピューレ	トマト	ｸﾗｽ付 中濃ソース	大豆、トマト、りんご	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。

