

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	えび かに	いか たこ	魚	貝類	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												
18 火	ごてんばコシヒカリごはん																			
	ぎゅうにゅう		○																	
	みそカツ			豚カツ			豚カツ											大豆油 みそ	揚げた豚カツに、みそだれをかけます。	
	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)			ドレッシング(かつお節エキス)	ドレッシング(ほたてエキス)			ドレッシング(りんご、梅、レモン)		野菜と海藻を、青じそドレッシングで和えます。	
かきたま汁		鶏卵							鶏肉			かまぼこ(すけそうたら、ぐち、えそ、ちりめん)		もやし			大豆油 だし汁 しょうゆ			
19 水	角型食パン		○	○																
	メイプルジャム																			
	ぎゅうにゅう		○																	
	チーズオムレツ		○	○			○						かつおだし							
	マカロニのソテー				マカロニ														コンソメ しょうゆ	
肉団子と野菜のスープ			肉団子	肉団子			肉団子			肉団子(鶏肉)									大豆油 ブイヨン コンソメ しょうゆ	
20 木	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			ドレッシング			ハンバーグ ドレッシング			ハンバーグ(鶏肉) ドレッシング(鶏肉)			ドレッシング(かつお節エキス)	ドレッシング(ほたてエキス)			ドレッシング(りんご、梅、レモン)		しょうゆ	
	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)						大豆油	
ピリ辛みそ汁						豆腐 キムチの素								キムチの素(トマト)	さといも	キムチの素(りんご)		だし汁 みそ	キムチの素が入ったみそ汁です。	
21 金	メロンパン		○	○			○													パンにメロンパンの生地をのせて焼きます。
	ぎゅうにゅう		○																	
	ホキのバジルフライ			○			○						ホキ						大豆油	
	ウィンナーと野菜のソテー																			
	トマトスープリゾット									鶏肉					トマト				白ワイン トマトピューレ ブイヨン コンソメ	トマトスープにアルファ化米が入っています。
24 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		○																	
	コーヒーぎゅうにゅうのもと					コーヒー														
	野菜クロック			○			○													大豆油
	ツナと野菜のソテー												まぐろ		もやし				コンソメ しょうゆ	
きのこのポターージュ			牛乳 脱脂粉乳 生クリーム						鶏肉										大豆油 白ワイン コンソメ ベシャメルソース	
25 火	ごてんばコシヒカリごはん																			
	ぎゅうにゅう		○																	
	鮭の塩焼き												鮭							
	野菜菜漬め			野菜菜漬け			野菜菜漬け		ごま油 ごま				野菜菜漬け(かつお節エキス)							
みそすいとん汁			すいとん			油揚げ			鶏肉										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	えび かに	いか たこ	魚	貝類	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												
26	ロールパン		○	○																
	いちごジャム&マーガリン		○					○									いちご			
	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。	
	こふきいも																			
水	ベーコンと野菜のスープ																	ブイヨン コンソメ しょうゆ		
27	ごてんばコシヒカリごはん																			
	ぎゅうにゅう		○																	
	肉みそおでん(おでん)	うずら卵						がんも					豆ちくわ(すけそうたら、いとよりだい)			さといも		大豆油 とりがらスープ しょうゆ		
	肉みそおでん(肉みそ)									鶏肉								大豆油 みそ		
	もやしの塩だれ和え								ごま ごま油						もやし			しょうゆ	もやしと小松菜を、ごま、ごま油、しょうゆなどで作ったタレと和えます。	
木	ごてんばコシヒカリごはん																			
28	ごてんばこめカレー																	米粉カレーのルー(トマト)	赤ワイン	ごてんばコシヒカリの米粉で作ったカレールーを使用します。
	緑茶																			
	キャベツのソテー																			
	米粉のみかんタルト																	○		米粉と豆乳を使用したタルトに、みかんジャムがのっています。
	金																			
31	ごてんばコシヒカリごはん																			
	ぎゅうにゅう		○																	
	ぶりのから揚げ			○			○						ぶり					大豆油		
	野菜のごま和え								ごま						もやし			しょうゆ	野菜を、しょうゆ、砂糖、ごまで和えます。	
	さつまいもみそ汁						豆腐 油揚げ											だし汁 みそ		
月	みかんゼリー																		みかん	

【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、トマト、もやし、きゅうり、セロリー、ごぼう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	ベジメメルソース	乳、大豆、小麦 ほたてエキス
ブイヨン	鶏肉、セロリー	コンソメ	鶏肉、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	スープストック	大豆、鶏肉、トマト	ケチャップ トマトピューレ	トマト	ろ入付 中濃ソース	トマト、りんご、大豆	ハイグレードカレールー	小麦、乳、大豆、トマト ココナッツミルクパウダー
チンタン	鶏肉	中華スープ	大豆、鶏肉、ごま 魚醤パウダー、トマト	クッキングトマトソース	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。

★ 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。

