

★ お知らせ ★ 天候等の都合により、献立・食材を変更することがあります。その際は、学校からの献立変更のお知らせをご確認ください

曜日	牛乳	献立名	使用食材一覧表			
			おもに血・骨・肉になる (たんぱく質・無機質)	おもに体の調子を整える (ビタミン・無機質)	おもに力や熱になる (炭水化物・脂質)	調味料
1 (水)	○	麦ごはん			米 麦	
		もずくスープ	もずく 豆腐	えのき 小松菜	かたくり粉 <b>ごま</b>	シママース こしょう 料理酒 みりん 粉かつお
		タコライス	牛ひき肉 大豆 チーズ	人参 玉葱 ピーマン ニンニク キャベツ トマト	こめ油	ウスター ケチャップ チリソース【28品目なし】 サルサソース【大豆】 デミグラソース シママース
		フルーツ和え	丹波の黒豆	パイン缶 みかん缶 もも缶	グラニュー糖	赤ワイン
2 (木)	○	揚げパン	きなこ【大豆】		コッペパン【小麦・乳・大豆】三温糖 黒糖 <b>アーモンド</b> 揚げ油	
		サンラータン	<b>たまご</b> 豆腐	エノキ 白菜 なら 木くらげ 生姜	かたくり粉	醤油 料理酒 シママース 酢 豚だし骨
		キャベツ入りつくね	キャベツ入りつくね【鶏肉 豚肉】			
		マカロニサラダ	ツナ	トマト ほうれん草 人参	<b>アーモンド</b> 三温糖 エッグケアー【大豆 りんご】	<b>コールスロードレ【たまご 大豆】</b> シママース こしょう 酢
3 (金)	○	クファージュシー	<b>かまぼこ【小麦 大豆 たまご】</b> 昆布 豚肉	しいたけ 人参 ねぎ	米 麦 こめ油	シママース 醤油 みりん 料理酒 豚だし骨
		きびなごのから揚げ	きびなご 青のり		小麦粉 かたくり粉 揚げ油	シママース こしょう
		おからサラダ	おから ツナ	ほうれん草 人参	三温糖 エッグケアー【大豆 りんご】	シママース 酢
		ミニ桜餅	ミニ桜餅【もち米 小豆 食塩 砂糖】			
6 (月)	○	ヨーゴ	森永ヨーゴ【乳 大豆】			
		麦ごはん			米 麦	
		豚汁	豚肉	人参 ごぼう ねぎ しいたけ	じゃが芋 <b>ごま油</b>	みそ 粉かつお 豚だし骨
		さばの梅みそ焼き	さば		<b>ごま</b> 三温糖 こめ油	梅びしお【りんご】みそ 料理酒 みりん
		海藻サラダ	海藻 ツナ	大根 胡瓜		<b>焙煎ごまドレッシング【小麦・大豆・ごま】</b>
		いちご		いちご		
7 (火)	○	きのこの炊き込みご飯	豚肉	エリンギ しめじ しいたけ 人参 グリンピース	米 麦 こめ油	シママース 醤油 みりん 粉かつお
		ささみチーズやき	ささみチーズ【鶏肉 乳 小麦 大豆】			
		ほうれん草と菜の花のお浸し	のり 糸削り	ほうれん草 菜の花 えのき	三温糖	かつおだし 醤油
		チョコアイス	<b>チョコアイス【乳 大豆】</b>			
8 (水)	○	麦ごはん			米 麦	
		マーボー豆腐	豆腐 豚ひき肉 豚レバー 大豆	人参 玉葱 しいたけ にんにく 生姜	三温糖 <b>ごま油</b> かたくり粉	醤油 シママース 豆板醤【28品目なし】みそ ポークブイオン【鶏 豚】
		はるまき	<b>はるまき【えび 小麦 ごま 大豆 鶏肉 豚肉】</b> 揚げ油			
		キムチあえ	昆布	白菜 胡瓜	三温糖	醤油 キムチ味【りんご 大豆】
		カップでヤクルト	<b>カップでヤクルト【乳 ゼラチン】</b>			
9 (木)	○	ナン			ナン【小麦 大豆】	
		キーマカレー	牛・豚ひき肉 大豆	人参 玉葱 エリンギ ピーマン コーン トマト リンゴ	こめ油	ケチャップ ウスター 赤ワイン シママース カレー粉 豚だし骨 ドライカレー【乳 小麦 牛肉 豚肉 りんご】
		じゃが丸チーズかりかり	<b>じゃが丸チーズかりかり【小麦 乳 大豆】</b> 揚げ油			
		春雨の和え物	ツナ	人参 もやし 胡瓜	<b>ごま</b> 春雨 三温糖	シママース 酢 醤油 和風ドレ【小麦 大豆 りんご】
		ミルクもち	牛乳	みかん缶 ココナッツミルク	だんご【大豆】グラニュー糖 かたくり粉	シママース
10 (金)	○	中華焼きそば	豚肉	キャベツ もやし 人参 たけのこ 木くらげ 生姜	中華麺【小麦粉・大豆】 こめ油	シママース ウスター 焼きそばのたれ【大豆・豚肉・小麦・りんご】
		チキンのから揚げ	鶏肉	にんにく 生姜	揚げ油 かたくり粉	シママース こしょう
		ごぼうと種実の和え物	ちくわ【大豆】	ごぼう 胡瓜 もやし 人参	<b>アーモンド ごま</b> ノンエッグケアー【大豆・りんご】三温糖	薄口醤油 シママース
		いちご		いちご		
13 (月)	○	麦ごはん			米 麦	
		豚ひき肉カレー	豚ひき肉	人参 玉葱 グリンピース にんにく 生姜	じゃが芋 こめ油 小麦粉	カレールー カレー粉 ウスター 豚だし骨
		ロースとんかつ	とんかつ【豚肉 小麦 大豆】揚げ油			
		ほうれん草のゴマ和え		ほうれん草 キャベツ 人参	<b>ごま</b> 三温糖	醤油
14 (火)	○	きのこスパゲティ	鶏肉	しめじ マッシュルーム 木くらげ 玉葱 ピーマン 人参 にんにく	スパゲティ【小麦】 こめ油 オリーブ油	シママース 醤油 こしょう
		ミルクもかりんどう	スキムミルク【乳】		さつま芋 紅芋 揚げ油 三温糖	シママース
		キャベツサラダ		キャベツ 胡瓜 コーン	三温糖	シママース 醤油 フレンチドレ【28品目なし】
		洋なしコンポート		洋なし		
15 (水)	○	五穀ごはん			米 五穀米【麦 もちきび 黒米 赤米】	
		卵スープ	<b>たまご</b> 大豆	白菜 ほうれん草	かたくり粉	シママース 醤油 豚だし骨
		ホキの甘酢かけ	ホキ	玉葱 生姜	揚げ油 三温糖 ごま油 かたくり粉	醤油 料理酒 みりん 酢
		コーンと胡瓜のサラダ	インゲン豆	コーン 胡瓜 キャベツ	三温糖 ノンエッグケアー【大豆・りんご】	こしょう 醤油
		ライチゼリー	ライチゼリー【28品目なし】			
		<b>※大北幼のみ 米粉と豆乳ケーキ</b>	お祝いケーキ 米粉と豆乳ケーキ【大豆】・・・(たまご 乳 小麦粉不使用)			
16 (木)	○	あみばん			あみばん【小麦 乳 大豆】	
		クリームスープ	白花豆 鶏肉 大豆 牛乳 スキムミルク【乳】	セロリ コーン 人参 玉葱	じゃが芋 小麦粉 マーガリン こめ油	シママース こしょう 豚だし骨 ローレル粉
		ミートボールのケチャップ煮	ミートボール【小麦 牛 豚 鶏肉 大豆】レッドキドニー		揚げ油 三温糖 かたくり粉	ケチャップ ウスター 赤ワイン 醤油
		コールスローサラダ		キャベツ 胡瓜 コーン	三温糖	シママース 酢 <b>コールスロードレ【たまご 大豆】</b>
		<b>※名護幼のみ 米粉と豆乳ケーキ</b>	お祝いケーキ 米粉と豆乳ケーキ【大豆】・・・ (たまご 乳 小麦粉不使用)			
17 (金)	○	たきこみチャーハン	豚肉 無添加ベーコン【豚 鶏 大豆】 <b>鰹糸たまご</b>	人参 玉葱 たけのこ ねぎ ニンニク 生姜	米 麦 <b>ごま油 ごま</b> こめ油	シママース こしょう 醤油 豚だし骨
		焼きぎょうざ	ぎょうざ【小麦 <b>ごま</b> 大豆 豚肉】			
		春雨の中華あえ	とりささみ	人参 もやし ほうれん草	<b>ごま ごま油</b> 春雨 三温糖	和風ドレ【小麦 大豆 りんご】酢 醤油 シママース
		みかん		みかん		
		<b>※6年生のみ 米粉と豆乳ケーキ</b>	お祝いケーキ 米粉と豆乳ケーキ【大豆】・・・(たまご 乳 小麦粉不使用)			
20 (月)	○	ゆかりごはん		シソ【塩】	米 麦	
		イナムドゥチ	豚肉 <b>カステラかまぼこ【たまご 小麦 大豆】</b>	しいたけ こんにゃく		みそ 豚だし骨 粉かつお
		さんまかばすレモン煮	さんまかばすレモン煮【さんま 小麦 大豆】			
		荳わかめサラダ	荳わかめ 糸カマボコ【28品目なし】	胡瓜 人参 キャベツ	<b>ごま油 すりごま</b> 三温糖	和風ドレ【小麦 大豆 りんご】
		米粉と豆乳ケーキ	お祝いケーキ 米粉と豆乳ケーキ【大豆】・・・(たまご 乳 小麦粉不使用)			

☆調味料・調理加工品に関して、アレルギー28品目【乳・卵・小麦・ピーナッツ・えび・かに・そば・あわび・いか・いくら・オレンジ・キウイフルーツ・牛肉・くるみ・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン・バナナ・ごま・カシューナッツ・アーモンド】の表示をしています。  
 ①醤油、薄口醤油(小麦・大豆) ②酢・特濃酢(小麦) ③ウスター(大豆、りんご) ④豆腐・豆乳・おから・赤みそ・白みそ・揚げ油(大豆) ⑤デミグラソース(小麦・牛肉・豚肉・鶏肉・大豆・ゼラチン)  
 ⑥カレーフレーク(小麦・大豆・牛肉・鶏肉) カレー粉(香辛料のみ28品目なし) ⑦マーガリン(乳・大豆) ⑧ツナ(大豆) ⑨枝豆、もやし(大豆) ⑩ハヤシルー(小麦・大豆・牛肉)が原料となります。  
 ※アレルギー表示義務はありませんが、オイスターソースにカキエキスを使用しています。  
**※もずく、アーサ、わかめ、海藻等、しらす干し、ちりめんなどの小魚、アサリなどの二枚貝にはエビ、イカ、カニの稚魚が混ざっていることがあります。**  
 ※揚げ油(大豆)は、揚げ調理で複数回調理に使用しています。