

平成28年

2 月学校給食予定(アレルギー詳細)献立表 小学校

沖縄市立学校給食センター
 沖縄市立第三調理場
 TEL:098-989-1324

曜日	献立名	赤の食品 (血や肉、骨を作る)	黄の食品 (熱や力になる)	緑の食品 (体の調子を整える)	調味料	欠食
1日 (月)	牛乳	牛乳	米、麦			
	麦ご飯		米、麦			
	厚揚げの中華いため	厚揚げ、豚肉	米油、でん粉、ごま油	人参、小松菜、平やぶつ、豆苗、きくらげ、豆苗、白	しょうゆ、豆板醤	
	もずく餃子	豚肉、もずく	小麦粉、でん粉、米油	キャベツ、玉葱、にんにく、	塩	
	あさりとポテトのスープ(あさり)	鶏肉、いんげん豆、あさり	じゃがいも	人参、白葱、トマト	しょうゆ、ポークブイヨン、塩	高原小欠食
くだもの				みかん		
2日 (火)	牛乳	牛乳	米、麦			
	麦ご飯		米、麦			
	大根と昆布の煮つけ	豚肉、昆布、厚揚げ	こんにやく、三温糖	人参、大根、椎茸、こんにやく	しょうゆ、みりん、酒、塩	
	小魚のからあげ	いわし	コーンスターチ、なたね油	人参、白葱、小松菜、きゅうり、レモン	塩	
	野菜の甘酢あえ(卵)	うす焼き卵			米酢、塩	
3日 (水)	牛乳	牛乳	米、麦、米油	椎茸、人参、ごぼう、ねぎ	しょうゆ、みりん、酒、塩	
	ひじきごはん	ひじき、油揚げ、豚肉	三温糖	梅肉、生姜	しょうゆ、みりん、酒	
	さんまの梅やき	さんま	三温糖	小松菜、きゅうり、切干大根、白菜、人参	しょうゆ、みりん、酒	
	野菜のおかかあえ	糸けすり	三温糖	みかん	しょうゆ、米酢、塩	
	くだもの					
4日 (木)	節分豆	大豆				
	牛乳	牛乳	強力粉、グラニュー糖、ショートニング、小麦胚芽			
	パッカーハウスの胚芽(乳)	脱脂粉乳	小麦粉、砂糖、パン粉、大豆	人参、玉葱	ケチャップ、ウスターソース	
	オムレツのソースかけ(卵)	卵、鶏肉、大豆	米油、マーガリン	人参、玉葱、キャベツ、しめじ、	こしょう	
	きのこのソテー	舞茸、ベーコン	じゃがいも、でん粉	人参、セロリ、トマト、白菜、かぶ、	ケチャップ、トマトソース、塩	
トマトとポテトのスープ	いんげん豆		りんご			
5日 (金)	りんご					
	牛乳	牛乳	米、麦			
	麦ごはん		米、麦			
	チリソース	豚肉	じゃがいも、米油、小麦粉、マーガリン	人参、玉葱、マッシュルームスライス、ピーマン、	ケチャップ、チリソース、塩、	
	菜し枝豆	枝豆	三温糖	きゅうり、大根、シーワーカー果汁	しょうゆ、米酢、塩	
8日 (月)	海藻の和え物	ひじき、海藻ミックス、ツナブレック				
	牛乳	牛乳	米、麦、黒米			
	黒米ごはん		こんにやく、米油	切干大根、きくらげ	しょうゆ、みりん、酒、塩	
	千切りイリチー(卵)	昆布、カステラかまぼこ(卵)、豚ロース	じゃがいも、	人参、椎茸、大根、山東菜	みそ	
	田舎汁	油揚げ	小麦粉、パン粉、大豆油、なたね油			
9日 (火)	エビカン(エビ、卵)	エビ、卵				
	牛乳	牛乳	強力粉、グラニュー糖、ショートニング			
	ハーガパン(乳)	脱脂粉乳	パン、砂糖、でん粉	玉葱	しょうゆ、塩、ケチャップ、	
	国産ミートハンバーグ	豚肉、鶏肉、大豆	三温糖、オリーブ油	白菜、大根、きゅうり、大根、梅肉、シーワーカー果汁	ウスターソース	
	白菜と胡瓜のサラダ	ささみ、かんでん	小麦粉(マヌバタイプ)、じゃがいも	人参、玉葱、セロリ、トマト	米酢、ハットソース	
10日 (水)	ヌードルスープ	鶏肉、ベーコン、白インゲン				
	スライスチーズ(乳)	チーズ	米、麦、米油	人参、さくらげ、ねぎ	しょうゆ、みりん、酒、塩	
	牛乳	牛乳	三温糖、でん粉	ごぼう、人参、きゅうり、小松菜、レモン	しょうゆ、みりん、しそエキス	
	炊き込みご飯	豚肉、ひよこ豆	三温糖	みかん	米酢、塩	
	魚のしそあんかけ	さば、ササミチヤンク				
12日 (金)	ごぼうと野菜のあえもの	ささみ、かんでん				
	くだもの					
	牛乳	牛乳	うどん(小麦粉)	人参、玉葱、椎茸、しめじ	しょうゆ、カレールー、塩	
	カレーうどん	豚肉、油あげ油	小麦粉、こんにやく粉、豚脂、でん粉	玉葱、生姜		
	ミニにくまん	鶏肉	三温糖	大根、きゅうり、小松菜、人参、しそ、	薄口しょうゆ、塩	
15日 (月)	野菜のあえもの	ちくわ		シーワーカー果汁		
	くだもの			みかん		
	牛乳	牛乳	米、麦、	ゆかり粉		
	ゆかりご飯	豚肉	米油、三温糖、でん粉	人参、玉葱、竹の子、ほうれん草、白菜、にんにく、キャベツ	しょうゆ、キド中華	
	牛肉と野菜の炒め	鶏肉、豚肉、	じゃがいも、砂糖、小麦粉、大豆油、コーンスライス、	玉葱	ケチャップ	
ハートコロッケ	あさり、ワカメ、絹ごし豆腐	でん粉				
あさりの中華スープ(あさり)						

16日 (火)	牛乳 キムチご飯 わかめと豆腐のよせあんかけ 中華和え アーモンド	牛乳 豚肉、 とらふ、わかめ ササミチヤンク、寒天	米、麦 パン粉(小麦粉)なたね油、でん粉、もち米、 三温糖 三温糖、 アーモンド、大豆油	きくらげ、白菜キムチ、竹の子、人参、玉葱 人参、白菜、きゅうり、大根	しょうゆ、キムチの素、じょうゆ、みりん、 酒、塩 しょうゆ、みりん、塩
17日 (水)	牛乳 スパゲティミートソース 焼きじゃが芋 ポイル野菜のサラダ くだもの	牛乳 豚肉、牛肉、 ササミチヤンク、寒天	スパゲティ(小麦粉)、米油 じゃが芋、マーガリン 三温糖、オリーブ油	人参、玉葱、マッシュルームスライス、ピーマン、 にんにく、トマト きゅうり、白菜、小松菜、シロネ、クアターサー、梨、洋シ モン 青りんご	ケチャップ、トマトピューレ、ウスターソース ケチャップ、チリソース、ウスターソース 塩、米酢、塩
18日 (木)	牛乳 食パン(乳) すり身ハンバーグのハンバーグ 野菜のソテー 肉団子と野菜の煮込みスープ くだもの	牛乳 脱脂粉乳 すり身、、大豆、豆腐 豚肉 豚肉、牛肉、、鶏肉	強力粉、グラニュー糖、ショートニング じゃが芋、砂糖、でん粉 米油、マーガリン でん粉	人参、キャベツ、ブロッコリー、玉葱 小松菜、人参、玉葱、キャベツ、しめじ、コーン 玉葱、人参、トマト、セロリ、白菜、青豆、 みかん	ケチャップ、トマトピューレ、ウスターソース ケチャップ、チリソース、ウスターソース 塩、米酢、塩
19日 (金)	牛乳 麦ごはん 鶏肉とじゃが芋の煮付け 納豆 ごぼうと野菜のあえもの くだもの	牛乳 鶏肉、油揚げ 納豆 ササミチヤンク、かんでん くだもの	米、麦 じゃがいも、米油、三温糖 三温糖	にんにく、人参、玉葱、椎茸、糸こんにゃく、 ごぼう、小松菜、白菜、人参、大根 いちご	しょうゆ、みりん、酒 米酢、みそ
22日 (月)	牛乳 マーボーラーメン 枝豆焼売 中華炒め くだもの	牛乳 豚肉 たらすり身、 豚肉	小麦粉、米油、ごま油 小麦粉、豚脂、 米油、でん粉	人参、玉葱、椎茸、きくらげ、にんにく、生姜 玉葱、枝豆、 人参、玉葱、小松菜、竹の子、クワイ、白菜、 みかん	塩、みそ、豆板醤、しょうゆ、キド中華 塩 しょうゆ、キド中華、豆板醤
23日 (火)	牛乳 サブランライス プチグラタン(乳) 青菜と大根のサラダ 米粉ドック(卵)	牛乳 鶏肉、 牛乳、脱脂粉乳、 ツナフレーク 卵	米、麦、米油、ゴマ 小麦粉、マカロニマーガリン、サラダ油 三温糖 植物油、米粉、砂糖、チヨコ、でん粉	人参、玉葱、コーン、ピーマン、マッシュルーム ほうれん草、きゅうり、大根、梅ひしお	カレー粉、酒、薄口しょうゆ、サブラン粉 米酢、塩
24日 (水)	牛乳 ワカメごはん 豆腐と野菜の炒め きびなごのからあげ 卵とトマトのスープ(卵) くだもの	牛乳 ワカメ 豆腐、豚肉 きびなご 卵、豚肉、白いんげん くだもの	米、麦 米油 小麦粉、でん粉、なたね油 でん粉、はるさめ	人参、小松菜、白菜、にんにく、青葱 人参、小松菜、白菜、にんにく、青葱 トマト、セロリ、玉葱、大根 みかん	しょうゆ、、みりん、塩 しょうゆ、塩
25日 (木)	牛乳 コッパパン(乳) 焼ウインナー 白菜のクリーム煮 大根のサラダ	牛乳 脱脂粉乳 無添加ウインナー 鶏肉、 白かまぼこ	強力粉、グラニュー糖、ショートニング 三温糖、でん粉 じゃがいも、小麦粉、マーガリン、米油、マカロニ 三温糖、オリーブ油	ケチャップ、トマトソース、ウスターソース 塩、こしょう 米酢、塩、	
26日 (金)	牛乳 麦ごはん 大根とごぼうのみそ煮 魚のもずくあんかけ 青菜の梅肉和え	牛乳 豚肉、あつあげ いわし、もずく、 糸けずり	米、麦 こんにゃく、三温糖 三温糖	みそ、しょうゆ、みりん、酒 しょうゆ、みりん、米酢 米酢	
29日 (月)	牛乳 麦ごはん 麻婆豆腐 青菜と白菜のキムチあえ じゃがバター茶巾(卵)	牛乳 豆腐、豚肉 糸けずり うすやき卵	米、麦 米油、でん粉、ごま油 砂糖 じゃがいも、小麦粉、バター、でん粉、砂糖、サラダ油	人参、玉葱、きくらげ、椎茸、生姜、にんにくにら 小松菜、白菜、きゅうり グリーンピース	赤みそ、ケチャップ、ラー油、豆板醤 しょうゆ、米酢、キムチの素 塩、

※材料等の都合により献立を変更する場合があります。
 ※魚介類、甲殻類(カニ、イカ、エビ、アサリ)軟体類(タコ)卵・乳のアレルギーを持つている児童は献立の()の中に食材の記入をしていますので自己で食べない、
 もしくは、取り除いて食べる等をしてください。
 ※野菜・果物・鮮魚等の食材費が高騰しています。給食費はすべて、給食食材を購入するために使用しますので、期限内に給食費をおさめていただきますよう、ご協力
 をお願いします。

曜日	献立名	赤の食品 (血や肉、骨を作る)	黄の食品 (熱や力になる)	緑の食品 (体の調子を整える)	調味料	欠食
1日 (月)	牛乳	牛乳	米、麦			
	麦ご飯		米油、でん粉、ごま油	人参、小松菜、平アサリ、玉葱、茗荷、苦草、白豆	しょうゆ、豆板醤	
	厚揚げの中華いため	厚揚げ、豚肉	小麦粉、でん粉、米油	キャベツ、玉葱、にんにく、	塩	
	もずく餃子	豚肉、もずく	じゃがいも	人参、白菜、トマト	しょうゆ、ポークブイヨン、塩	
	あさりとポテトのスープ(あさり)	鶏肉、いんげん豆、あさり		みかん		
2日 (火)	くだもの					
	牛乳	牛乳	米、麦			
	麦ご飯		こんにやく、三温糖	人参、大根、椎茸、こんにやく	しょうゆ、みりん、酒、塩	
	大根と昆布の煮つけ	豚肉、昆布、厚揚げ	コーンスターチ、なたね油	人参、白菜、小松菜、きゅうり、レモン	塩	
	小魚のからあげ	いわし			米酢、塩	
3日 (水)	野菜の甘酢あえ(卵)	うす焼き卵				
	牛乳	牛乳	米、麦、米油	椎茸、人参、ごぼう、ねぎ	しょうゆ、みりん、酒、塩	
	ひじきごはん	ひじき、油揚げ、豚肉	三温糖	梅肉、生姜	しょうゆ、みりん、酒	
	さんまの梅やき	さんま	三温糖	小松菜、きゅうり、切干大根、白菜、人参	しょうゆ、米酢、塩	
	野菜のおかかあえ	糸けずり		みかん		
4日 (木)	くだもの					
	節分豆	大豆				
	牛乳	牛乳	強力粉、グラニュー糖、ショートニング、小麦胚芽			
	バターハウス監製(乳)	脱脂粉乳	砂糖、でん粉、ラード	玉葱、生姜	ケチャップ、ウスターソース	
	オムレツのソースかけ(卵)	卵、大豆	米油、マーガリン	人参、玉葱、キャベツ、しめじ、	こしょう	
5日 (金)	きのこのソテー	無添加ベーコン	じゃがいも、でん粉	人参、セロリ、トマト、白菜、かぶ、	ケチャップ、トマトソース、塩	
	トマトとポテトのスープ	いんげん豆		りんご		
	りんご					
	牛乳	牛乳	米、麦	人参、玉葱、マッシュルームスライス、ピーマン、	ケチャップ、チリソース、塩、	
	麦ごはん		じゃがいも、米油、小麦粉、マーガリン	にんにく	チリミックス、チリパウダー、	
8日 (月)	チリソース	豚肉	三温糖	えだまめ	パブリカ粉、赤ワイン	
	蒸し枝豆			きゅうり、大根、シークワーサー果汁	しょうゆ、米酢、塩	
	海藻の和え物	ひじき、海藻ミックス、ツナフレーク				
	牛乳	牛乳	米、麦、黒米			
	黒米ごはん		こんにやく、米油	切干大根、きくらげ	しょうゆ、みりん、酒、塩	
9日 (火)	干切リイリチー(卵)	昆布、カステラからまほこ(卵)、豚ロース	じゃがいも、	人参、椎茸、大根、山東菜	みそ	
	田舎汁	油揚げ	小麦粉、パン粉、大豆油、なたね油			
	エビカツ(エビ、卵)	エビ、卵				
	牛乳	牛乳	強力粉、グラニュー糖、ショートニング	玉葱	しょうゆ、塩、ケチャップ、	ウスターソース
	バーガーパン(乳)	脱脂粉乳	パン、砂糖、でん粉	白菜、大根、きゅうり、大根、梅肉、シークワーサー果汁	米酢、ハットソース	
10日 (水)	国産ミートハンバーグ	豚肉、鶏肉、大豆	三温糖、オリーブ油	人参、玉葱、セロリ、トマト	トマトソース、しょうゆ、こしょう	
	白菜と胡瓜のサラダ	ささみ、かんでん	小麦粉(マスバグテイ)、じゃがいも	りんご		
	ヌードルスープ	鶏肉、ベーコン、白インゲン				
	チーズ(乳) くだもの	チーズ				
	牛乳	牛乳	米、麦、米油	人参、きくらげ、ねぎ	しょうゆ、みりん、酒、塩	
12日 (金)	炊き込みご飯	豚肉、ひよこ豆	三温糖、でん粉	ごぼう、人参、きゅうり、小松菜、レモン	しょうゆ、みりん、しそエキス	
	魚のしそあんかけ	さば、ササミチヤンク	三温糖	みかん	米酢、塩	
	ごぼうと野菜のあえもの	ささみ、かんでん				
	くだもの					
	牛乳	牛乳	うどん(小麦粉)	人参、玉葱、椎茸、しめじ	しょうゆ、カレールウ、塩	
15日 (月)	カレーうどん	豚肉、油あげ油	小麦粉、こんにやく粉、豚脂、でん粉	玉葱、生姜	しょうゆ、みりん、酒、塩	
	ミニにくまん	鶏肉	三温糖	人参、きゅうり、小松菜、人参、しめじ、	薄口しょうゆ、塩	
	野菜のあえもの	ちくわ		シークワーサー果汁		
	くだもの			みかん		
	牛乳	牛乳	アーモンド、大豆油			
15日 (月)	アーモンド	牛乳	米、麦、	ゆかり粉	しょうゆ、キド中華	
	ゆかりご飯	牛肉	米油、三温糖、でん粉	人参、玉葱、竹の子、ほうれん草、白菜、にんにく、キャベツ	チャップ	
	牛肉と野菜の炒め	鶏肉	じゃがいも、砂糖、小麦粉、パン粉、コーンスターチ、	玉葱	しょうゆ、塩	
	ハートコロック	鶏肉、豚肉、	でん粉、	えのき茸、コーン、白菜、椎茸	しょうゆ、塩	
	あさりと中華スープ(あさり)	あさり、ワカメ、絹ごし豆腐		みかん		
くだもの						

16日 (火)	牛乳 キムチご飯 わかめと豆腐のよせあんかけ 中華和え くだもの	牛乳 豚肉、 とうふ、わかめ ササミチャンク、寒天	米、麦 パン粉(小麦粉)なたね油、めん粉、もち米、 三温糖 三温糖、 みかん	まくらげ、白身キムチ、竹の子、人参、玉葱 しょうゆ、米酢、塩	しょうゆ、キムチ、しょうゆ、みりん、 塩、塩	
17日 (水)	牛乳 スバゲイミートソース 焼きじゃが芋 ポイル野菜のサラダ	牛乳 豚肉、牛肉、 ササミチャンク、寒天	スバゲイ(小麦粉)、米油 じゃが芋、マーガリン 三温糖、オリーブ油 植物油、米粉、砂糖、チヨコ、でん粉	人参、玉葱、マッシュルームスライス、ピーマン、 にんにく、トマト ケチャップ、トマトピューレ、ウスターソース ケチャップ、チリソース、ウスターソース 塩、米酢、塩	ケチャップ、トマトピューレ、ウスターソー ス ケチャップ、チリソース、ウスターソース 塩、米酢、塩	
18日 (木)	牛乳 食パン(乳) すり身ハンバーグのハンバーグ 野菜のソテー 肉回りと野菜の煮込みスープ チーズ(乳)くだもの	牛乳 脱脂粉乳 すり身、、大豆、豆腐 豚肉 豚肉、牛肉、鶏肉 チーズ	強力粉、グラニュー糖、ショートニング じゃが芋、砂糖、でん粉 米油、マーガリン でん粉	人参、キャベツ、ブロッコリー、玉葱 小松菜、人参、玉葱、キャベツ、しめじ、コーン 玉葱、人参、トマト、セロリ、白菜、青豆、 みかん	ケチャップ、ウスターソース 塩、こしょう 塩、こしょう	ケチャップ、ウスターソース 塩、こしょう 塩、こしょう
19日 (金)	牛乳 麦ごはん 鶏肉とじゃが芋の煮付け 納豆 ごぼうと野菜のあえもの くだもの	牛乳 鶏肉、油揚げ 納豆 ササミチャンク、かんとん	米、麦 じゃがいも、米油、三温糖 三温糖	にんにく、人参、玉葱、椎茸、糸こんにゃく、 ごぼう、小松菜、白菜、人参、大根 いちご	しょうゆ、みりん、酒 米酢、みそ	しょうゆ、みりん、酒 米酢、みそ
22日 (月)	牛乳 マーボーラーメン 枝豆焼売(2個) 中華炒め くだもの	牛乳 豚肉 たらすり身、 豚肉	小麦粉、米油、ごま油 小麦粉、豚脂、 米油、でん粉	人参、玉葱、椎茸、まくらげ、にんにく、生姜 玉葱、枝豆、 人参、玉葱、小松菜、竹の子、クワイ、白菜、 みかん	塩、みそ、豆板醤、しょうゆ、キト中華 塩、 しょうゆ、キト中華、豆板醤	塩、みそ、豆板醤、しょうゆ、キト中華 塩、 しょうゆ、キト中華、豆板醤
23日 (火)	牛乳 サブランライス ポテトカツパグラタン(乳) 青菜と大根のサラダ くだもの	牛乳 鶏肉、 牛乳、脱脂粉乳、チーズ ツナフレーク	米、麦、米油、ゴマ 小麦粉、じゃが芋、サラダ油、マーガリン、砂糖 三温糖	人参、玉葱、コーン、ピーマン、マッシュルーム 玉葱、ほうれん草 ほうれん草、きゅうり、大根、椎ひしお	カレー粉、酒、薄口しょうゆ、サブラン粉 米酢、塩 りんご	カレー粉、酒、薄口しょうゆ、サブラン粉 米酢、塩 りんご
24日 (水)	牛乳 ワカメごはん 豆腐と野菜の炒め きびなごのからあげ 卵とトマトのスープ(卵) くだもの	牛乳 ワカメ 豆腐、豚肉 きびなご 卵、豚肉、白いんげん くだもの	米、麦 米油、 小麦粉、でん粉、なたね油 でん粉、はるさめ	人参、小松菜、白蓮、にんにく、薑蔥 トマト、セロリ、玉葱、大根 みかん	しょうゆ、みりん、塩 しょうゆ、塩	しょうゆ、みりん、塩 しょうゆ、塩
25日 (木)	牛乳 コッペパン(乳) 焼ウインナー 白菜のクリーム煮 大根のサラダ	牛乳 脱脂粉乳 無添加ウインナー 鶏肉、 白かまぼこ	強力粉、グラニュー糖、ショートニング 三温糖、でん粉 じゃがいも、小麦粉、マーガリン、米油、マカロニ 三温糖、オリーブ油	ケチャップ、トマトソース、ウスターソース 塩、こしょう 米酢、塩、	ケチャップ、トマトソース、ウスターソー ス 塩、こしょう 米酢、塩、	ケチャップ、トマトソース、ウスターソー ス 塩、こしょう 米酢、塩、
26日 (金)	牛乳 麦ごはん 大根とごぼうのみそ煮 魚のもずくあんかけ 青菜の梅肉和え	牛乳 豚肉、あつあげ いわし、もずく、 糸けずり	米、麦 こんにゃく、三温糖 三温糖	人参、ごぼう、大根、椎茸 きゅうり、小松菜、切干大根、梅肉	みそ、しょうゆ、みりん、酒 しょうゆ、みりん、米酢 米酢	みそ、しょうゆ、みりん、酒 しょうゆ、みりん、米酢 米酢
29日 (月)	牛乳 麦ごはん 麻婆豆腐 青菜と白菜のキムチあえ じゃがバター茶巾(卵)	牛乳 豆腐、豚肉 糸けずり うすやき卵	米、麦 米油、でん粉、ごま油 砂糖 じゃがいも、小麦粉、バター、でん粉、砂糖、サラダ油	人参、玉葱、まくらげ、椎茸、生姜、にんにくにら 小松菜、白菜、きゅうり グリーンピース	赤みそ、ケチャップ、ラー油、豆板醤 しょうゆ、米酢、キムチの素 塩、	赤みそ、ケチャップ、ラー油、豆板醤 しょうゆ、米酢、キムチの素 塩、

※材料等の都合により献立を変更する場合があります。
 ※魚介類、甲殻類(カニ、イカ、エビ、アサリ)軟体類(タコ)卵・乳のアレルギーマネジメント(アレルギー)を持つている児童は献立の()の中に食材の記入をしていますので自己で食べない、
 もしくは、取り除いて食べる等をしてください。
 ※野菜・果物・鮮魚等の食材費が高騰しています。給食食材を購入するために使用しますので、期限内に給食費をおさめていただきますよう、ご協力
 お願いします。

平成28年

2 月学校給食予定(アレルギー詳細)献立表 幼稚園

沖縄市立学校給食センター

沖縄市立第三調理場

TEL:098-989-1324

曜日	献立名	赤の食品 (血や肉、骨を作る)	黄の食品 (熱や力になる)	緑の食品 (体の調子を整える)	調味料	欠食
1日 (月)	牛乳 麦ご飯 厚揚げの中巻いため もずく餃子 あさりトポットのスープ(あさり)	牛乳 厚揚げ、豚肉 豚肉、もずく 鶏肉、いんげん豆、あさり	米、麦 米油、でん粉、ごま油 小麦粉、でん粉、米油 じゃがいも	人参、小松菜、平パセリ、玉葱、きくらげ、生姜、白 キャベツ、玉葱、にんにく、 人参、白菜、トマト	しょうゆ、豆板醤 塩 しょうゆ、ポークブイヨン、塩	高原小欠食
2日 (火)	牛乳 麦ご飯 大根と昆布の煮つけ 小魚のからあげ 野菜の甘酢あえ(卵)	牛乳 豚肉、昆布、厚揚げ いわし うす焼き卵	米、麦 こんにやく、三温糖 コーンスターチ、なたね油	人参、大根、椎茸、こんにやく 人参、白菜、小松菜、きゅうり、レモン	しょうゆ、みりん、酒、塩 塩 米酢、塩	
3日 (水)	牛乳 ひじきごはん さんまの梅やき 野菜のおかかあえ	牛乳 ひじき、油揚げ、豚肉 さんま 糸けずり	米、麦、米油 三温糖 三温糖	椎茸、人参、ごぼう、ねぎ 梅肉、生姜 小松菜、きゅうり、切干大根、白菜、人参	しょうゆ、みりん、酒、塩 しょうゆ、みりん、酒 しょうゆ、米酢、塩	
4日 (木)	節分豆 牛乳 パッカーハウス胚芽(乳) オムレツのソースかけ(卵) さのこのソテー トマトとポテトのスープ	牛乳 豚脂粉乳 卵、鶏肉、大豆 無添加ベーコン いんげん豆	強力粉、グラニュー糖、ショートニング、小麦胚芽 小麦粉、砂糖、パン粉、大豆 米油、マーガリン じゃがいも、でん粉	人参、玉葱 人参、玉葱、キャベツ、しめじ、 人参、セロリ、トマト、白菜、かぶ、	ケチャップ、ウスターソース こしょう ケチャップ、トマトソース、塩	
5日 (金)	牛乳 麦ごはん チリソース 蒸し枝豆 海藻の和え物	牛乳 豚肉 ひじき、海藻ミックス、ツナフレーク	米、麦 じゃがいも、米油、小麦粉、マーガリン	人参、玉葱、マッシュルーム、スライス、ピーマン、 にんにく 枝豆 きゅうり、大根、シーワーカー、果汁	ケチャップ、チリソース、塩、 チリミックス、チリパウダー、 パプリカ粉、赤ワイン	
8日 (月)	牛乳 黒米ごはん 千切りイチー(卵) 田舎汁 エビカツ(エビ、卵)	牛乳 豚肉 黒米 昆布、カステラかまぼこ(卵)、豚ロース 油揚げ エビ、卵	米、麦、黒米 こんにやく、米油 じゃがいも、 小麦粉、パン粉、大豆油、なたね油	人参、椎茸、大根、山東菜	しょうゆ、みりん、酒、塩 みそ	泡瀬小欠食
9日 (火)	牛乳 ハーガパン(乳) 国産ミートハンバーグ 白菜と胡瓜のサラダ ヌードルスープ スライスチーズ(乳)	牛乳 豚脂粉乳 豚肉、鶏肉、大豆 ささみ、かんてん 鶏肉、ベーコン、白インゲン チーズ	強力粉、グラニュー糖、ショートニング パン、砂糖、でん粉 三温糖、オリーブ油 小麦粉(マスバゲチ)、じゃがいも	玉葱 白菜、大根、きゅうり、大根、梅肉、シーワーカー、果汁 人参、玉葱、セロリ、トマト	しょうゆ、塩、ケチャップ、 ウスターソース 米酢、ハットソース トマトソース、しょうゆ、こしょう	
10日 (水)	牛乳 炊き込みご飯 魚のしそあんかけ ごぼうと野菜のあえもの くだもの	牛乳 豚肉、ひよこ豆 さば、ササミチヤンク ささみ、かんてん	米、麦、米油 三温糖、でん粉 三温糖	人参、きくらげ、ねぎ ごぼう、人参、きゅうり、小松菜、レモン みかん	しょうゆ、みりん、酒、塩 しょうゆ、みりん、しそエキス 米酢、塩	
12日 (金)	牛乳 カレーうどん ミニにくまん 野菜のあえもの くだもの	牛乳 豚肉、油あげ油 鶏肉 ちくわ	うどん(小麦粉) 小麦粉、こんにやく粉、豚脂、でん粉 三温糖	人参、玉葱、椎茸、しめじ 玉葱、生姜 大根、きゅうり、小松菜、人参、レモン、 シーワーカー、果汁 みかん	しょうゆ、カレールー、塩 薄口しょうゆ、塩	
15日 (月)	牛乳 ゆかりご飯 牛肉と野菜の炒め ハートコロッケ あさりの中華スープ(あさり)	牛乳 豚肉 牛肉 鶏肉、豚肉、 あさり、ワカメ、絹ごし豆腐	米、麦、 米油、三温糖、でん粉 じゃがいも、砂糖、小麦粉、 でん粉	ゆかり粉 人参、玉葱、竹のこ、ほうれん草、白煮、にんにく、キャベ ツ 玉葱 えのき草、コーン、白菜、椎茸	しょうゆ、キド中華 チャップ しょうゆ、塩	

16日 (火)	牛乳 キムチご飯 わかめと豆腐のよせあんかけ 中華和え アーモンド	牛乳 豚肉、 とうふ、わかめ ササミチャンク、寒天	米、麦 パン粉(小麦粉)なたね油、でん粉、もち米、 三温糖 三温糖、 アーモンド、大豆油	まぐらげ、白菜キムチ、竹の子、人参、玉葱 人参、白菜、きゅうり、大根	しょうゆ、キムチの素、しょうゆ、みりん、 酒、塩 しょうゆ、米酢、塩
17日 (水)	牛乳 スパゲティミートソース 焼きじゃが芋 ポイル野菜のサラダ くだもの	牛乳 豚肉、牛肉、 ササミチャンク、寒天	スパゲティ(小麦粉)、米油 じゃが芋、マーガリン 三温糖、オリーブ油	人参、玉葱、マッシュルームスライス、ピーマン、 にんにく、トマト きゅうり、白菜、小松菜、シークワーサー、果菜ジュ モン 青りんご	ケチャップ、トマトピューレ、ウスターソース ケチャップ、チリソース、ウスターソース 塩、米酢、塩
18日 (木)	牛乳 食パン(乳) チリ身ハンバーグのハンバーグ 野菜のソテー 肉団子野菜の煮込みスープ くだもの	牛乳 脱脂粉乳 すり身、、大豆、豆腐 豚肉 豚肉、牛肉、、鶏肉	強力粉、グラニュー糖、ショートニング じゃが芋、砂糖、でん粉 米油、マーガリン でん粉	人参、キャベツ、ブロッコリー、玉葱 小松菜、人参、玉葱、キャベツ、しめじ、コーン 玉葱、人参、トマト、セロリ、白菜、青豆、 みかん	ケチャップ、ウスターソース 塩、こしょう 塩、こしょう
19日 (金)	牛乳 麦ごはん 鶏肉とじゃが芋の煮付け 納豆 ごぼうと野菜のあえもの くだもの	牛乳 鶏肉、油揚げ 納豆 ササミチャンク、かんとん	米、麦 じゃがいも、米油、三温糖 三温糖	しょうゆ、みりん、酒 ごぼう、小松菜、白菜、人参、大根 米酢、みそ いちご	しょうゆ、みりん、酒 米酢、みそ
22日 (月)	牛乳 マーボーラーメン 枝豆焼売 中華炒め くだもの	牛乳 豚肉 たらすり身、 豚肉	小麦粉、米油、ごま油 小麦粉、豚脂、 米油、でん粉	人参、玉葱、椎茸、まぐらげ、にんにく、生姜 玉葱、枝豆、 人参、玉葱、小松菜、竹の子、クワイ、白菜、 みかん	塩、みそ、豆板醤、しょうゆ、キド中華 塩、 しょうゆ、キド中華、豆板醤
23日 (火)	牛乳 サフランライス プチグラタン(乳) 青菜と大根のサラダ くだもの	牛乳 鶏肉、 牛乳、脱脂粉乳、 ツナフレーク 卵	米、麦、米油、ゴマ 小麦粉、マカロニマーガリン、サラダ油 三温糖 りんご	人参、玉葱、コーン、ピーマン、マッシュルーム ほうれん草、きゅうり、大根、梅ひしお	カレー粉、酒、薄口しょうゆ、サフラン粉 米酢、塩
24日 (水)	牛乳 ワカメごはん 豆腐と野菜の炒め きびなごのからあげ 卵とトマトのスープ(卵)	牛乳 ワカメ 豆腐、豚肉 きびなご 卵、豚肉、白いんげん	米、麦 米油、 小麦粉、でん粉、なたね油 でん粉、はるさめ	人参、小松菜、白菜、にんにく、玉葱 トマト、セロリ、玉葱、大根	しょうゆ、みりん、塩 しょうゆ、塩
25日 (木)	牛乳 コッペパン(乳) 焼ウインナー 白菜のクリーム煮 大根のサラダ	牛乳 脱脂粉乳 無添加ウインナー 鶏肉、 白かまぼこ	強力粉、グラニュー糖、ショートニング 三温糖、でん粉 じゃがいも、小麦粉、マーガリン、米油、マカロニ 三温糖、オリーブ油	ケチャップ、トマトソース、ウスターソース 塩、こしょう 米酢、塩、	
26日 (金)	牛乳 麦ごはん 大根とごぼうのみそ煮 魚のもずくあんかけ 青菜の梅肉和え	牛乳 豚肉、あつあげ いわし、もずく、 糸けずり	米、麦 こんにやく、三温糖 三温糖	みそ、しょうゆ、みりん、酒 しょうゆ、みりん、米酢 米酢	
29日 (月)	牛乳 麦ごはん 麻婆豆腐 青菜と白菜のキムチあえ じゃが、夕奈市(卵)	牛乳 豆腐、豚肉 糸けずり うすやき卵	米、麦 米油、でん粉、ごま油 砂糖 じゃがいも、小麦粉、バター、でん粉、砂糖、サラダ油	人参、玉葱、まぐらげ、椎茸、生姜、にんにく、にら 小松菜、白菜、きゅうり クリーンピーズ	赤みそ、ケチャップ、ラー油、豆板醤 しょうゆ、米酢、キムチの素 塩、

※材料等の都合により献立を変更する場合があります。
 ※魚介類、甲殻類(カニ、イカ、エビ、アサリ)軟体類(タコ)卵・乳のアレルギーを持つている児童は献立の()の中に食材の記入をしていますので自己で食べない、
 もしくは、取り除いて食べる等をしてください。
 ※野菜・果物・鮮魚等の食材費が高騰しています。給食費はすべて、給食食材を購入するために使いますので、期限内に給食費をおさめていただきますよう、ご協力
 をお願いします。