



1. 予定(アレルギー詳細)献立表は、食品表示法に定められている28品目を表示しています。  
 食品表示法の一部改正により特定原材料に準ずるもの(推奨表示)にアーモンドが追加になりました。  
 順次対応させていただきます。

特定原材料(表示義務)7品目	特定原材料に準ずるもの(推奨表示)21品目
卵 乳 小麦 そば 落花生 えび かに	アーモンド あわび いか いくら さけ さば 牛肉 鶏肉 豚肉 ゼラチン 大豆 ごま くるみ カシューナッツ オレンジ キウイフルーツ バナナ もも りんご まつたけ やまいも

2. 献立名の黒丸(●)は、食物アレルギー除去食対応児童生徒へ除去食の提供があります。  
 ( )内の食品は対応アレルゲンを表示しています。  
 ※除去食の対応アレルゲンは下記の6品目です。除去食の提供はアレルゲン6品目を含む  
 和え物(サラダ、フルーツ和えを含む)などです。

除去食対応アレルゲン6品目	卵 乳 えび かに いか たこ
---------------	-----------------

- 3. 加工食品は、原材料や調味料ではなく、アレルゲンのみを表示している場合もあります。
- 4. しょうゆは(小麦・大豆)、酢、特濃酢は(小麦)の成分を含んでいます。月はじめで使用した日のみ、アレルゲンを表示しています。その日以降は表示していませんが、アレルゲンは同じです。
- 5. 海藻類(あおさ、もずく、ひじき)、しらすやチリメン、カエリなどは、「えび・かに」が混ざる漁法で採取されていることから、「えび・かに」が混入することがあります。
- 6. あさりなどの二枚貝には「かに」が共生しています。
- 7. 天候やその他の都合により、献立の変更や食材を変更することがあります。
- 8. 調味料欄に表示がなくても、塩、こしょう、砂糖、酒、酢(小麦)、しょうゆ(小麦、大豆)、みりん、でんぷんを使用する場合があります。

※毎週木曜日は幼稚園欠食です。

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
24日 (火) 各中学 校3年生 のみ給食 スタート	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	ハヤシライス	牛肉、豚肉	小麦粉、マーガリン (乳・大豆) 大豆油	玉ねぎ、人参、セロリ、 ピーマン、しめじ、マッ シュルーム、トマト、に んにく	赤ワイン、ハヤシルウ(小麦・大豆・ 牛肉)、デミグラスソース(小麦・ 鶏肉)、トマトピューレ、ウスター ソース、チキンブイヨン(鶏肉)、 塩
	にんじンドレッシング サラダ	とりささみ、ガルバン ゾー、マローファット ピース、レッドキドニー	植物油脂(大豆)、砂 糖、オリーブ油、三温糖	大根、人参、ブロッコ リー、コーン、あお豆 (大豆)、シークワ ー果汁、にんじん酢漬 (りんご)、乾燥玉ね ぎ、にんじんピューレ、 たまねぎ酢漬(りん ご)、オレンジ果汁(オ レンジ)、レモン果皮	酢、食塩
くだもの			オレンジ(予定)		
25日 (水)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	にん 煮込みうどん	豚肉、油揚げ(大豆)、 なると	うどん(小麦)	しょうが、人参、玉ね ぎ、白菜、ほうれん草、 長ねぎ	酒、しょうゆ(小麦・大豆)、みり ん、チキンブイヨン、かつお節、塩
	だいにん 大根チリメン和え	ツナ、しらす、ぎざみ昆 布	三温糖	大根、人参	しょうゆ、酢(小麦)、塩
	もずくい 厚焼き玉子	鶏卵、もずく	でん粉、植物油脂	ねぎ	塩、だし汁(小麦・大豆)

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
26日 (木)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	あつあつ やさい に 厚揚げと野菜のうま煮	鶏肉、角あげ(大豆)	じゃがいも、里芋、でん粉、大豆油	人参、玉ねぎ、白菜、しめじ、たけのこ、こんにゃく、しいたけ、きくらげ、しょうが、にんにく	かつお節、しょうゆ、みりん、オイスターソース(大豆)、塩
	もやしのごま和え	ちくわ	白ごま、三温糖	もやし、オクラ、人参、コーン	しょうゆ、酢、塩
いわたの かんる に 甘露煮	いわし、寒天	砂糖、でん粉、水あめ、		しょうゆ(小麦・大豆)、酢、みりん、かつおぶしエキス	
27日 (金)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	コッペパン		コッペパン(小麦・乳・大豆)		
	やさい 野菜のデミグラス ソース煮	鶏肉、白いんげん豆	じゃがいも、大豆油、三温糖	セロリ、ブロッコリー、マッシュルーム、玉ねぎ、人参、大根、にんにく	ウスターソース、ケチャップ、チキンフイヨン、デミグラスソース、トマトソース(大豆)、塩、赤ワイン
	いろど 彩りナッツサラダ	ベーコン(豚肉)	細切アーモンド、三温糖、オリーブ油	キャベツ、きゅうり、コーン	粒入りマスタード、醤油、酢(小麦)、塩、こしょう
アンサンブルエッグ	鶏卵、チーズ(乳)、ベーコン(卵・乳・豚肉)、牛乳	じゃがいも、砂糖、でん粉、植物油	玉ねぎ	食酢、食塩	
30日 (月)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	ミートスパゲティ	豚肉、大豆	スパゲティ(小麦)、大豆油、三温糖	人参、玉ねぎ、ピーマン、マッシュルーム、しめじ、トマト、にんにく	ウスターソース、ケチャップ、デミグラスソース、塩、赤ワイン、トマトピューレ
	フレンチサラダ	ベーコン(豚肉)	オリーブ油、三温糖、植物油脂、砂糖、でん粉	きゅうり、大根、黄ピーマン、人参、あお豆(大豆)、コーンパウダー、玉ねぎ、コーン、にんじんエキス、ブルーネ、レモン果汁	酢、塩
	チキンのマーマレー ド焼き	鶏肉	マーマレード		塩、こしょう、しょうゆ(小麦・大豆)、酒、みりん
31日 (火)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	うめい た こ 梅入り炊き込みご飯	鶏肉、油揚げ(大豆)	麦、米、大豆油、でん粉	人参、大根、長ねぎ、しいたけ、白梅肉(りんご・大豆)、梅	かつお節、しょうゆ、みりん、酒、塩、昆布エキス、赤しそ液
	きりぼけいこん 切干大根のはりはり っ漬け	とりささみ、糸けすり	三温糖、白ごま	きゅうり、角切大根、人参	しょうゆ、塩、酢
	さかな ききょうや 魚の西京焼き	さば、白みそ(大豆)	三温糖		みりん、しょうゆ

## せい かつ 生活リズムを整えましょう

夏休みが終わり、1学期後半が始まりました。休み明けは、朝起きづらい、体がだるい、食欲がわかないと、体の不調を訴える人が多くなります。これは、生活リズムの乱れや夏の疲れが主な原因です。体調を整えるために、朝起きたら太陽の光を浴びて、朝ごはんをしっかりと食べることが大切です。早寝・早起き・朝ごはんを心掛けましょう。

