



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(義務表示)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 パナナ もも りんご まつたけ やまいも

2. 献立名の黒丸印(●)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7品目です。除去食の提供はアレルゲン7品目を含む和え物(サラダ、フルーツ和えを含む)・炒め物・煮物(カレー・シチュー・麺類を含む)・汁物などです。

除去食対応アレルゲン7品目	卵 乳 えび かに いか たこ ごま
---------------	--------------------

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。月はじめて使用した日のみ、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、大豆油を使用する場合があります。

9. オイスターソースにはかきエキスが含まれています。


※毎週木曜日は幼稚園欠食です。

日	献立名	赤の食品	黄の食品	緑の食品	調味料
		(おもに体をつくるものになる)	(おもにエネルギーのもとになる)	(おもに体の調子を整えるものになる)	
1日 (火)	牛乳	牛乳			
	むぎ 麦ごはん		米、麦		
	とうがん 冬瓜のすまし汁	鶏肉、絹ごし豆腐(大豆)	大豆油	冬瓜、にんじん、えのぎ だけ、小松菜、しいたけ、 生姜	酒、しょうゆ(小麦、大豆)、 塩、みりん、かつお節、だし昆布
	なっとう 納豆みそ	納豆(大豆)、ツナ、糸 けずり、麦みそ(大豆)	三温糖、大豆油	生姜、ねぎ	みりん
	れんこん入り平つくね	鶏肉、大豆たんぱく(大豆)	調整ラード、パン粉(小麦)、 でん粉、砂糖、なたね油	たまねぎ、れんこん	塩、おろししょうが、チキンエキス、 米発酵調味料
2日 (水)	牛乳	牛乳			
	にこ 煮込みうどん	豚肉、油揚げ(大豆)	うどん(小麦)、三温糖	白菜、小松菜、にんじん、 長ねぎ、しいたけ、 生姜	しょうゆ、みりん、酒、塩、かつ お節
	あ おかか和え	糸けずり	三温糖	きゅうり、大根、コー ン、にんじん	特濃酢(小麦)、しょうゆ、塩
	とり 鶏の照り焼き	鶏肉	三温糖		酒、しょうゆ、みりん、おろしに んにく、おろししょうが、塩
4日 (金) 山中欠食	牛乳	牛乳			
	むぎ 麦ごはん		米、麦		
	わかめスープ	わかめ、絹ごし豆腐(大豆)	ごま油、でん粉	しいたけ、長ねぎ	おろししょうが、塩、こしょう、 しょうゆ、豚骨
	タコスミート	牛肉、豚肉、大豆	三温糖、大豆油	たまねぎ、にんじん、 ピーマン	赤ワイン、おろしにんにく、ケ チャップ、トマトソース(大豆)、 ウスターソース、チリパウ ダー、パプリカ粉
	タコスサラダ			キャベツ	
	スライスチーズ	チーズ(乳)			

日	献立名	赤の食品 <small>(おもに体をつくるものになる)</small>	黄の食品 <small>(おもにエネルギーのもとになる)</small>	緑の食品 <small>(おもに体の調子を整えるものになる)</small>	調味料
7日 (月) コザ中1年 山中1年 宮小3年 欠食	牛乳	牛乳			
	きのこごはん	鶏肉、油揚げ(大豆)	米、麦、大豆油	ごぼう、にんじん、しめじ、しいたけ、長ねぎ	しょうゆ、みりん、酒、塩、かつお節、チキンブイヨン(鶏肉)
	きゅうりとわかめの酢のもの	わかめ、ちくわ	三温糖	大根、きゅうり、シークワサー果汁	特濃酢、しょうゆ、塩
	さかな魚のみそだれ	さば、甘口みそ(大豆)	三温糖、でん粉		みりん、酒、おろししょうが
8日 (火) いい歯の日献立	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	だいこん大根のすまし汁	絹ごし豆腐(大豆)、鶏肉	大豆油	大根、にんじん、しいたけ、ねぎ	酒、みりん、しょうゆ、塩、かつお節
	ぶたにく豚肉とキャベツのみそ炒め	豚肉、厚揚げ(大豆)、赤みそ(大豆)	三温糖、大豆油、でん粉	キャベツ、ピーマン、もやし、にんじん、たまねぎ、長ねぎ	おろししょうが、おろしにんにく、酒、みりん、しょうゆ
てづく手作り黒糖ピーンズ	大豆、きな粉(大豆)	三温糖、黒糖			
9日 (水)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	とうがんちゅうかに冬瓜の中華煮	豚肉、豚レバー、大豆たんぱく(大豆)、厚揚げ(大豆)、赤みそ(大豆)	大豆油、三温糖、ごま油、でん粉	冬瓜、にんじん、長ねぎ、たまねぎ、たけのこ、しいたけ、あお豆(大豆)	酒、塩、麻婆豆腐の素(小麦、大豆)、ケチャップ、おろししょうが、おろしにんにく、しょうゆ、豚骨
	もやしのナムル		三温糖、ごま油	もやし、小松菜、にんじん、きゅうり、きくらげ	しょうゆ、特濃酢
ぎょうざ	豚肉	豚脂(豚肉)、でん粉、砂糖、小麦粉、香味油(豚肉)、小麦たんぱく(小麦)	キャベツ、たまねぎ、にら	しょうゆ(小麦、大豆)、塩、しょうがペースト	
10日 (木) 宮小6-1 6-2欠食 絵本献立 「りんごかもしれない」	牛乳	牛乳			
	もぎ麦ごはん		米、麦		
	チキンカレー	鶏肉、豚レバー、白花生ペースト	大豆油、じゃがいも、小麦粉、ごめ油	にんじん、たまねぎ、ピーマン	酒、おろししょうが、おろしにんにく、チャツネ(りんご)、カレールウ(小麦、大豆、鶏肉、牛肉)、豚骨、ウスターソース、塩、カレー粉
	ピーンズサラダ	ひよこ豆、レッドキドニー、大豆、ハム(豚肉、大豆)	三温糖、ごめ油	キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン	塩、しょうゆ、りんご酢、酢(小麦)
りんご			りんご 		
11日 (金) 山幼 室小1~ 5年 安小 宮小6年 欠食	牛乳	牛乳			
	コッペパン(小学校)		コッペパン(小麦、乳、大豆)		
	あげパン(幼稚園、中学校)	きな粉(大豆)	大豆油、黒糖、三温糖、はったい粉		
	かぼちゃスープ(乳)	鶏肉、脱脂粉乳(乳)	小麦粉、マーガリン(乳、大豆)、大豆油	かぼちゃ、たまねぎ、セロリ、パセリ	塩、こしょう、豚骨
野菜ソテー	ウインナー(豚肉)	大豆油	キャベツ、たまねぎ、にんじん、コーン	しょうゆ、塩、こしょう	
14日 (月) 安中 安小6年 宮小6-3 6-4・6-5 欠食	牛乳	牛乳			
	べにいたこ紅いも入り炊き込みごはん	豚肉、チキアギ(大豆)	米、麦、紅いも、大豆油	にんじん、しいたけ、ねぎ	しょうゆ、塩、みりん、酒、かつお節、ポークブイヨン(鶏肉、豚肉)
	はくさい白菜のシークワサー和え	ちくわ	三温糖	白菜、小松菜、にんじん、きゅうり、シークワサー果汁	しょうゆ、酢
	やまいも山芋入り豆腐ハンバーグ	豆腐(大豆)、魚肉すり身、鶏肉、大豆たんぱく(大豆)	大豆油、砂糖、でん粉	たまねぎ、にんじん、やまいも、ねぎ、れんこん	塩、かつおだし



日	献立名	赤の食品 <small>(おもに体をつくるもとになる)</small>	黄の食品 <small>(おもにエネルギーのもとになる)</small>	緑の食品 <small>(おもに体の調子を整えるもとになる)</small>	調味料
15日 (火)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	こんかいじる 根菜汁	鶏肉、油揚げ(大豆)、 赤みそ(大豆)、白みそ (大豆)	大豆油、さつまいも	大根、にんじん、ごぼ う、しいたけ、長ねぎ	酒、おろししょうが、かつお節、 だし昆布
	さんしょくどん 三色丼(そぼろ)	豚肉、豚しゃぶ、鶏ひき 肉、大豆たんぱく(大 豆)	大豆油、三温糖		おろししょうが、酒、しょうゆ、 みりん、塩
さんしょくどん あ もの 三色丼(和え物)		三温糖、ごま油	小松菜、白菜、にんじん	しょうゆ、特濃酢、塩	
16日 (水)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	琉球料理献立 ●クーリジシ <small>たまご</small> (卵) 	卵、豚肉、黄色かまぼこ (大豆)	大豆油	冬瓜、しいたけ、こんにゃく	塩、しょうゆ、かつお節、だし昆布
又んクーグラー	豚肉、チキアギ(大豆)	大豆油、三温糖	大根、にんじん、からし 菜	酒、しょうゆ、塩、みりん、かつ お節	
17日 (木)	牛乳	牛乳			
	コッペパン <small>ちゅうがっこう</small> (中学校)		コッペパン(小麦、乳、 大豆)		
	あげパン <small>しょうがっこう</small> (小学校)	きな粉(大豆)	大豆油、黒糖、三温糖、 はったい粉		
	カチャトーラ	鶏肉、大豆	大豆油、じゃがいも、三 温糖、でん粉	たまねぎ、にんじん、ほ うれん草、しめじ、マッ シュルーム、トマト	赤ワイン、ケチャップ、トマト ピューレー、塩、こしょう、おろ しにんにく、豚骨
やさい 野菜のアーモンド和え <small>あ</small>		三温糖、アーモンド	白菜、きゅうり、にんじ ん、コーン、シークワ ーサー果汁	しょうゆ、酢、塩	
18日 (金)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	中小5年 欠食 ごもく 五目スープ	鶏肉	大豆油、ごま油、でん粉	にんじん、白菜、にら、 えのぎ、たけのこ、生姜	酒、塩、こしょう、しょうゆ、豚 骨
	もずく <small>どん</small> 丼 	もずく、豚肉	でん粉、大豆油	にんじん、たまねぎ、 ピーマン、しめじ、コー ン	おろししょうが、酒、しょうゆ、 みりん、塩、豆板醤、ポークフ ィオン(鶏肉、豚肉)
こざかな 小魚かまぼこ	イトヨリダイすり身、ス ケソウダラすり身、エソ すり身、煮干し粉、かつ お節粉	砂糖、とうもろこしでん 粉、ばれいしょでん粉、 なたね油、黒糖		塩	
21日 (月)	牛乳	牛乳			
	だいこん 大根めし	豚肉、油揚げ(大豆)	米、麦、大豆油	だいこん、小松菜、にん じん、しいたけ	酒、しょうゆ、みりん、塩、かつ お節、ポークフィオン(鶏肉、豚 肉)
	ばいにくあ 梅肉和え	莖わかめ、ツナ、糸けす り	三温糖	梅肉(大豆 りんご)、 白菜、きゅうり、にんじ ん	ゆかり、酢、塩
島小6年 中小5年 欠食	わふうにくだんご 和風肉団子	鶏肉、植物性たんぱく (大豆)	豚脂(豚肉)、砂糖、ぶ どう糖、なたね油、加工 でん粉、植物油	たまねぎ	にんにくペースト、塩、しょうが ペースト、酒、小麦不使用しょう ゆ(大豆)、酢、オイスターエキ ス
22日 (火)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	島小6年 欠食 じる さつまい	鶏肉、赤みそ(大豆)、 麦みそ(大豆)	大豆油、さつまいも	大根、にんじん、小松 菜、しめじ	酒、かつお節、だし昆布
	和食の 日献立 (24日) だいずい 大豆入りひじきカレー炒め <small>いた</small>	豚肉、ひじき、油揚げ (大豆)、大豆		こんにゃく、コーン、あ お豆(大豆)、にんじ ん、キャベツ	酒、しょうゆ、みりん、かつお 節、塩、カレー粉
ちくわ <small>いそべてん</small> 磯部天ぷら	ちくわ、アオサ	砂糖、小麦粉、でん粉、 大豆油、植物油(大豆)		塩、発酵調味料	

日	献立名	赤の食品 <small>(おもに体をつくるものになる)</small>	黄の食品 <small>(おもにエネルギーのもとになる)</small>	緑の食品 <small>(おもに体の調子を整えるものになる)</small>	調味料
24日 (木) 山小6年 欠食	牛乳	牛乳			
	コッペパン		コッペパン(小麦、乳、大豆)		
	●たまごスープ <small>(たまご卵)</small>	鶏肉、卵	じゃがいも、パン粉(小麦、大豆)、大豆油	にんじん、たまねぎ、マッシュルーム、パセリ	酒、しょうゆ、こしょう、塩、豚骨、ローレル
	ドライカレー	豚肉、牛肉、豚レバー、大豆たんぱく(大豆)	大豆油	にんじん、たまねぎ、ピーマン、コーン	酒、おろしにんにく、ウスターソース、ケチャップ、塩、カレールウ(小麦、大豆、鶏肉、牛肉)、豚骨
25日 (金) 宮小5-1 5-2 5-3 島小1~4 年 中小1~5 年 山小1~4 6年欠食	牛乳	牛乳			
	スパゲティナポリタン	ベーコン(豚肉)	スパゲティ(小麦)、三温糖、大豆油	たまねぎ、にんじん、ピーマン、マッシュルーム	おろしにんにく、トマトピューレー、ケチャップ、ウスターソース、こしょう、塩、ポークフィヨン(鶏肉、豚肉)
	しらすとキャベツのサラダ	しらす干し	こめ油、三温糖	キャベツ、にんじん、きゅうり、シークワサー果汁	特濃酢、しょうゆ、塩
	ハンバーグ	鶏肉、豚肉、植物性たんぱく(大豆)	豚脂、でん粉、砂糖、植物油脂(大豆)、マッシュポテト	たまねぎ、野菜ペースト	ケチャップ、塩、オニオンエキスパウダー
28日 (月) 中小6年 宮小4~ 5 年 欠食	牛乳	牛乳			
	カレーピラフ	鶏肉	米、麦、大豆油	たまねぎ、にんじん、ピーマン、赤ピーマン、マッシュルーム	チキンフィヨン(鶏肉)、おろしにんにく、塩、しょうゆ、こしょう、カレー粉
	ごぼうサラダ 	ツナ	ノンエッグマヨネーズ(大豆)、三温糖	ごぼう、キャベツ、きゅうり、赤ピーマン	塩、こしょう、しょうゆ
	オムレツ	卵、鶏肉	植物油脂(大豆)、でん粉	たまねぎ	塩、ケチャップ、トマトピューレ、でん粉発酵調味料
29日 (火) 中小6年 宮小5-4 5-5 欠食	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	きわにわん 沢煮椀	豚肉	大豆油	にんじん、大根、たけのこ、ごぼう、えのきたけ、しいたけ、絹さや	酒、しょうゆ、塩、みりん、かつお節、だし昆布
	てづく 手作りふりかけ	しらす干し、糸けすり	三温糖、ごま油	からしな塩漬、にんじん	しょうゆ、塩、みりん
	きびなごフライ	きびなご	パン粉、小麦粉、なたね油、大豆油	たまねぎ	塩
30日 (水)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	もずくスープ	もずく、鶏肉	大豆油	たまねぎ、にんじん、えのきたけ、にら	酒、おろししょうが、しょうゆ、塩、こしょう、豚骨
	やさい 野菜のオイスター炒め <small>(いため)</small>	豚肉	縁豆はるさめ、大豆油、でん粉	にんじん、たまねぎ、もやし、ピーマン、キャベツ	しょうゆ、みりん、酒、おろしにんにく、おろししょうが、オイスターソース、塩、こしょう



11月24日は「和食の日」です。和食を味わい、その魅力を感じ、これからの日本の食文化について考える機会にしてみませんか?