# 令和7年6月 アレルギー献立表

電話098-994-5800

※「アレルギー献立表」には、使用する食材と、アレルギー表示義務のある7品目及び下記の品目について表示しています。
※食物アレルギーのある児童生徒は、給食を食べる前に献立の内容を必ず確認しましょう。家庭、学級においても毎日確認してください。

| 日 | 曜日 | | こんだて | （あか）おもに体をつくるもとになる食品 | （きいろ）おもにエネルギーのもとになる食品 | （みどり）おもに体の調子を整えるもとになる食品 | 調味料 | 栄養価 小 | 栄養価 中 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 2 | 月 | 牛乳 | ごはん ㋐無 | | こめ | | | E 650 Kcal | E 806 Kcal |
| | | | 大根の中華煮㋐豆豚鶏ご | 豆腐 豚肉 大豆 | 三温糖 大豆油 ごま由 じゃがいもでん粉 | だいこん 人参 玉ねぎ きくらげ こまつな にんにく しょうが | 豚だし(鶏・豚) | P 21.4 g | P 25.5 g |
| | | | だいがくいも㋐ご | | さつまいも 大豆油 三温糖 ごま 黒糖 水あめ はちみつ | | | F 24.4 g | F 27.8 g |
| 3 | 火 | 牛乳 | ごはん㋐無 | | こめ | | | E 551 Kcal | E 692 Kcal |
| | | | ひじきのそぼろ炒め㋐豚豆鶏 | 豚肉 ひじき 大豆 油揚げ | 三温糖 大豆油 | にんじん こんにゃく にら | 豚だし(豚鶏) かつおだし | P 25.3 g | P 30.1 g |
| | | | 冬瓜のみそ汁㋐豚豆麦 | 豚肉 わかめ 豆腐 みそ | | とうがん にんじん こまつな | かつおだし | F 16.8 g | F 19 g |
| | | | オレンジ㋐オ | | | オレンジ | | | |
| 4 | 水 | 牛乳 | 玄米ごはん㋐無 | | こめ もち玄米 | | | E 593 Kcal | E 724 Kcal |
| | | | 鶏肉とごぼう炒め㋐鶏ご豆 | 鶏肉 チキアゲ(豆) | 大豆油 三温糖 ごま | にんじん こんにゃく ごぼう しめじ 絹さや しょうが | かつおだし | P 21.2 g | P 25.5 g |
| | | | | | | | | F 11.6 g | F 12.3 g |
| | | | もずくいりすまし汁㋐無 | ※もずく 魚そうめん | | とうがん にんじん えのき ねぎ しょうが | かつおだし | | |
| | | | さつまスティック㋐無 | | さつまスティック | | | | |
| 5 | 木 | 牛乳 | 黒糖パン㋐麦乳豆 | | 黒糖パン(麦乳豆) | | | E 738 Kcal | E 832 Kcal |
| | | | ビーンズシチュー | 鶏肉 無塩せきベーコン(豚) えんどう ガルバンゾー | 押し麦 もち麦 玄米 赤米 たかきび じゃがいも | にんにく にんじん 玉ねぎ ブロッコリ | 鶏だし(鶏) | P 30.2 g | P 33.6 g |
| | | | ㋐鶏豆麦乳牛 | レンズ豆 大豆 あずき 脱脂粉乳 白いんげん豆 | 小麦粉 ソフトマーガリン(豆乳) 大豆油 | | カレールウ(麦牛鶏豆) | F 25 g | F 28.1 g |
| | | | 揚げ魚のラタトゥイユかけ㋐麦豆鶏 | シルバー | 小麦粉 パン粉(豆麦) 大豆油 | 玉ねぎ コーン にんじん きゅうり トマト にんにく | ケチャップ 鶏ガラ(鶏) | | |
| 6 | 金 | 牛乳 | 黒米ごはん㋐無 | | こめ 黒米 | | | E 546 Kcal | E 686 Kcal |
| | | | ぬんくーぐわー㋐鶏豆豚 | 鶏肉 厚揚げ かまぼこ(豆) | 大豆油 三温糖 | 大根 こんにゃく しいたけ グリンピース 人参 | 豚だし(豚鶏) かつおだし | P 27.5 g | P 32.4 g |
| | | | くーりじし㋐豚卵豆鶏 | 豚肉 卵 かまぼこ(豆) | | きくらげ こんにゃく とうがん | 豚だし(豚鶏) かつおだし | F 14.2 g | F 15.5 g |
| 9 | 月 | 牛乳 | ごはん㋐無 | | こめ | | | E 583 Kcal | E 712 Kcal |
| | | | プルコギ丼㋐豚ご | 豚肉 | 三温糖 ごま油 いりごま 大豆油 | にんじん 玉ねぎ 長ねぎ ピーマン しめじ えのき にんにく | | P 23.2 g | P 28.2 g |
| | | | | | | | | F 11.9 g | F 12.9 g |
| | | | わかめスープ㋐豆豚鶏 | わかめ 豆腐 | | とうがん にんじん えのき ねぎ | かつおだし 豚だし(豚鶏) | | |
| 10 | 火 | 牛乳 | ごはん㋐無 | | こめ | | | E 550 Kcal | E 692 Kcal |
| | | | にんじんシリシリー㋐豆卵 | シーチキン(豆) 卵 | 大豆油 | にんじん 玉ねぎ こまつな キャベツ | | P 25.1 g | P 30 g |
| | | | ゆしどうふ㋐豆 | ゆし豆腐 | | ねぎ | かつおだし | F 17.3 g | F 19.2 g |
| | | | オレンジ㋐オ | | | オレンジ | | | |
| 11 | 水 | 牛乳 | 和風きのこスパゲティー㋐麦鶏豆豚 | 鶏肉 無塩せきベーコン(豚) かまぼこ(豆) | スパゲティー 大豆油 | にんじん 玉ねぎ こまつな キャベツ しめじ えのき しいたけ にんにく | | E 544 Kcal | E 650 Kcal |
| | | | | | | | | P 23.6 g | P 27.5 g |
| | | | カツオカツ㋐豆麦 | カツオカツ(豆麦) | 大豆油 | | | F 23.1 g | F 27.7 g |
| | | | ベビーチーズ㋐乳 | ベビーチーズ | | | | | |
| 12 | 木 | 牛乳 | ごはん㋐無 | | こめ | | | E 613 Kcal | E 769 Kcal |
| | | | ツナそぼろ丼㋐豚鶏豆 | 豚肉 鶏肉 大豆 シーチキン(豆) | 大豆油 三温糖 | にんじん 玉ねぎ コーン しょうが にんにく 青豆 | | P 31.9 g | P 38.2 g |
| | | | へちまのみそ汁㋐豚豆 | 豚肉 わかめ 豆腐 みそ | | へちま にんじん こまつな | かつおだし | F 20.3 g | F 22.9 g |
| 13 | 金 | 牛乳 | 揚げパン(兼小・光洋小・糸小) ㋐豆麦乳アモ | きなこ アーモンド 脱脂粉乳 | コッペパン(豆麦乳) 大豆油 三温糖 黒糖 | | | E 678 Kcal | E 769 Kcal |
| | | | | | | | | P 25.8 g | P 29.1 g |
| | | | コッペパン(その他)㋐豆麦乳 | | コッペパン(豆麦乳) | | | F 25.6 g | F 28.4 g |
| | | | チキンビーンズ㋐鶏豆豚麦 | 鶏肉 青豆 | じゃがいも 大豆油 三温糖 | 玉ねぎ にんじん セロリ トマト にんにく | ポークビーンズ(麦豆豚) 豚だし(豚鶏) ケチャップ | | |
| | | | アルファベットスープ ㋐豚鶏麦乳豆 | 無塩せきベーコン(豚) | マカロニ | キャベツ にんじん 冬瓜 コーン ブロッコリ | 鶏だし(鶏) クノールチキンコンソメ(鶏麦乳豆) | | |
| | | | いちごジャム(揚げパン以外)㋐り | | いちごジャム(り) | | | | |
| 16 | 月 | 牛乳 | 麦ごはん㋐無 | | こめ 無圧ペン麦 | | | E 649 Kcal | E 810 Kcal |
| | | | かぼちゃカレー ㋐鶏豆麦り乳牛 | 鶏肉 鶏レバー 脱脂粉乳 | じゃがいも 大豆油 ソフトマーガリン(豆乳) 小麦粉 | にんじん 玉ねぎ かぼちゃ セロリ にんにく りんご トマト 青豆 | デミグラスソース(麦鶏) ケチャップ 鶏がら(鶏) カレールウ(麦牛鶏豆) | P 22.5 g | P 27.6 g |
| | | | | | | | | F 21.4 g | F 23.3 g |
| | | | 鉄カルサラダ㋐豆ご | ひじき 大豆 ※ちりめん | ごま | にんじん コーン ブロッコリ | | | |
| | | | ゴマドレッシング㋐ご | | 笑顔でランチ香ゴマ(ご) | | | | |
| 17 | 火 | 牛乳 | あみパン㋐豆麦乳 | | あみパン(豆麦乳) | | | E 559 Kcal | E 680 Kcal |
| | | | ミネストローネ ㋐豚豆鶏牛 | 無塩せきベーコン(豚) えんどう豆 ひよこ豆 いんげん豆 | じゃがいも 大豆油 | にんじん 玉ねぎ セロリ キャベツ かぼちゃ にんにく トマト | 鶏だし(鶏) コンソメ(牛豆) | P 23.6 g | P 26.7 g |
| | | | | | | | | F 21.3 g | F 23.8 g |
| | | | チキンとペンネのクリーム煮 ㋐豚乳麦豆 | 鶏肉 | マカロニ 大豆油 生クリーム 小麦粉 ソフトマーガリン(乳豆) | 玉ねぎ にんじん パセリ | | | |
| 18 | 水 | 牛乳 | ごはん㋐無 | | こめ | | | E 581 Kcal | E 722 Kcal |
| | | | きんぴら丼㋐鶏豆ご | 鶏肉 鶏レバー 大豆 みそ | 三温糖 大豆油 ごま油 ごま | ごぼう にんじん 玉ねぎ トマト 青豆 | ケチャップ | P 25.1 g | P 30.4 g |
| | | | 野菜と肉団子のスープ㋐豆鶏豚 | ミートボール(豆鶏豚) | | 白菜 しいたけ 大根 にんじん 長ねぎ | 豚だし(鶏・豚) かつおだし | F 15.9 g | F 17.8 g |
| 19 | 木 | 牛乳 | ごはん㋐無 | | こめ | | | E 592 Kcal | E 720 Kcal |
| | | | しまなーチャンプルー㋐豚豆 | 豚肉 シーチキン(豆) 豆腐 | 大豆油 | キャベツ からしな にんじん | | P 26.3 g | P 31.7 g |
| | | | シカムドゥチ㋐豚豆鶏 | 豚肉 かまぼこ(豆) | | だいこん こんにゃく しいたけ しょうが | かつおだし 豚だし(豚鶏) | F 14.2 g | F 15.7 g |
| 20 | 金 | 牛乳 | 沖縄そば(麺)㋐麦 | | 沖縄そば麺(麦) | | | E 616 Kcal | E 722 Kcal |
| | | | 野菜そば(汁)㋐豚豆鶏 | 豚肉 かまぼこ(豆) | 大豆油 | キャベツ 玉ねぎ にんじん ねぎ | かつおだし 豚だし(豚鶏) 素材力かつおだし ポークがら(豚) | P 23.9 g | P 28.3 g |
| | | | | | | | | F 24.5 g | F 26.9 g |
| | | | さつまいも天ぷら㋐麦 | | さつまいも天ぷら(麦) 大豆油 | | | | |
| 24 | 火 | 牛乳 | スパゲティナポリタン ㋐麦豚鶏豆乳 | 無塩せきベーコン(豚) 鶏肉 | スパゲティー 大豆油 ソフトマーガリン(乳豆) 三温糖 | にんじん 玉ねぎ マッシュルーム ピーマン トマト にんにく | デミグラスソース(麦鶏) ケチャップ | E 644 Kcal | E 798 Kcal |
| | | | | | | | | P 24.4 g | P 24 g |
| | | | かぼちゃコロッケ㋐麦乳豆 | | 大豆油 | えびすかぼちゃコロッケ(豆乳麦) | | F 22.5 g | F 23.8 g |
| | | | ヨーグルト㋐乳 | ヨーグルト給食用(乳) | | | | | |
| 25 | 水 | 牛乳 | ごはん㋐無 | | こめ | | | E 556 Kcal | E 705 Kcal |
| | | | 野菜チャンプルー㋐豚豆 | 豚肉 豆腐 チキアゲ(豆) | 大豆油 | にんじん 玉ねぎ キャベツ だいこん葉 にんにく | | P 23.3 g | P 28.2 g |
| | | | | | | | | F 16.2 g | F 18.2 g |
| | | | あんだんすー㋐豆 | シーチキン(豆) みそ 大豆 糸けずり | 三温糖 大豆油 | しょうが | | | |
| | | | パインスライス㋐無 | | パインスライス | | | | |
| 26 | 木 | 牛乳 | たけのこごはん㋐麦豆鶏豚 | | こめ | | たけのこ釜めし(麦豆鶏豚) | E 545 Kcal | E 691 Kcal |
| | | | いり豆腐㋐鶏豆 | 鶏肉 シーチキン(豆) ひじき 油揚げ 豆腐 大豆 | 大豆油 三温糖 | にんじん グリンピース こんにゃく | かつおだし | P 26.4 g | P 31.8 g |
| | | | | | | | | F 18.4 g | F 20.6 g |
| | | | もずくいりかきたま汁㋐鶏卵 | 鶏肉 卵 ※もずく | でん粉 | にんじん こまつな えのき | かつおだし | | |
| 27 | 金 | 牛乳 | コッペパン㋐麦乳豆 | | コッペパン(麦乳豆) | | | E 622 Kcal | E 704 Kcal |
| | | | クラムチャウダー㋐鶏豆麦乳ア | 鶏肉 ※あさり 脱脂粉乳 | 大豆油 小麦粉 ソフトマーガリン(豆乳) じゃがいも | にんじん 玉ねぎ コーン ブロッコリ パセリ にんにく 青豆 | 鶏だし(鶏) | P 30.2 g | P 34.8 g |
| | | | | | | | | F 23.1 g | F 24.2 g |
| | | | ウインナーのソースかけ ㋐麦牛豚豆 | ウインナー(麦牛豚) 豚肉 大豆 | 大豆油 三温糖 | 玉ねぎ にんじん ピーマン トマト | ケチャップ | | |
| 30 | 月 | 牛乳 | ごはん㋐無 | | こめ | | | E 661 Kcal | E 744 Kcal |
| | | | ドライカレー㋐豚鶏豆り牛乳麦 | 豚肉 鶏肉 えんどう ガルバンゾー レンズ豆 大豆 あずき | 押し麦 もち麦 玄米 赤米 たかきび 大豆油 | 玉ねぎ ピーマン マッシュルーム レーズン トマト にんじん | ドライカレー(り乳麦牛豚) デミグラスソース(麦鶏) | P 22.5 g | P 27.2 g |
| | | | | | | | | F 17.3 g | F 19.5 g |
| | | | 春雨スープ㋐豚豆乳鶏 | デリカハム(豚豆乳) | 春雨 | にんじん はくさい コーン しいたけ | 豚だし(豚鶏) かつおだし | | |

義務表示　：　卵・・・卵、乳・・・乳及び乳製品、麦・・・小麦、ピ・・・落花生、そ・・・そば、エ・・・えび、カ・・・かに
推奨義務　：　あ・・・あわび、イ・・・いか、い・・・いくら、オ・・・オレンジ、キ、キウイフルーツ、牛・・・牛肉、く・・・くるみ
サ・・・さけ、さ・・・さば、豆・・・大豆、鶏・・・鶏肉、カ・・・カシューナッツ、バ・・・バナナ、豚・・・豚肉、ま・・・まつたけ
も・・・もも、や・・・やまいも、り・・・りんご、ゼ・・・ゼラチン、ご・・・ごま、アモ・・・アーモンド
他　：　ア・・・あさり、マ・・・マンゴー

6/2（月）再度掲載
使用食材が反映されていない箇所がありました。
再度表示し掲載いたします。
なお、掲載されていなかった箇所は赤字で表示しています。
※アレルギーの変更はありません。

※給食を食べる前に内容を必ず確認しましょう。
※醤油と酢と酒に含まれる「小麦」と「大豆」は表示しておりませんが、微量の小麦・大豆成分が含まれております。
※のり、カエリ、きびなご、カタクチイワシ、しらすは、えび・カニが混ざる漁法で捕獲され、アサリなどの二枚貝はカニが共生しています。
（アーサ、もずくの養殖場には、ヨコエビ類が生息しています※ヨコエビは、食物アレルギーの表示対象外です。）
※魚そうめんに使用している魚(イトヨリ)は、えび・かにを食べています。
※材料、天候等により、献立を変更する場合があります。
**※加工品に関しては、表示義務(7品目)と推奨義務(21品目)のみ表示しております。**
**詳しい情報が必要な方、または不明な点がある場合は、給食室(給食センター)までお問い合わせください**