

令和7年10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8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 もとなる食品	(きいろ) おもにエネルギーの もとなる食品	(みどり) おもに体の調子を 整えるもとなる食品	調味料	栄養価	
							小	中
1	水	 ごはんのなし じゃがいものみそ汁の豚豆 ひじきのそぼろいため ^⑦ 豚豆鶏	豚肉 わかめ みそ	こめ			E 493 Kcal P 22.5 g	E 628 Kcal P 26.9 g
			豚肉 ひじき 大豆	三温糖 大豆油	にんじん 玉ねぎ 白菜	かつおだし	F 14.1 g	F 15.7 g
					にんじん こんにゃく キャベツ にら	がらすープ(豚鶏) かつおだし		
2	木	 ごはんのなし もずく入りのすまし汁のなし 鶏肉とさつまいもの甘辛煮 ^⑦ 鶏	※もずく 魚ソーメン	こめ			E 500 Kcal P 19.5 g	E 632 Kcal P 23.4 g
			鶏肉	さつまいも 三温糖 大豆油	冬瓜 にんじん えのき ねぎ しょうが	かつおだし	F 10.5 g	F 11.2 g
					れんこん にんじん 絹さや しょうが	かつおだし		
3	金	 コッペパン(下記以外)の乳麦豆 揚げパン ^⑦ の豆麦乳・アモ (潮高小・潮高兼中) アルファベツトスープ の豚麦鶏乳豆 チキンビーンズ の豚麦鶏豆 黒豆きなこクリーム ^⑦ の乳ご豆 (揚げパン以外の学校)	きなこ 脱脂粉乳	コッペパン(乳麦豆) 大豆油 三温糖 黒糖 アーモンド			E 697 Kcal P 26.9 g	E 790 Kcal P 30.5 g
			無塩せきベーコン(豚)	マカロニ	キャベツ にんじん とうがん コーン ブロッコリ	チキンコンソメ(乳麦鶏豆) がらすープ(豚鶏)	F 28.4 g	F 31.2 g
			鶏肉 青豆	じゃがいも 三温糖 大豆油	玉ねぎ にんじん セロリ トマト にんにく	がらすープ(豚鶏) ケチャップ ボークビーンズ(豚豆麦)		
				国産黒豆きなこクリーム(乳ご豆)				
6	月	 ごはんのなし いわしのみぞれ煮 ^⑦ のさ麦豆 けんちん汁 ^⑦ の豆鶏 手作り佃煮 ^⑦ のご麦	豆腐 鶏肉	こめ			E 511 Kcal P 24 g	E 648 Kcal P 29.2 g
			カエリ ひじき	さといも	しいたけ 大根 にんじん 長ねぎ	かつおだし	F 15.5 g	F 17.2 g
				ごま 三温糖				
7	火	 アーサときこのスパゲティ の麦鶏豚乳豆 かぼちゃコロッケ ^⑦ の麦乳豆 チーズ ^⑦ の乳	鶏肉 ※アーサ	スパゲティ ^⑦ ソフトマーガリン(乳豆) 大豆油	キャベツ ほうれん草 にんじん 玉ねぎ マッシュルーム しめじ にんにく	がらすープ(豚鶏)	E 554 Kcal P 23.4 g	E 607 Kcal P 26.1 g
				かぼちゃコロッケ(麦乳豆) 大豆油			F 22.5 g	F 23.4 g
			ベビーチーズ					
8	水	 麦ごはんのなし ドライカレー の豚鶏豆乳麦牛 もずくスープ ^⑦ の豆豚鶏ご	豚肉 鶏肉 えんどう豆 赤えんどう豆 レンズ豆 大豆	こめ 大麦 大豆油 あずき 押し麦 もち麦 玄米 赤米 きび	玉ねぎ にんじん ビーマン レーズン マッシュルーム トマト	ドライカレー(リ乳麦牛豚) デミグラス(麦鶏) カレー粉	E 570 Kcal P 22.5 g	E 720 Kcal P 27.6 g
			豆腐 ※もずく	ごま ごま油	にんじん 長ねぎ	かつおだし がらすープ(豚鶏)	F 19.2 g	F 21.7 g
9	木	 ごはんのなし 鶏肉とシブイ汁 ^⑦ の鶏 にんじんシリシリー ^⑦ の豆卵	鶏肉 こんぶ				E 507 Kcal P 24.5 g	E 645 Kcal P 29.3 g
			ツナ(豆) 卵	大豆油	冬瓜 こまつな しょうが	かつおだし	F 14.9 g	F 16.5 g
					にんじん キャベツ 玉ねぎ にら			
10	金	 コッペパン ^⑦ の乳麦豆 野菜と豆のスープ ^⑦ の豚鶏豆 ミートペンネ ^⑦ の麦豚豆鶏 ブルーベリージャム ^⑦ のなし	鶏肉 えんどう豆 赤えんどう豆 レンズ豆 大豆	コッペパン(豆麦乳) 大豆油 あずき 押し麦 もち麦 玄米 赤米 きび	にんじん 玉ねぎ キャベツ しめじ コーン	がらすープ(豚鶏)	E 594 Kcal P 26.2 g	E 674 Kcal P 29.9 g
			豚肉 大豆	マカロニ 三温糖 大豆油	にんじん マッシュルーム 玉ねぎ セロリ トマト	ケチャップ デミグラス(麦鶏) 赤ワイン	F 17.7 g	F 19.5 g
14	火	 ごはんのなし わかめスープ ^⑦ の豚鶏豆 キムチチーズ肉じゃが ^⑦ の豚麦り豆さ乳鶏 みかん ^⑦ のなし	わかめ 豆腐	こめ			E 500 Kcal P 22 g	E 629 Kcal P 26.4 g
			豚肉 青豆 チーズ	じゃがいも 大豆油 三温糖	冬瓜 にんじん えのき ねぎ 白菜 にんじん 玉ねぎ こんにゃく	かつおだし がらすープ(豚鶏) 白菜キムチ(麦り豆さ) かつおだし がらすープ(豚鶏)	F 11.9 g	F 12.7 g
					みかん			
15	水	 黒糖パン(豆麦乳) チキンヌードルスープ の豚鶏麦 ハンバーグのきのこソースかけ の豆豚鶏麦	鶏肉	黒糖パン(豆麦乳) スパゲティ ^⑦ 大豆油	にんじん 玉ねぎ チンゲン菜 セロリ コーン パセリ しいたけ	がらすープ(豚鶏)	E 619 Kcal P 26.4 g	E 710 Kcal P 30.2 g
			ハンバーグ(豆豚鶏)	三温糖 大豆油	玉ねぎ しめじ えのき マッシュルーム	デミグラス(麦鶏)	F 21.1 g	F 23.5 g
					にんじん トマト			
16	木	 ごはんのなし 野菜チャンプルー ^⑦ の豚豆 あんだんすー ^⑦ の豆 パイン ^⑦ のなし	豚肉 豆腐 かまぼこ(豆)	こめ			E 558 Kcal P 23.3 g	E 700 Kcal P 28.2 g
			ツナ(豆) みそ 大豆 糸削り	大豆油 三温糖	にんじん 玉ねぎ キャベツ 小松菜 にんにく しょうが		F 16.2 g	F 18.1 g
					パイン			
17	金	 ごはんのなし キャベツのみそ汁 ^⑦ の豚豆 炒り豆腐 ^⑦ の鶏豆	豚肉 わかめ 豆腐 みそ	こめ			E 518 Kcal P 24.7 g	E 658 Kcal P 29.7 g
			鶏肉 ツナ(豆) ひじき 大豆 豆腐	大豆油 三温糖	キャベツ にんじん えのき にんじん グリンピース こんにゃく	かつおだし かつおだし	F 15.8 g	F 17.5 g
20	月	 パジリコスパゲティ の鶏麦豚乳 するーのシークワサ醤油 ^⑦ のなし ソファール元気ヨーグルト ^⑦ の乳ゼ	鶏肉	スパゲティ ^⑦ 大豆油	にんじん 玉ねぎ しめじ マッシュルーム キャベツ パセリ にんにく	がらすープ(豚鶏) ジェノバペースト(乳)	E 591 Kcal P 28.3 g	E 670 Kcal P 32 g
			きびなご	じゃがいもでんぶん 大豆油 三温糖	シークワサー果汁		F 22.7 g	F 25.5 g
			ソファール元気ヨーグルト(乳ゼ)					
21	火	 ごはんのなし ゆしどうふ ^⑦ の豆 ぬんくーぐわー ^⑦ の鶏豚豆 オレンジ ^⑦ のオ	豆腐	こめ			E 508 Kcal P 23.7 g	E 644 Kcal P 28.4 g
			鶏肉 厚揚げ かまぼこ(豆)	大豆油 三温糖	ねぎ 冬瓜 にんじん こんにゃく しいたけ グリンピース	かつおだし がらすープ(豚鶏) かつおだし	F 14.1 g	F 15.6 g
					オレンジ			
22	水	 ごはんのなし 春雨スープ ^⑦ の豚鶏乳豆 豚肉となすのみそ炒め の豚豆ご麦	デリカハム(乳豆豚)	こめ			E 499 Kcal P 18.7 g	E 635 Kcal P 22.7 g
			豚肉 大豆 みそ	春雨 三温糖 ゴマ油 じゃがいもでんぶん 大豆油	にんじん 白菜 コーン しいたけ なす 玉ねぎ ビーマン にんじん	かつおだし がらすープ(豚鶏) テンメンジャン(豆麦ご)	F 13.1 g	F 14.3 g
					にんにく しょうが			
23	木	 しそごはんのなし かきたま汁 ^⑦ の卵豚鶏 ごぼうのうま煮 ^⑦ の豚ご	卵	こめ			E 531 Kcal P 21.3 g	E 666 Kcal P 25.4 g
			豚肉	じゃがいもでんぶん ごま 三温糖 ゴマ油 大豆油	にんじん ほうれん草 長ねぎ ごぼう にんじん こんにゃく 絹さや	かつおだし がらすープ(豚鶏)	F 13.2 g	F 14.4 g
24	金	 麦ごはんのなし チキンカレー の鶏豆麦豚乳牛 カラフルサラダ ^⑦ の豆 ごまドレッシング ^⑦ の麦ご豆	鶏肉 青豆 脱脂粉乳	こめ 大麦 じゃがいも 大豆油 ソフトマーガリン(乳豆) 小麦粉	にんじん 玉ねぎ かぼちゃ セロリ にんにく リンゴビュレ	デミグラス(麦鶏) カレー粉 がらすープ(豚鶏) ケチャップ カレールウ(麦牛鶏豆)	E 614 Kcal P 23.5 g	E 776 Kcal P 28.7 g
			大豆 ツナ(豆)		ブロッコリ カリフラワー にんじん コーン		F 17.8 g	F 19.8 g
				ノンオイルドレッシング減塩ごま(麦ご豆)				
27	月	 おきごはんのなし アーサ汁 ^⑦ の豆豚鶏 焼肉丼 の麦豆ご鶏豚 みかん ^⑦ のなし	※アーサ 豆腐	こめ 大麦			E 535 Kcal P 25 g	E 682 Kcal P 30.4 g
			豚肉	ごま 三温糖 大豆油 ゴマ油 じゃがいもでんぶん	しょうが にんじん 玉ねぎ キャベツ なす こんにゃく たけのこ きくらげ こまつな にんにく	かつおだし がらすープ(豚鶏) 中華ベースハ宝菜(麦豆ご鶏豚)	F 13.1 g	F 14.3 g
					みかん			
28	火	 ごはんのなし 野菜と肉団子のスープ ^⑦ の豚鶏 じゃがいものきんぴら ^⑦ の豚ご豆	鶏つくね(鶏)	こめ			E 501 Kcal P 23.1 g	E 631 Kcal P 26.8 g
			豚肉 青豆	ごま 大豆油 ゴマ油 三温糖 じゃがいも	白菜 しいたけ だいこん にんじん 長ねぎ にんじん 玉ねぎ こんにゃく	かつおだし がらすープ(豚鶏) かつおだし	F 15.1 g	F 13.7 g
29	水	 ごはんのなし 親子丼 ^⑦ の鶏豚卵豆 黒糖ぜんざい ^⑦ のなし	鶏肉 かまぼこ(豆) 卵	こめ			E 598 Kcal P 23.1 g	E 748 Kcal P 27.8 g
				大豆油 三温糖	にんじん 玉ねぎ グリンピース キャベツ にんにく	がらすープ(豚鶏)	F 15.1 g	F 16.8 g
			金時豆	大麦 白玉餅だんご 黒糖 三温糖 じゃがいもでんぶん				
30	木	 ごはんのなし 豚汁 ^⑦ の豚豆 かぼちゃのそぼろ煮 ^⑦ の鶏豆	豚肉 豆腐 みそ	こめ			E 580 Kcal P 23.5 g	E 728 Kcal P 28.2 g
			鶏肉 厚揚げ 青豆	大豆油 三温糖	だいこん にんじん 白菜 長ねぎ かぼちゃ 玉ねぎ にんじん しょうが	かつおだし かつおだし	F 20 g	F 22.7 g
31	金	 なすりナポリタンの麦豚鶏乳豆 たわらメンチカツ ^⑦ の豆鶏麦牛ゼ かぼちゃカップケーキ ^⑦ の豆	無塩せきベーコン(豚) 鶏肉	スパゲティ ^⑦ 大豆油 ソフトマーガリン(乳豆) 三温糖 大豆油	なす にんじん 玉ねぎ マッシュルーム ビーマン トマト にんにく	ケチャップ デミグラスソース(麦鶏)	E 625 Kcal P 24.8 g	E 682 Kcal P 27.3 g
			たわらメンチカツ(豆鶏麦牛ゼ)				F 27.7 g	F 29 g
				ハロウィン米粉のカップケーキ(豆)				

義務表示：卵・・・卵、乳・・・乳及び乳製品、麦・・・小麦、ビ・・・落花生、そ・・・そば、エ・・・えび、カ・・・かに、く・・・くるみ
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、
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、マカ・・・マカダミアナッツ
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

※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、シラスはえび・かにかが混ざる漁法で捕獲されアサリなど二枚貝はかにかが共生しています。

(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・かにかを食べています。

※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(8品目)と推奨義務(20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