

# 令和7年12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	中	
1	月	牛乳	ごはん ⑦無 春雨スープ ⑦豆・豚・鶏 ビビンバ ⑦麦・豆・豚・鶏・ご	鶏肉,かまぼこ(豆),わかめ 豚肉,とりにく,大豆	ごめ はるさめ,ねぎ油(豆) 大豆油,三温糖,ごま油(ご・豆),ごま	にんじん,はくさい じょうが,にんにく,たまねぎ,にんじん,キャベツ,こまつな,コーン	かつおだし,がらスープ(豚・鶏) テンメンジャン(麦・豆・ご)	E 565 Kcal P 25.7 g F 18.1 g	E 715 Kcal P 30.9 g F 20.3 g
2	火	牛乳	わかめごはん ⑦無 雪見汁 ⑦鶏 ミルクおから ⑦乳・豆・豚・鶏	鶏肉 とりにく,大豆,おから,脱脂粉乳,牛乳	ごめ 白玉もち 大豆油,三温糖	だいこん,にんじん,ながねぎ にんじん,たまねぎ,あお豆	わかめごはんの素 かつおだし がらスープ(豚・鶏),かつおだし	E 547 Kcal P 25.2 g F 13.4 g	E 683 Kcal P 29.6 g F 14.7 g
3	水	牛乳	黒糖パン ⑦麦・乳・豆 チキンヌードルスープ ⑦麦・豚・鶏 さばのレモンマリネかけ ⑦さ・麦・豆・豚・鶏	黒糖パン(麦・乳・豆) チキンヌードルスープ(麦・豚・鶏) さば	黒糖パン(麦・乳・豆) スパゲティ,大豆油 小麦粉,じゃがいも,大豆油,三温糖,オーリーブ油(豆)	キャベツ,たまねぎ,にんじん,こまつな,セロリ,しいたけ,パセリ たまねぎ,コーン,にんじん,バジル,にんにく,レモン	がらスープ(鶏・豚) がらスープ(豚・鶏)	E 669 Kcal P 25.6 g F 26.8 g	E 781 Kcal P 30 g F 31.2 g
4	木	牛乳	ごはん ⑦無 イナムドウチ ⑦豆・豚・鶏 にんじんソリシリ ⑦卵・豆	豚肉,かまぼこ(豆),みそ ツナ(豆),卵	ごめ 大豆油	しいたけ,こんにゃく にんじん,キャベツ,たまねぎ,にら	かつおだし,がらスープ(豚・鶏)	E 518 Kcal P 25.1 g F 14.9 g	E 658 Kcal P 30.7 g F 16.6 g
5	金	牛乳	コッペパン ⑦乳・麦・豆 (下記以外の学校) 揚げパン ⑦乳・麦・豆・アモ (喜小・米須・真壁・西小・西中) ジュリエンヌスープ ⑦豆・豚・鶏・牛 チキンのトマト煮 ⑦豆・豚・鶏・り	脱脂粉乳,きなこ 豚肉	コッペパン(麦・乳・豆) コッペパン(麦・乳・豆),アーモンド,三温糖,黒糖,大豆油			E 521 Kcal P 27.3 g P 27.3 g	E 593 Kcal P 31 g P 31 g
8	月	牛乳	アーサときのこパスタ ⑦麦・豆・豚・鶏 えびすかほちやコロッケ ⑦乳・麦・豆 ベビーチーズ ⑦乳	鶏肉,※アーサ 大豆油 ベビーチーズ(乳)	スパゲティ,乳無しマーガリン(豚・豆),大豆油 大豆油 ベビーチーズ(乳)	キャベツ,こまつな,にんじん,たまねぎ,マッシュルーム,じめじ,にんにく	がらスープ(豚・鶏) かほちやコロッケ(乳・麦・豆)	E 548 Kcal P 23.6 g F 21.3 g	E 611 Kcal P 27 g F 22.3 g
9	火	牛乳	ごはん ⑦無 卵入り中華スープ ⑦卵・豆・豚・鶏 ホイコーロー ⑦麦・豆・豚・ご	卵,鶏肉,かまぼこ(豆),わかめ 豚肉,油揚げ	ごめ はるさめ,じゃがいも,大豆粉 大豆油,三温糖,ごま油(ご・豆),じゃがいも,大豆粉	しいたけ,コーン,にんじん,こまつな キャベツ,たまねぎ,ビーマン,にんじん,たけのこ,にんにく,じょうが	がらスープ(豚・鶏),かつおだし コチュジャン(豆),テンメンジャン(麦・豆・ご)	E 632 Kcal P 27 g F 22.1 g	E 773 Kcal P 32.3 g F 23.5 g
10	水	牛乳	ごはん ⑦無 大根葉入りしつりふりかけ ⑦ご 芋煮汁 ⑦豆・豚 いわしの梅みそ煮 ⑦豆	ごめ ごま,三温糖 里芋	大根葉 しめたけ,だいこん,ごぼう,こんにゃく,長ねぎ		かつおだし	E 538 Kcal P 24.4 g F 16.5 g	E 658 Kcal P 28.6 g F 17.1 g
11	木	牛乳	ごはん ⑦無 ツナ入りトマトカレー ⑦乳・麦・豆・豚・鶏・牛・り 糸満産きゅうりのサラダ ⑦豆・鶏・ご	ツナ(豆),鶏肉,豚肉,白花豆,白いんげん豆,脱脂粉 乳	ごめ じゃがいも,大豆油,小麦粉,マーガリン(乳・豆)	にんじん,たまねぎ,れんこん,かぼちゃ,ごぼう,トマト,にんにく	カレールウ(麦・牛・鶏・豆),とんかつソース(り),デミグラスソース(麦・鶏),ケチャップ	E 621 Kcal P 24 g F 20 g	E 772 Kcal P 28.7 g F 22.1 g
12	金	牛乳	ごはん ⑦無 ビタミンスープ ⑦豆・豚・鶏 ミートベンネ ⑦麦・豆・豚・鶏・り りんごジャム ⑦り	ミニウインナー(豚・鶏),えんどう,ガルバンゾーレンズ豆,大豆 豚肉,鶏肉,大豆	コッペパン(麦・乳・豆) マカロニ,大豆油,三温糖	にんじん,たまねぎ,キャベツ,かぼちゃ,しめじ,コーン にんじん,マッシュルーム,たまねぎ,セロリ,トマト	がらスープ(豚・鶏) デミグラスソース(麦・鶏),とんかつソース(り),ワイン,ケチャップ	E 625 Kcal P 25.5 g F 17.9 g	E 710 Kcal P 29.1 g F 19.8 g
15	月	牛乳	ごはん ⑦無 冬瓜のみそ汁 ⑦豆・豚 根菜の甘辛煮 ⑦鶏・ご	豚肉,わかめ,とうふ,みそ(豆) とりにく	ごめ さつまいも,ごま,三温糖,大豆油	とうがん,にんじん,こまつな れんこん,ごぼう,にんじん,絹さや,じょうが	かつおだし かつおだし	E 538 Kcal P 22.7 g F 12.2 g	E 677 Kcal P 27.2 g F 12.9 g
16	火	牛乳	ごはん ⑦無 サムゲタン風スープ ⑦豚・鶏 レバニラ炒め ⑦豆・豚 オレンジ ⑦オ	鶏肉 大豆油,三温糖,じゃがいも,大豆粉 オレンジ	ごめ もち米 大豆油,三温糖,じゃがいも,大豆粉	にんじん,だいこん,長ねぎ,しいたけ,にんにく,じょうが たまねぎ,にんじん,たけのこ,にら,にんにく,じょうが	かつおだし,がらスープ(豚・鶏) オイスターソース(豆・カキエキス) ネーブルオレンジ	E 555 Kcal P 25.6 g F 16.5 g	E 695 Kcal P 31.1 g F 18.5 g
17	水	牛乳	コッペパン ⑦麦・乳・豆 コーン豆乳チーズワード ⑦麦・豆・豚・鶏・牛	鶏肉,白花豆,白いんげん豆,豆乳	コッペパン(麦・乳・豆) じゃがいも,乳無しマーガリン(豚・豆),小麦粉,大豆油	コーン,はくさい,たまねぎ,かぼちゃ,にんにく	コンソメ(牛・豆),ホワイトルウ(麦・豚),がらスープ(豚・鶏)	E 608 Kcal P 24.7 g F 21.3 g	E 714 Kcal P 28.6 g F 24.9 g
18	木	牛乳	ごはん ⑦無 タマナーチャンブルー ⑦豆・豚 あんandanすー ⑦豆 パイン ⑦無	豚肉,豆腐,かまぼこ(豆),かつおぶし ツナ(豆),みそ,大豆,かつおぶし	ごめ 大豆油,三温糖,大豆油	キャベツ,こまつな,にんじん,たまねぎ,にんにく しょうが パイン		E 553 Kcal P 24.6 g F 15.3 g	E 690 Kcal P 29.6 g F 17.1 g
19	金	牛乳	ごはん ⑦無 絹ごし豆腐のすま汁 ⑦豆・豚・鶏 じゃがいものそぼろ煮 ⑦豆・豚・鶏 米粉のタルト(芋&栗) ⑦豆	鶏肉,とうふ 豚肉,大豆,油揚げ	ごめ ねぎ油(豆),じゃがいも,大豆粉 もちびき,三温糖,大豆油,じゃがいも 米粉のタルト(芋&栗)(豆)	しいたけ,キャベツ,長ねぎ にんにく,にんじん,たまねぎ,あお豆,こんにゃく ぱいん	がらスープ(豚・鶏),かつおだし がらスープ(豚・鶏),かつおだし	E 633 Kcal P 24.5 g F 20.7 g	E 773 Kcal P 29 g F 22.2 g
22	月	牛乳	ごはん ⑦無 けんちん汁 ⑦豆・豚・鶏 「ん」のつく煮物 ⑦豆・鶏	豚肉,とうふ(豆) 鶏肉,がんもどき(豆)	ごめ 大豆油,三温糖,じゃがいも,大豆粉	にんじん,ごぼう,キャベツ,ながねぎ,じょうが かぼちゃ,れんこん,にんじん,たまねぎ,あお豆,こんにゃく あお豆,寒天,じょうが	かつおだし,がらスープ(豚・鶏) かつおだし	E 547 Kcal P 24.7 g F 15 g	E 688 Kcal P 30.2 g F 16.4 g
23	火	牛乳	ごはん ⑦無 シカムドウチ ⑦豆・豚・鶏 ぬんくーぐわー ⑦豆・豚・鶏 ミルーメーク(ココア) ⑦豆	豚肉,かまぼこ(豆)	ごめ 大豆油,三温糖	とうがん,こんにゃく,しいたけ,じょうが だいこん,こんにゃく,にんじん,こまつな	かつおだし,がらスープ(豚・鶏) かつおだし,がらスープ(豚・鶏)	E 511 Kcal P 24.5 g F 12.1 g	E 651 Kcal P 29.5 g F 13.3 g
24	水	牛乳	ごはん ⑦無 もずく入りサンラータン ⑦卵・豆・豚・鶏・ご デジブルコギ ⑦麦・豆・豚・鶏・ご	卵,とうふ,かまぼこ(豆),※もずく 豚肉	ごめ ラー油(ご・豆),じゃがいも,大豆油	しいたけ,にんじん,キャベツ にんにく,にんじん,たまねぎ,たけのこ,こまつな,にら,にんにく	かつおだし,がらスープ(豚・鶏),中華だし(豆・豚・鶏) テンメンジャン(麦・豆・ご),コチュジャン(豆),がらスープ(豚・鶏)	E 496 Kcal P 22.1 g F 13.2 g	E 629 Kcal P 26.7 g F 14.5 g
25	木	牛乳	ごはん ⑦無 小松菜ナボリタン(ア・豆・豚) クリスマス米粉のカッペケーキ(ア・豆) クリスマスチキン ⑦鶏	無塩せきワイン(ア・豆・豚) 米粉のカッペケーキ(豆) 手羽元	ごめ スパゲティ,大豆油,乳無しマーガリン(豚・豆),三温糖 じゃがいも,大豆油	にんじん,たまねぎ,マッシュルーム,しめじ,こまつなトマト,にんにく	ケチャップ	E 667 Kcal P 30.3 g F 29.3 g	E 733 Kcal P 32.9 g F 31 g

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、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…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、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(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