

















令和8年1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
7	水		ごはん ㊟なし		こめ			E 569 Kcal	E 714 Kcal
			おぞうに ㊟豚鶏豆	鶏肉 なんと(豆)	もち	にんじん 大根 ししいたけ みつ葉	ガラスープ(豚鶏) かつおだし	P 24.1 g	P 29.1 g
			ひじきのそぼろいため ㊟豚豆鶏	豚肉 ひじき 大豆 油揚げ	三温糖 大豆油	人参 こんにやく キャベツ にら	ガラスープ(豚鶏) かつおだし	F 14.6 g	F 16.3 g
			いちごプリン ㊟なし		いちごプリン				
8	木		あげパン ㊟豆麦乳アモ (南小・糸中・三和中)	きなこ 脱脂粉乳	コッペパン(豆麦乳) 大豆油 三温糖 黒糖 アーモンド			E 689 Kcal	E 783 Kcal
			コッペパン ㊟豆麦乳 (上記以外)		コッペパン(豆麦乳)			P 27.2 g	P 31.1 g
			アルファベツトスープ㊟豚鶏乳豆麦	ベーコン(豚)	マカロニ	キャベツ 人参 冬瓜 コーン ブロッコリ	ガラスープ(豚鶏) チキンコンソメ(鶏乳麦豆)	F 23.2 g	F 26 g
			チキンピーンズ ㊟鶏豚豆麦	鶏肉	じゃがいも 大豆油 三温糖	玉ねぎ 人参 セロリ 青豆 トマト にんにく	ポークピーンズ(麦豆豚) ケチャップ ガラスープ(豚鶏)		
			はちみつ ㊟なし (あげパン以外)		はちみつ				
9	金		玄米ごはん ㊟なし		こめ 玄米			E 515 Kcal	E 654 Kcal
			春雨スープ ㊟豚豆乳鶏	デリカハム(豚豆乳)	はるさめ	人参 白菜 コーン ししいたけ	ガラスープ(豚鶏) かつおだし	P 20.8 g	P 25.1 g
			豚キムチ ㊟豚豆麦りさ	豚肉 厚揚げ	大豆油 三温糖	人参 玉ねぎ 白菜 にら キクラゲ にんにく しょうが	白菜キムチ(麦り豆さ)	F 12.7 g	F 13.8 g
13	火		ごはん ㊟なし		こめ			E 573 Kcal	E 717 Kcal
			冬瓜のみそ汁 ㊟豚豆	豚肉 わかめ 豆腐 みそ		冬瓜 人参 小松菜	かつおだし	P 27.7 g	P 33 g
			和風きのこハンバーグ ㊟豚鶏豆	ハンバーグ(豆豚鶏)	三温糖 じゃがいもでん粉 大豆油	大根 えのき しめじ ししいたけ ねぎ 人参	青じそドレッシング	F 18 g	F 19.9 g
			スティック納豆 ㊟豆麦	スティック納豆(豆麦)					
14	水		ごはん ㊟なし		こめ			E 577 Kcal	E 724 Kcal
			肉じゃが ㊟豚豆	豚肉 油揚げ	じゃがいも 大豆油 三温糖	にんじん こんにやく 玉ねぎ しょうが にんにく 青豆	かつおだし	P 25.5 g	P 30.6 g
			小魚の密がらめ ㊟豆ゴアモ	※カエリ 大豆	アーモンド ごま 三温糖 水あめ			F 16.3 g	F 18.2 g
			カップもずく ㊟豆麦	※味付けもずく(豆麦)					
15	木		沖縄そば(麺) ㊟麦		そば麺(麦)			E 615 Kcal	E 743 Kcal
			野菜そば(汁) ㊟豚鶏豆	豚肉 かまぼこ(豆)	大豆油	キャベツ 人参 玉ねぎ ねぎ	かつおだし ガラスープ(豚鶏) 素材力鶏だし(鶏)	P 26.2 g	P 31.1 g
			黒糖ぜんざい ㊟なし	金時豆	押し麦 白玉団子 三温糖 黒糖			F 18.6 g	F 21.2 g
16	金		ごはん ㊟なし		こめ			E 690 Kcal	E 826 Kcal
			豚汁 ㊟豚豆	豚肉 豆腐 みそ		大根 ししいたけ 人参 ねぎ 白菜	かつおだし	P 35 g	P 39.4 g
			あんだんすー ㊟豆	ツナ(豆) みそ 大豆 かつおぶし	大豆油 三温糖	しょうが		F 27.9 g	F 30.3 g
			いわしみぞれ煮 ㊟麦豆	いわしみぞれ煮(麦豆)					
			のり ㊟なし	のり					
19	月		麦ごはん ㊟なし		こめ 大麦			E 620 Kcal	E 780 Kcal
			アーサ汁 ㊟豆豚鶏	※アーサ 豆腐		しょうが	かつおだし ガラスープ(豚鶏)	P 29.8 g	P 36.2 g
			三色そぼろ丼 ㊟卵豚豆	卵 豚肉 大豆	大豆油 三温糖	人参 いんげん しょうが		F 20.9 g	F 23.5 g
			オレンジ ㊟オ			オレンジ			
20	火		ごはん ㊟なし		こめ			E 513 Kcal	E 649 Kcal
			かきたま汁 ㊟卵豆豚鶏	卵 豆腐	じゃがいもでん粉	人参 小松菜 コーン 長ねぎ	かつおだし ガラスープ(豚鶏)	P 23.7 g	P 29.2 g
			鶏肉とごぼう炒め ㊟鶏豆ゴ	鶏肉 チキアゲ(豆)	大豆油 三温糖 ごま	人参 こんにやく ごぼう しめじ 絹さや しょうが	かつおだし	F 13.7 g	F 14.9 g
21	水		ゆかりごはん ㊟なし		こめ	しそ		E 561 Kcal	E 704 Kcal
			大根のみそ汁 ㊟豚豆	豚肉 わかめ 豆腐 みそ		大根 人参 こまつな	かつおだし	P 26 g	P 30.4 g
			いり豆腐 ㊟鶏豆	鶏肉 ツナ(豆) ひじき 大豆 豆腐	大豆油 三温糖	人参 ごぼう グリンピース こんにやく	かつおだし	F 15.9 g	F 17.7 g
22	木		麦ごはん ㊟なし		こめ 大麦			E 621 Kcal	E 785 Kcal
			チキンカレー	鶏肉 脱脂粉乳	大豆油 小麦粉 じゃがいも マーガリン(乳豆)	人参 玉ねぎ かぼちゃ セロリ 青豆	デミグラス(麦鶏)ガラスープ(豚鶏) リンゴビュレー(り) ケチャップ	P 20.5 g	P 25.3 g
			㊟鶏豆麦り豚乳牛			にんにく	カレールウ(豆麦牛鶏)	F 16.1 g	F 17.8 g
			フルーツポンチ ㊟も		ゼリー	みかん缶 バイン缶 もも缶 シークワサー果汁			
23	金		黒糖パン ㊟豆麦乳		黒糖パン(豆麦乳)			E 651 Kcal	E 748 Kcal
			ミネストローネ ㊟豚鶏豆牛	ベーコン(豚) ガルバンゾー レッドキドニー マロファットピース	じゃがいも 大豆油	人参 玉ねぎ セロリ キャベツ かぼちゃ にんにく トマト パセリ	ガラスープ(豚鶏) コンソメ(豆牛)	P 24.2 g	P 27.5 g
			ペンネのクリーム煮 ㊟鶏豆麦乳	鶏肉 生クリーム	小麦粉 マーガリン(乳豆) 大豆油 マカロニ	玉ねぎ 人参 パセリ		F 22.4 g	F 25.2 g
26	月		ごはん ㊟なし		こめ			E 625 Kcal	E 770 Kcal
			チムシンジ ㊟豚豆	豚肉 みそ	じゃがいも	人参 にら にんにく	かつおだし	P 26.8 g	P 32 g
			にんじんシリシリー ㊟豆卵	ツナ(豆) 卵	大豆油	人参 キャベツ 玉ねぎ		F 18.5 g	F 20.9 g
			黒糖蒸しケーキ ㊟麦乳		黒糖蒸しケーキ(麦乳)				
27	火		ごはん ㊟なし		こめ			E 571 Kcal	E 713 Kcal
			道産子汁 ㊟豚豆乳	豚肉 みそ	じゃがいも バター(乳)	玉ねぎ 人参 もやし コーン 長ねぎ にんにく	かつおだし	P 24.3 g	P 29.1 g
			かぼちゃのそぼろ煮 ㊟鶏豆	鶏肉 大豆 厚揚げ	大豆油 三温糖	かぼちゃ 玉ねぎ 人参 しょうが 青豆	かつおだし	F 14.3 g	F 15.8 g
			しそ味ひじき ㊟麦豆	しそ味ひじき(麦豆)					
28	水		ナポリタン ㊟鶏乳豆麦	鶏肉	スパゲティー 大豆油 マーガリン(豆乳) 三温糖	なす 人参 玉ねぎ マッシュルーム ピーマン トマト にんにく	ケチャップ デミグラス(麦鶏)	E 607 Kcal	E 704 Kcal
			焼き栗コロッケ ㊟麦		焼きくりコロッケ(麦) 大豆油			P 23.9 g	P 27 g
			ソファール元氣ヨーグルト ㊟乳ゼ	ソファール元氣ヨーグルト(乳ゼ)				F 19.6 g	F 22.5 g
29	木		ごはん ㊟なし		こめ			E 654 Kcal	E 789 Kcal
			だぶ汁 ㊟鶏豆さ	鶏肉 油揚げ	じゃがいも 三温糖	大根 人参 かぼちゃ 長ねぎ ししいたけ	かつおだし 煮干しだし(さ)	P 27.1 g	P 31.3 g
			マクロ南蛮 ㊟なし	まぐろ	大豆油 じゃがいもでん粉 三温糖			F 25.3 g	F 26.9 g
			タルタル(ノンエッグ) ㊟豆		ノンエッグタルタル(豆)				
			日向夏ゼリー ㊟なし		日向夏ゼリー				
30	金		麦ごはん ㊟なし		こめ 大麦			E 604 Kcal	E 752 Kcal
			もずくスープ ㊟豆豚鶏ゴ	豆腐 ※もずく	ごま油 ごま	大根 人参 長ねぎ	かつおだし ガラスープ(豚鶏)	P 25.1 g	P 30.1 g
			タコライスミート	豚肉 鶏肉 大豆	三温糖 大豆油	トマト 玉ねぎ 人参 ピーマン にんにく	デリソース(豆) ケチャップ コンソメ粉末(豆牛) サルサボモロード(ゼ牛豚)	F 22.1 g	F 24 g
			㊟豚鶏豆牛ゼ						
			茹でやさい ㊟なし			キャベツ きゅうり			
			スライスチーズ ㊟乳	スライスチーズ(乳)					

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、パ・・・パナナ、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