

日曜日	こんだて	卵	乳製品	小麦	そば	落花生 ナッツ類	大豆		ごま	鶏肉 牛肉	えび かに	いか たこ	魚	貝類	米	野菜	やまいも さといも	果物	調味料類	備考	
							大豆 大豆製品	豆乳													
10	黒糖入り角型食パン		○	○			○													パンに黒糖が練りこまれています。	
	ぎゅうにゅう		○																		ハンバーグの上に、きのこソースをかけます。
	ハンバーグ きのこソース			バター	デミグラスソース			ハンバーグ デミグラスソース		ハンバーグ (鶏肉) デミグラスソース (鶏肉)				ハンバーグ (貝Ca)		デミグラスソース (トマト)				赤ワイン ケチャップ 中濃ソース デミグラスソース (赤ワイン)	
	こふきいも																				
	白菜スープ																			大豆油 ブイヨン コンソメ しょうゆ	
水	ブルーベリーゼリー																	ブルーベリー			
11	ごてんばコシヒカリごはん														○						
	ぎゅうにゅう		○																		
	厚焼き玉子	○		○			○						かつおだし								
	野沢菜炒め			野沢菜漬			野沢菜漬		ごま油 ごま				かつおだし 野沢菜漬 (かつおエキス)								野沢菜漬をごま油とごまで炒めます。
木	秋野菜の煮物				くり				鶏肉						れんこん	さといも			大豆油 しょうゆ だし汁		
12	丸型横割りパン		○	○			○														
	タルタルソース	○					○											レモン			
	たらフライ			○			○						たら							大豆油	
	ゆでキャベツ																				
	ぎゅうにゅう		○																		
金	コーンポタージュ		牛乳 脱脂粉乳 生クリーム ポタージュ エースコーン	ポタージュ エースコーン					鶏肉 ポタージュ エースコーン (鶏肉)				ポタージュ エースコーン (ほたてエキス)						大豆油 ブイヨン スープストック 白ワイン ベシヤメルソース		
15	ごてんばコシヒカリごはん														○						
	ぎゅうにゅう		○																		
	えびシュウマイ			○							えび		たら	ほたてエキス							
	五目ビーフン			オイスターソース			オイスターソース		ごま油					オイスターソース (かきエキス)	ビーフン					しょうゆ 中華スープ	
月	みそチゲスープ			キムチ			キムチ 豆腐	キムチ (ごま)				キムチ(魚醤、かつ お節エキス)			もやし		キムチ (りんご)		大豆油 キムチ だし汁 みそ	キムチが入ったみそスープです。	
16	ごてんばコシヒカリごはん														○						
	ツナそぼろ	炒りたまご		炒りたまご			炒りたまご						まぐろ 炒りたまご(かつお 節合わせだし)							大豆油 しょうゆ	
	ぎゅうにゅう		○																		
	さといもコロッケ			○			○			鶏肉					米粉		さといも			大豆油	
火	沢煮椀																		だし汁 しょうゆ		
17	角型食パン		○	○			○														
	メイプルジャム																				
	ぎゅうにゅう		○																		
	チーズオムレツ	○	○	○			○						かつおだし								
	きのこのソテー	ショルダー ベーコン	バター ショルダー ベーコン				ショルダー ベーコン									ほうれんそう				しょうゆ	
水	ボークビーンズ						大豆										トマト		大豆油 コンソメ 赤ワイン トマトピューレ クッキングトマトソース しょうゆ		

日曜日	こんだて	卵	乳製品	小麦	そば	落花生 ナッツ類	大豆		ごま	鶏肉 牛肉	えび かに	いか たこ	魚	貝類	米	野菜	やまいち さといも	果物	調味料類	備考	
							大豆 大豆製品	豆乳													
18 木	ごてんばコシヒカリごはん														○						
	ぎゅうにゅう		○																		
	きびなごフライ			○					ごま				きびなご						大豆油		
	肉じゃが								さつまあげ				さつまあげ(すけとう だら、えそ)						大豆油 だし汁 しょうゆ		
22 月	大根のみそ汁		肉団子	肉団子									肉団子 (鶏肉)							だし汁 みそ	
	麦ごはん														○						
	ポークカレー		脱脂粉乳															りんご チャツネ(りんご、 レモン、レーズン)	大豆油 コンソメ 赤ワイン ケチャップ 中濃ソース エフリカレールウ ハイグレードカレールウ しょうゆ		
	ぎゅうにゅう		○																		
23 火	ツナソテー												まぐろ							しょうゆ	
	ヨーグルト		○																		
	ごてんばコシヒカリごはん														○						
	ぎゅうにゅう		○																		
24 水	鮭の塩焼き																				
	カラフルひじき炒め			キムチ				キムチ	キムチ (ごま)				キムチ(魚醤、かつ お節エキス)					キムチ (りんご)	大豆油 キムチ しょうゆ	ひじきに、野菜、豚肉、春雨、 キムチを加えて炒めます。	
	根っこ野菜のごまみそ汁							豆腐	ごま	鶏肉							さといも		大豆油 だし汁 みそ	すりごまと練りごまが入ったみ そ汁です。	
	玄米入り食パン		○	○				○							玄米					パンに、玄米と砂糖が練りこま れています。	
25 木	ぎゅうにゅう		○																		
	白身魚のフリッター			○				○					▲オキアミ ▲アオサ (えび、か い)						大豆油	▲オキアミとアオサは、えび、 かきが混ざる漁法で採取して います。	
	パンネのポロネーゼ		粉チーズ	マカロニ														トマト	ケチャップ ウスターソース コンソメ		
	ココロ野菜スープ																		大豆油 ブイヨン スープストック 白ワイン しょうゆ		
26 金	ごてんばコシヒカリごはん														○						
	ぎゅうにゅう		○																		
	すき焼き風煮	鶏卵						豆腐											大豆油 だしの素 しょうゆ		
	チンゲンサイの炒めもの								ごま油											しょうゆ	
26 金	りんご																	りんご			
	レーズン入りロールパン		○	○				○											干しぶどう	パンに、干しぶどうが練りこま れています。	
	ぎゅうにゅう		○																		
	タンドリーチキン		ヨーグルト																鶏肉	しょうゆ	鶏肉を、カレー粉、ヨーグルト、 しょうゆに漬けこんで焼きま す。
26 金	ミックスベジタブル		バター					枝豆												しょうゆ	
	ラビオリのトマトスープ			ラビオリ														トマト	大豆油 トマトピューレ ブイヨン コンソメ	ラビオリが入ったトマトスープ です。ラビオリは、パスタ生地 にひき肉や野菜などを包んだ ものです。	

日曜日	こんだて	卵	乳製品	小麦	そば	落花生ナッツ類	大豆		ごま	鶏肉牛肉	えびかに	いかたこ	魚	貝類	米	野菜	やまいもさといも	果物	調味料類	備考
							大豆大豆製品	豆乳												
29	ソフトめん			○																▲めん工場では、[そば]も製造しています。
	ミートソース			デミグラスソース			デミグラスソース ローストオニオン			デミグラスソース (鶏肉)					トマト デミグラスソース (トマト)				赤ワイン ケチャップ トマトピューレ ハヤシフレーク 中濃ソース スープストック デミグラスソース(赤ワイン)	
	ぎゅうにゅう		○																	
	かみかみポテト						大豆				▲かたくちいわし (えび、かに)		かたくちいわし ▲かたくちいわし (魚介類)						大豆油 しょうゆ	さつまいもと大豆を油で揚げ、煮干しと一緒にタレに絡めます。 ▲かたくちいわしは、えび、かに、魚介類が混ざる漁法で採取しています。
月	ベーコンと野菜のソテー																			
30	ごてんばコシヒカリごはん														○					
	ぎゅうにゅう		○																	
	親子煮	鶏卵								鶏肉									大豆油 しょうゆ だし汁	
	ししゃもフライ			○			○												大豆油	
	おかかたくあん						たくあん		ごま油											たくあんを、かつお節とごま油で炒めます。
31	角型食パン		○	○			○													
	みかんジャム																	みかん		
	ぎゅうにゅう		○																	
	チキンクリスピー			○			○			鶏肉					米粉				大豆油	スパイシーな風味のクリスピーチキンです。
	ジャーマンポテト																		大豆油	
水	ポパイスープ	ショルダー ベーコン	ショルダー ベーコン				ショルダー ベーコン									ほうれんそう			大豆油 ブイヨン コンソメ しょうゆ	
	ハロウィンデザート							○							米粉					かぼちゃと豆乳を使ったプリンです。

【アレルギー献立表についての注意事項】 必ずお読みください。

魚:魚全般について表示します。

貝類:ほたて、あさり、かき、しじみなどの二枚貝について表示します。

野菜:なす、れんこん、トマト、もやし、きゅうり、ほうれんそうについて表示します。

果物:果物全般について表示します。

[米]は、原材料で使用している場合のみ記載しています。調味料やエキス等の場合は記載していません。

よく使用する調味料類については、下記の表の原材料を使用しています。これらの食品については、各項目への○印の表示はしていません。使用の際は、調味料類欄に記入してありますのでご確認ください。

調味料類	原材料	大豆	小麦	そば	鶏肉	魚介	卵	乳	米	その他
だし汁	さば節、かつお節、いわし節、むろ節、まぐろ									
だしの素	小麦、かつお									
パイタン	大豆、鶏肉									
中華スープ	大豆、ごま、トマト、魚醤パウダー、鶏肉									
スープストック		大豆、トマト、鶏肉								
コンソメ		トマト、魚醤パウダー、鶏肉								
ケチャップ		トマト								
トマトピューレ		トマト								
クッキングトマトソース		小麦、乳、大豆、トマト								
中濃ソース		トマト、りんご								
ウスターソース		トマト、りんご								
赤ワイン・白ワイン										
ハイグレードカレールー										
ベシャメルソース										
エブリイカレールー										
ぶどう										
ハヤシフレーク		小麦、大豆、トマト								
しょうゆ		小麦、大豆								
みそ		大豆								
大豆油		大豆								
ブイヨン										
チンタン										
とりがらスープ										

※10月使用分より、中濃ソース、ウスターソースの原材料に「りんご」が追加されます。

- ・いくらは、学校給食では基本的に使用しませんので、チェックの項目に入っていません。もし使用する場合は備考欄に記載します。
- ・給食センターでは、油は大豆油を使用しています。
- ・揚げ油は、使用後はろ過し、足りない分は次回継ぎ足して使用しています。汚れ具合を見て廃油にしています。次の揚げ物も、同じ油を使用しますので、重度のアレルギーの方は、前回の揚げ物の内容にご確認ください。
- ・麺類は、そばが原材料には入りませんが、同じ工場ですべてのそばを使用した製品を製造しています。麺類はそばが混入する可能性もあるので、重度のそばアレルギーの方は避けてください。
- ・パンや麺類は、たまごが原材料には入りませんが、製造工場ではたまごを使用した製品を製造しています。
- ・魚介エキスが調味料や加工食品に含まれているものもあります。詳しくはお問い合わせください。
- ・給食センターでは、現在、除去食等の提供はしていません。すべての食材を同じ調理場内で取り扱っていますので、重度のアレルギーの方はご注意ください。
- ・アレルギー物質が原材料に入らなくても、同じ工場アレルギー物質を含む製品を製造している場合があります。献立表には特に記載していませんので、重度のアレルギーの方は、お問い合わせください。
- ・この献立表は、コンタミ(※)については特に表示していません。

※コンタミ:コンタミネーションの略で、原材料には使用していないが、食物アレルギーとなる食材が、意図せず、ごく微量に混入してしまうこと。

★ 詳しくは南学校給食センター (0550-78-6689) までお問い合わせください。

