

令和5年度 境港市学校給食センター		学校名・学年・組 () 学校 年 組	【今月、対応ありの保護者様へ】 ・詳細献立表を提出していただいた後、給食センターより保護者確認表を再度お送りいたします。
6月分 詳細献立表		児童・生徒氏名	
		連絡先	-
提出先	学校	保護者氏名	
提出締め切り	5月15日(月)		

※ご不明な点がございましたら、境港市学校給食センター(TEL:21-2111)までお問い合わせください。□

※給食センター栄養士より連絡をさせていただく場合がございます。ご了承のほどよろしくお願いいたします。

印について	○:使用材料にアレルギー物質がふくまれている。 △:食品の製造過程等における意図せぬ混入(コンタミネーション)の可能性がある。 ☆:既製品である。
	□(料理名の囲み):給食センターで除去食を作ることができる。(除去食対応可能メニュー) 【 】:その食品に含まれるアレルギー物質。 ※:注意喚起表示

日 曜	(小学校中学年) エネルギー(kcal) 塩分(g)	料理名	卵	乳	えび	かに	小麦	使用材料名	保護者記入欄 (どれか一つに○をつける)		備考欄
									配膳しない	配膳しない	
1 木	623	豆腐ハンバーグ おろしソース					○	☆豆腐ハンバーグ(たまねぎ 豆腐【大豆】 鶏肉【鶏肉】 おから【大豆】 植物油 粒状植物性たん白【大豆】 にんじん 粉末状植物性たん白【大豆】 砂糖 食塩 水溶性食物繊維 小麦不使用しょうゆ【大豆】 酵母エキス にんにくペースト 液状混合調味料 しょうがペースト 香辛料 加工デンプン 炭酸カルシウム 凝固剤 安定剤(グァーガム) ピロリン酸第二鉄) 大根 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 本みりん 馬鈴薯澱粉	食べられる	センター除去食を食べる	
		ハムサラダ					○	ポークハム(豚肉【豚肉】 馬鈴薯澱粉 食塩 水飴 香辛料) にんじん キャベツ ごまドレッシング(食用植物油脂【ごま】 砂糖 水あめ しょうゆ【小麦 大豆】 醸造酢 いりごま【ごま】 ねりごま【ごま】 食塩 酵母エキスパウダー 乳化剤 増粘剤(キサンタンガム)) 食塩 △印の対応はできません △ △ △ ※ポークハムは、牛肉、鶏肉、卵、乳、大豆、小麦を含む他製品と同工場で製造	食べられる	センター除去食を食べる	
	1.7	コーンクリームスープ						クリームコーン(スイートコーン 砂糖 食塩 増粘剤(加工でん粉)) たまねぎ じゃがいも にんじん ほうれんそう 豆乳【大豆】 豆乳クリーム(豆乳【大豆】 植物油脂(パーム油 パーム核油) デキストリン 食塩 増粘剤(加工澱粉) トレハロース 安定剤(大豆多糖類【大豆】 ペクチン) pH調整剤) コンソメ(食塩 デキストリン 麦芽糖 チキンエキスパウダー【鶏肉】 ぶどう糖 酵母エキスパウダー たん白加水分解物【鶏肉 豚肉】 鶏脂【鶏肉】 チキンコンソメパウダー【鶏肉】 砂糖 魚醤パウダー 香辛料 トマトパウダー オニオンエキスパウダー 香辛料抽出物 酸味料) 食塩 こしょう 米油	食べられる	センター除去食を食べる	

日 曜	(小学校中学年) エネルギー(kcal)	料 理 名	卵	乳	え び	か に	小 麦	使 用 材 料 名	保護者記入欄 (どれか一つに○をつける)		備 考 欄
	塩分(g)										
2 金	636	鶏肉のチリソース炒め						○ 鶏肉 馬鈴薯澱粉 米油 根深ねぎ しょうが 中華だし(食塩 デキストリン ポークエキスパウダー【大豆 豚肉】 砂糖 チキンエキスパウダー【鶏肉】 ジンジャーパウダー 調味動物油脂【鶏肉】 オニオンパウダー チキンパウダー【鶏肉】 こしょう ガーリックパウダー 発酵酵母エキスパウダー 調味料(アミノ酸等) pH調整剤) 三温糖 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 酒 米酢 トマトケチャップ(トマト 果糖 ぶどう糖液糖 醸造酢 食塩 たまねぎ 香辛料) チリパウダー(パプリカ 食塩 クミン 赤唐辛子 オレガノ ガーリック)	食べられる		
						配膳しない	センター除去食を食べる				
							代替食持参する				
									代替食持参しない		
										弁当持参する	
2 金		茎わかめあえ						○ くきわかめ佃煮(茎わかめ 醤油【小麦 大豆】 砂糖 水飴 みりん) きゅうり だいこん こいくちしょうゆ【小麦 大豆】	食べられる		
						配膳しない	センター除去食を食べる				
							代替食持参する				
									代替食持参しない		
										弁当持参する	
2.0		春雨スープ						○ 冷凍豆腐(豆乳【大豆】 澱粉(コーンスターチ) 加工澱粉 凝固剤(塩化マグネシウム)) 春雨(甘藷でん粉 馬鈴薯でん粉) にんじん たまねぎ にら 中華だし(食塩 デキストリン ポークエキスパウダー【大豆 豚肉】 砂糖 チキンエキスパウダー【鶏肉】 ジンジャーパウダー 調味動物油脂【鶏肉】 オニオンパウダー チキンパウダー【鶏肉】 こしょう ガーリックパウダー 発酵酵母エキスパウダー 調味料(アミノ酸等) pH調整剤) うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩	食べられる		
						配膳しない	センター除去食を食べる				
							代替食持参する				
									代替食持参しない		
										弁当持参する	

日 曜	(小学校中学年) エネルギー(kcal)	料 理 名	卵	乳	え び	か に	小 麦	使 用 材 料 名	保護者記入欄 (どれか一つに○をつける)		備考欄
	塩分(g)										
5 月	589	米粉チキンカツ						☆米粉チキンカツ(鶏肉【鶏肉】 うるち米 食塩 澱粉【大豆】 こしょう 砂糖 香辛料 加工デンプン 調味料(アミノ酸等) トレハロース 増粘多糖類) 米油	食べられる	配膳しない	センター除去食を食べる 代替食持参する 代替食持参しない 弁当持参する
								まぐろ水煮(きはだまぐろ 食塩 野菜エキス(キャベツ にんじん たまねぎ)) キャベツ むき枝豆【大豆】 にんじん ひじき すりごま いりごま こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 ノンエッグマヨネーズ(食用植物油 醗造酢 砂糖 粉末水あめ 食塩 増粘剤(加工デンプン 増粘多糖類) 調味料(アミノ酸) 香辛料抽出物) 食塩 こしょう	食べられる	配膳しない	センター除去食を食べる 代替食持参する 代替食持参しない 弁当持参する
	1.4	ごはん 牛乳	チンゲン菜の 中華スープ					焼豚(豚もも肉【豚肉】 砂糖 粉あめ しょうゆ【小麦 大豆】 食塩 しょうゆ加工品【小麦 大豆】 香辛料抽出物) チンゲンサイ たけのこ水煮(たけのこ グルコノデルタラクトン) にんじん 根深ねぎ 中華だし(食塩 デキストリン ポークエキスパウダー【大豆 豚肉】 砂糖 チキンエキスパウダー【鶏肉】 ジンジャーパウダー 調味動物油脂【鶏肉】 オニオンパウダー チキンパウダー【鶏肉】 こしょう ガーリックパウダー 発酵酵母エキスパウダー 調味料(アミノ酸等) pH調整剤) こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 酒 食塩	食べられる	配膳しない	センター除去食を食べる 代替食持参する 代替食持参しない 弁当持参する
							△印の対応はできません △ △ ※焼豚は、乳成分、卵、牛肉、鶏肉、ゼラチン、りんご、ごまを使用した設備で製造 ※たけのこ水煮は牛肉、鶏肉、りんご、ごまを含む他商品と同工場製造				

日 曜	(小学校中学生年) エネルギー(kcal)	料 理 名	卵	乳	え び	か に	小 麦	使 用 材 料 名	保護者記入欄 (どれか一つに○をつける)		備考欄
	塩分(g)										
6 火	633	ごはん 牛乳						☆ハタハター夜干し(はたはた 食塩 酸化防止剤) 米油	食べられる		
									配膳しない	センター除去食を食べる 代替食持参する 代替食持参しない 弁当持参する	
									食べられる		
								○ とりにくほぐしみ(鶏肉(ささみ)【鶏肉】 食塩 醸造酢 砂糖 寒天 オニオンパウダー 香辛料 pH調整剤) にんじん キャベツ みずな 梅肉ペースト(梅 食塩 シソ 穀物酢) 三温糖 うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩	配膳しない	センター除去食を食べる 代替食持参する 代替食持参しない 弁当持参する	
	2.2							○ 牛肉 厚揚げ(豆乳【大豆】 でん粉(とうもろこし) ぶどう糖 揚げ油(菜種油) トレハロース 豆腐凝固剤) じゃがいも こんにやく(こんにやく製粉 海藻粉末 水酸化カルシウム) にんじん たまねぎ さや いんげん 三温糖 酒 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】	配膳しない	センター除去食を食べる 代替食持参する 代替食持参しない 弁当持参する	
7 水	583	ごはん 牛乳						☆チキンウインナー(鶏肉【鶏肉】 馬鈴薯澱粉 食塩 砂糖 香辛料) ※チキンウインナーは、牛肉、豚肉、卵、乳、大豆、小麦を含む他製品と同工場製造	食べられる		
									配膳しない	センター除去食を食べる 代替食持参する 代替食持参しない 弁当持参する	
									△印の対応はできません	△	△
								するめいか【いか】 蒸し大豆【大豆】 キャベツ きゅうり イタリアンドレッシング(食用植物油 砂糖 醸造酢 食塩 発酵調味料 玉ねぎ 香味食用油 酵母エキスパウダー 香辛料 トマト 酸味料 増粘剤(加工でん粉 キサンタンガム)) 食塩	配膳しない	センター除去食を食べる 代替食持参する 代替食持参しない 弁当持参する	
	2.0							豚肉 たまねぎ にんじん アスパラガス だいこん 米粉マカロニ(米粉) ふなしめじ トマト水煮(トマト トマトジュース 食塩 クエン酸) トマトケチャップ(トマト 果糖ぶどう糖液糖 醸造酢 食塩 たまねぎ 香辛料) コンソメ(食塩 デキストリン 麦芽糖 チキンエキスパウダー【鶏肉】 ぶどう糖 酵母エキスパウダー たん白加水分解物【鶏肉 豚肉】 鶏脂【鶏肉】 チキンコンソメパウダー【鶏肉】 砂糖 魚醤パウダー 香辛料 トマトパウダー オニオンエキスパウダー 香辛料 抽出物 酸味料) 三温糖 食塩 こしょう 米油	配膳しない	センター除去食を食べる 代替食持参する 代替食持参しない 弁当持参する	

日 曜	(小学校中学年) エネルギー(kcal)	料 理 名	卵	乳	え び	か に	小 麦	使 用 材 料 名	保護者記入欄 (どれか一つに○をつける)		備考欄	
	塩分(g)											
8 木	617	牛乳						ごはん もち玄米	食べられる			
									/	配膳しない		センター除去食を食べる
												代替食持参する
												代替食持参しない
										弁当持参する		
								あごちくわ(飛魚 馬鈴薯澱粉 食塩 昆布エキス 酵母エキス) 米粉(うるち米) 馬鈴薯澱粉 米油	食べられる			
/	配膳しない	センター除去食を食べる										
		代替食持参する										
		代替食持参しない										
										弁当持参する		
								○ こまつな りょくとうもやし にんじん すりごま いりごま こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖	食べられる			
/	配膳しない	センター除去食を食べる										
		代替食持参する										
		代替食持参しない										
										弁当持参する		
	2.2							鶏肉 だいこん さといも こんにゃく(こんにゃく製粉 海藻粉末 水酸化カルシウム) にんじん 刻み油揚げ(大豆【大豆】なたね油 豆腐用凝固剤(塩化マグネシウム)) ごま油【ごま】 だしパック中厚削り(そうだがつお) 味噌【大豆】 本みりん	食べられる			
/	配膳しない	センター除去食を食べる										
		代替食持参する										
		代替食持参しない										
										弁当持参する		

日 曜	(小学校中学年) エネルギー(kcal)	料 理 名	卵	乳	えび	かに	小麦	使 用 材 料 名	保護者記入欄 (どれか一つに○をつける)		備考欄
	塩分(g)										
9 金	594	ごはん 牛乳						☆肉団子(照焼)(鶏肉【鶏肉】 たまねぎ 豚脂【豚肉】 豚肉【豚肉】 大豆【大豆】 粒状植物性たん白【大豆】 ドロマイト 粉末状植物性たん白【大豆】 砂糖 酵母エキス にんにくペースト ぶどう糖 食塩 香辛料 しょうがペースト 揚げ油(なたね油) 加工デンプン セル ロース ピロリン酸第二鉄 砂糖・ぶどう糖果糖液糖 清酒 ソテーオ ニオン 小麦不使用しょうゆ【大豆】 食酢 植物油 液状混合調味料 ウスターソース 増粘剤(キサンタンガム) カラメル色素		食べられる	
									配膳しない	センター除去食を食べる	
									配膳しない	代替食持参する	
									配膳しない	代替食持参しない	
									弁当持参する		
								○キャベツ カットわかめ(わかめ 食塩) きゅうり 米酢 三温糖 うす ちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩		食べられる	
									配膳しない	センター除去食を食べる	
									配膳しない	代替食持参する	
									配膳しない	代替食持参しない	
									配膳しない	弁当持参する	
								○豚肉 木綿豆腐(大豆【大豆】 凝固剤(塩化マグネシウム) 消泡剤 【大豆】) だいこん にんじん 干しいたけ 葉ねぎ 煮干し(かたく ちいわし ビタミンE) 米油 酒 うすちしょうゆ【小麦 大豆】 こいく ちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩 ※カタクチイワシは、えび、いか、かにが混ざる漁法で採取		食べられる	
									配膳しない	センター除去食を食べる	
									配膳しない	代替食持参する	
									配膳しない	代替食持参しない	
									配膳しない	弁当持参する	
								☆青梅ゼリー(砂糖・ぶどう糖果糖液糖 梅果汁 砂糖 ゲル化剤(増 粘多糖類) 酸味料 ビタミンC 香料 クエン酸鉄ナトリウム クチナ シ色素 カラメル色素 着色料(ビタミンB2))		食べられる	
									配膳しない	センター除去食を食べる	
									配膳しない	代替食持参する	
									配膳しない	代替食持参しない	
									配膳しない	弁当持参する	

△印の対応はできません

△ △

1.6

梅ゼリー

日 曜	(小学校中学年) エネルギー(kcal)	料 理 名	卵	乳	えび	かに	小麦	使 用 材 料 名	保護者記入欄 (どれか一つに○をつける)		備考欄
	塩分(g)										
12 月	646	ハンバーグ						☆ハンバーグ(鶏肉【鶏肉】 豚肉【豚肉】 たまねぎ 牛肉【牛肉】 味噌【大豆】 砂糖 デキストリン 食塩 米発酵調味料 コショウ末 豚脂 澱粉 パプリカ ぶどう糖 豚ゼラチン【ゼラチン】 香辛料 加工デンプン 調味料(アミノ酸等) 増粘剤(加工デンプン) トマトケチャップ(トマト 果糖ぶどう糖液糖 醸造酢 食塩 たまねぎ 香辛料) ウスターソース(トマト たまねぎ にんじん ねぎ マッシュルーム にんにく シヤロット 砂糖 ぶどう糖果糖液糖 醸造酢 食塩 香辛料 たん白加水分解物) 三温糖 赤ワイン パセリ		食べられる	
					配膳しない	センター除去食を食べる					
					代替食持参する						
										代替食持参しない	
										弁当持参する	
12 月	ごはん 牛乳	コールスロー						にんじん キャベツ きゅうり フレンチドレッシング(食用植物油脂 醸造酢 砂糖 水あめ 食塩 果汁(レモン パインアップル) 酵母エキスパウダー オニオンエキス 香辛料 増粘剤(キサンタンガム 加工でん粉) 乳化剤 香辛料抽出物 香料) 食塩 こしょう		食べられる	
					配膳しない	センター除去食を食べる					
					代替食持参する						
										代替食持参しない	
										弁当持参する	
2.3	2.3	いんげん豆のスープ						豚肉 じゃがいも たまねぎ にんじん さやいんげん 白いんげん豆 豆乳クリーム(豆乳【大豆】 植物油脂(パーム油 パーム核油) デキストリン 食塩 増粘剤(加工澱粉) トレハロース 安定剤(大豆多糖類【大豆】 ベクチン) pH調整剤) コンソメ(食塩 デキストリン 麦芽糖 チキンエキスパウダー【鶏肉】 ぶどう糖 酵母エキスパウダー たん白加水分解物【鶏肉 豚肉】 鶏脂【鶏肉】 チキンコンソメパウダー【鶏肉】 砂糖 魚醤パウダー 香辛料 トマトパウダー オニオンエキスパウダー 香辛料抽出物 酸味料) うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩 こしょう		食べられる	
					配膳しない	センター除去食を食べる					
					代替食持参する						
										代替食持参しない	
										弁当持参する	

日 曜	(小学校中学年) エネルギー(kcal)	料 理 名	卵	乳	え び	か に	小 麦	使 用 材 料 名	保護者記入欄 (どれか一つに○をつける)		備考欄
	塩分(g)										
14 水	609	タコライス						大豆クラッシュタイプ(大豆【大豆】 食塩) 豚肉 たまねぎ にんじん ピーマン にんにく トマトケチャップ(トマト 果糖ぶどう糖液糖 醸造 酢 食塩 たまねぎ 香辛料) ウスターソース(トマト たまねぎ にん じん ねぎ マッシュルーム にんにく シャロット 砂糖 ぶどう糖果糖 液糖 醸造酢 食塩 香辛料 たん白加水分解物) カレー粉(ターメ リック コリアンダー クミン フェヌグリーク こしょう 赤唐辛子 ちん び 香辛料) 食塩 こしょう 米油	食べられる		
		除去食：ヨーグルトの除去							配膳しない	センター除去食を食べる	
		フルーツヨーグルト	○					ヨーグルト(生乳【乳】 乳酸菌【乳】) みかんシロップ漬け(みかん 砂糖・ぶどう糖果糖液糖 クエン酸) りんごシロップ漬け(りんご【りん ご】 砂糖混合異性化液糖 酸味料 酸化防止剤(ビタミンC) 乳酸カル シウム) ※ヨーグルトは、ゼラチンを含む他製品と同一ラインで製造		食べられる	
2.0	白ねぎのコンソメスープ					○	だいこん 根深ねぎ ほうれんそう にんじん エリンギ コンソメ(食塩 デキストリン 麦芽糖 チキンエキスパウダー【鶏肉】 ぶどう糖 酵母 エキスパウダー たん白加水分解物【鶏肉 豚肉】 鶏脂【鶏肉】 チキ ンコンソメパウダー【鶏肉】 砂糖 魚醤パウダー 香辛料 トマトパウ ダー オニオンエキスパウダー 香辛料抽出物 酸味料) 食塩 うす くちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 米油 こしょう	食べられる			
15 木	606	さばの生姜煮					○	☆さば生姜煮(さば【さば】 砂糖 しょう油【小麦 大豆】 みりん 生 姜 香辛料(ガーリック ジンジャー ホワイトペッパー)	食べられる		
		千草あえ					○	チキンハム(鶏肉【鶏肉】 澱粉 食塩 砂糖 香辛料) ほうれんそう キャベツ にんじん こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 食塩 ご ま油【ごま】 △※チキンハムは、牛肉、豚肉、卵、乳、大豆、小麦を含む他製品と同 工場で製造	食べられる		
	2.1	新たまねぎのみそ汁					△	厚揚げ(豆乳【大豆】 でん粉(とうもろこし) ぶどう糖 揚げ油(菜種 油) トレハロース 豆腐凝固剤) たまねぎ じゃがいも ごぼう にん じん だしバック中厚削り(そうだがつお) 味噌【大豆】 酒	食べられる		

日 曜	(小学校中学年) エネルギー(kcal)	料 理 名	卵	乳	え び	か に	小 麦	使 用 材 料 名	保 護 者 記 入 欄 (どれか一つに○をつける)				備 考 欄
	塩分(g)												
16 金	613	鮭のコチュジャン焼き						境港サーモン【さけ】 コチジャン(米みそ【大豆】 水あめ 麦芽エキス 米こうじ調味料 乾燥唐辛子 砂糖 食塩 酵母エキスパウダー) 本みりん 酒 味噌【大豆】 ノンエッグマヨネーズ(食用植物油 醸造酢 砂糖 粉末水あめ 食塩 増粘剤(加工デンプン 増粘多糖類) 調味料(アミノ酸) 香辛料抽出物)	食べられる	配膳しない	センター除去食を食べる		
									焼豚(豚もも肉【豚肉】 砂糖 粉あめ しょうゆ【小麦 大豆】 食塩 しょうゆ加工品【小麦 大豆】 香辛料抽出物) にんじん きゅうり キャベツ 米油 米酢 三温糖 うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩 いりごま ※焼豚は、乳成分、卵、牛肉、鶏肉、ゼラチン、りんご、ごまを使用した設備で製造	食べられる	配膳しない	センター除去食を食べる	
		△印の対応はできません	△	△				白玉だんご(もち米粉 加工デンプン 酵素【大豆】) にんじん カットわかめ(わかめ 食塩) えのきたけ チンゲンサイ りょくとうもやし 中華だし(食塩 デキストリン ポークエキスパウダー【大豆 豚肉】 砂糖 チキンエキスパウダー【鶏肉】 ジンジャーパウダー 調味動物油脂【鶏肉】 オニオンパウダー チキンパウダー【鶏肉】 こしょう ガーリックパウダー 発酵酵母エキスパウダー 調味料(アミノ酸等) pH調整剤) うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩	食べられる	配膳しない	センター除去食を食べる		
19 月	625	ゆかりごはん						ごはん 赤しそごはんの素(赤しそ 食塩 梅酢 砂糖 酵母エキス 酸味料)	食べられる	配膳しない	センター除去食を食べる		
								☆あじフライ(アジ 生パン粉【小麦 大豆】 バッター粉(小麦【小麦】 でん粉 小麦たん白【小麦】) 食塩 白コショウ) 米油	食べられる	配膳しない	センター除去食を食べる		
		じゃがいもと キャベツのサラダ						じゃがいも キャベツ にんじん コーンクリーミードレッシング(食用植物油 醸造酢 砂糖 食塩 スイートコーンパウダー 発酵調味料 ソテーオニオン 酵母エキスパウダー プルーンピューレ にんじんエキス レモン果汁 増粘剤(加工でん粉 キサンタンガム) 乳化剤 酸味料 香料) 食塩 こしょう	食べられる	配膳しない	センター除去食を食べる		
			2.0	オニオンスープ					鶏肉 たまねぎ だいこん にんじん にんにく トウモロコシ コンソメ(食塩 デキストリン 麦芽糖 チキンエキスパウダー【鶏肉】 ぶどう糖 酵母エキスパウダー たん白加水分解物【鶏肉 豚肉】 鶏脂【鶏肉】 チキンコンソメパウダー【鶏肉】 砂糖 魚醤パウダー 香辛料 トマトパウダー オニオンエキスパウダー 香辛料抽出物 酸味料) うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩 こしょう 米油	食べられる	配膳しない	センター除去食を食べる	

日 曜	(小学校中学年) エネルギー(kcal)	料 理 名	卵	乳	え び	か に	小 麦	使 用 材 料 名	保護者記入欄 (どれか一つに○をつける)		備 考 欄	
	塩分(g)											
20 火	591	いわたしのトマト煮						☆いわたしのトマト煮(いわし トマトペースト 砂糖 食塩 たまねぎエキス 増粘剤(加工でん粉 グァーガム) 香辛料抽出物)	食べられる	配膳しない	センター除去食を食べる 代替食持参する 代替食持参しない 弁当持参する	
			五目きんぴら						○ 豚肉 ごぼうこんにゃく(こんにゃく製粉 水酸化カルシウム) にんじん ピーマン こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 酒 いりごま ごま油【ごま】	食べられる	配膳しない	センター除去食を食べる 代替食持参する 代替食持参しない 弁当持参する
				もずくのみそ汁						冷凍豆腐(豆乳【大豆】 澱粉(コーンスターチ) 加工澱粉 凝固剤(塩化マグネシウム) こまつな だいこん にんじん 根深ねぎ 洗 いもずく(もずく pH調整剤) だしパック中厚削り(そうだがつお) 味 噌【大豆】 酒	食べられる	配膳しない
		△印の対応はできません				△	△	※もずくはえび、かにが混ざる漁法で採取				
1.8		黒糖大豆					☆黒糖ビーンズ(大豆【大豆】 黒糖)	食べられる	配膳しない	センター除去食を食べる 代替食持参する 代替食持参しない 弁当持参する		

日 曜	(小学校中学年) エネルギー(kcal)	料 理 名	卵	乳	え び	か に	小 麦	使 用 材 料 名	保護者記入欄 (どれか一つに○をつける)		備考欄	
	塩分(g)											
21 水	599	ハムステーキ △印の対応はできません △	△	△			△	☆荒挽ポロニアステーキ(鶏肉【鶏肉】 豚肉【豚肉】 豚脂【豚肉】 でん粉 発酵調味料 砂糖 食塩 香辛料(パプリカ ペパー ナツメグメース ガーリック オニオンパウダー)	食べられる	配膳しない	センター除去食を食べる	
								※荒挽ポロニアステーキは、小麦、卵、乳、牛肉、大豆、もも、りんご、ごまを含む他商品と同工場で製造			代替食持参する	
		昆布あえ						○	こまつな キャベツ にんじん 塩昆布(昆布 しょうゆ【小麦 大豆】 たん白加水分解物 砂糖 昆布エキス 食塩 調味料(アミノ酸等)) こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 ごま油【ごま】 食塩	食べられる	配膳しない	センター除去食を食べる
												代替食持参する
ごはん 牛乳	除去食：ラーメンの除去	ちゃんぽんめん					○	豚肉 カットラーメン(小麦粉【小麦】 かんすい クチナシ色素) たけのこ水煮(たけのこ グルコノデルタラクトン) にんじん 根深ねぎ りょくとうもやし 豆乳【大豆】 うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 中華だし(食塩 デキストリン ポークエキスパウダー【大豆 豚肉】 砂糖 チキンエキスパウダー【鶏肉】 ジンジャーパウダー 調味動物油脂【鶏肉】 オニオンパウダー チキンパウダー【鶏肉】 こしょう ガーリックパウダー 発酵酵母エキスパウダー 調味料(アミノ酸等) pH調整剤) 食塩 ごま油【ごま】	食べられる	配膳しない	センター除去食を食べる	
								※カットラーメンは、卵を含む他製品と同一工場で製造 ※たけのこ水煮は牛肉、鶏肉、りんご、ごまを含む他商品と同工場で製造			代替食持参する	
2.0	ももゼリー							☆白桃フレッシュ(もも・シラップづけ【もも】 砂糖 水溶性食物繊維 砂糖・ぶどう糖果糖液糖 ゲル化剤(増粘多糖類) 酸味料 ビタミンC 乳酸カルシウム 香料 クエン酸鉄ナトリウム)	食べられる	配膳しない	センター除去食を食べる	
											代替食持参する	

日 曜	(小学校中学生) エネルギー(kcal)	料 理 名	卵	乳	え び	か に	小 麦	使 用 材 料 名	保護者記入欄 (どれか一つに○をつける)		備考欄	
	塩分(g)											
22 木	600	さばのごま焼き ※ 除去食できません	○				○	☆さばごま衣焼き(さば【さば】 味噌【大豆】 いらごま【ごま】 砂糖 加糖卵黄【卵】 みりん しょう油【小麦 大豆】 香辛料(ガーリック ジンジャー ホワイトペッパー)	/	食べられる		
										配膳しない		センター除去食を食べる
		代替食持参する										
代替食持参しない												
弁当持参する												
食べられる	センター除去食を食べる											
代替食持参する												
代替食持参しない												
弁当持参する												
2.0	厚揚げのみそ汁						○	ほうれんそう にんじん キャベツ 刻みたくあん(塩押しだいこん ぶどう糖果糖液糖 砂糖 発酵調味料 食塩 醸造酢 たん白加水分解物 梅酢) うすくちしょうゆ【小麦 大豆】	/	食べられる		
										配膳しない		センター除去食を食べる
										代替食持参する		
代替食持参しない												
弁当持参する												
食べられる	センター除去食を食べる											
代替食持参する												
代替食持参しない												
弁当持参する												
23 金	676	ヒレカツ ※ 除去食できません					○	☆豚ヒレカツ(豚ヒレ肉【豚肉】 食塩 ぶどう糖 加エデンブン パン粉【小麦 大豆】 でん粉 大豆粉【大豆】 植物油脂 増粘剤(グァーガム) pH調整剤 乳化剤) 米油	/	食べられる		
										配膳しない		センター除去食を食べる
	代替食持参する											
	代替食持参しない											
弁当持参する												
食べられる	センター除去食を食べる											
代替食持参する												
代替食持参しない												
弁当持参する												
2.1	チキンカレー	△印の対応はできません			△	△	○	鶏肉 じゃがいも にんじん たまねぎ ミックスビーンズ(黄大豆【大豆】 青大豆【大豆】 手亡 金時豆) アスパラガス しょうが カレーフレーク(でん粉 パーム油・なたね油混合油脂 砂糖 食塩 カレー粉 オニオンパウダー 酵母エキスパウダー さつまいもパウダー 香辛料 トマトパウダー リン酸架橋デンブン カラメル I ショ糖脂肪酸エステル クエン酸 香料) こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 コンソメ(食塩 デキストリン 麦芽糖 チキンエキスパウダー【鶏肉】 ぶどう糖 酵母エキスパウダー たん白加水分解物【鶏肉 豚肉】 鶏脂【鶏肉】 チキンコンソメパウダー【鶏肉】 砂糖 魚醤パウダー 香辛料 トマトパウダー オニオンエキスパウダー 香辛料抽出物 酸味料) 酒 カレー粉(ターメリック コリアンダー クミン フェヌグリーク こしょう 赤唐辛子 ちんぴ 香辛料)	/	食べられる		
										配膳しない		センター除去食を食べる
代替食持参する												
代替食持参しない												
弁当持参する												

日 曜	(小学校中学生) エネルギー(kcal)	料 理 名	卵	乳	え び	か に	小 麦	使 用 材 料 名	保護者記入欄 (どれか一つに○をつける)		備 考 欄	
	塩分(g)											
26 月	618	ごはん 牛乳						○ いわし 馬鈴薯澱粉 米油 三温糖 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 本みりん	食べられる			
									配膳しない	センター除去食を食べる		
										代替食持参する		
代替食持参しない												
1.6	いももちのすまし汁							○ ひきわり納豆(大豆【大豆】 納豆菌) キャベツ こまつな にんじん 味噌【大豆】 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖	食べられる			
									配膳しない	センター除去食を食べる		
										代替食持参する		
代替食持参しない												
27 火	602	ごはん 牛乳						○ いももち(じゃがいも 加工でん粉 馬鈴薯でん粉 食塩 グルコマン ナン) 鶏肉 ぶなしめじ にんじん 根深ねぎ だしパック中厚削り(そ うだがつお) 昆布だしパック うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩	食べられる			
									配膳しない	センター除去食を食べる		
										代替食持参する		
代替食持参しない												
2.1	野菜スープ							○ 鶏肉 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 白ワイン にんにく 三温糖 マーマレード(砂糖 水あめ いよかん なつみかん 還元水あめ 濃 縮なつみかん果汁 ゆず果汁 ゲル化剤(ペクチン) 酸味料) 馬鈴 薯澱粉	食べられる			
									配膳しない	センター除去食を食べる		
										代替食持参する		
代替食持参しない												
2.1	野菜スープ							○ ベーコン(豚バラ肉【豚肉】 食塩 ぶどう糖 砂糖 水あめ リン酸塩 酸化防止剤(ビタミンC) 調味料(アミノ酸) 発色剤(亜硝酸ナトリウ ム) 香辛料抽出物) 切干大根 エリンギ にんじん たまねぎ ピー マン 米油 トマトケチャップ(トマト 果糖ぶどう糖液糖 醸造酢 食塩 たまねぎ 香辛料) 三温糖 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】	食べられる			
									配膳しない	センター除去食を食べる		
										代替食持参する		
代替食持参しない												
2.1	野菜スープ							○ 根深ねぎ にんじん じゃがいも キャベツ さやえんどう コンソメ (食塩 デキストリン 麦芽糖 チキンエキスパウダー【鶏肉】 ぶどう 糖 酵母エキスパウダー たん白加水分解物【鶏肉 豚肉】 鶏脂【鶏 肉】 チキンコンソメパウダー【鶏肉】 砂糖 魚醤パウダー 香辛料 トマトパウダー オニオンエキスパウダー 香辛料抽出物 酸味料) 食塩 うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 米油 こしょう	食べられる			
									配膳しない	センター除去食を食べる		
										代替食持参する		
代替食持参しない												
2.1	野菜スープ							○ 根深ねぎ にんじん じゃがいも キャベツ さやえんどう コンソメ (食塩 デキストリン 麦芽糖 チキンエキスパウダー【鶏肉】 ぶどう 糖 酵母エキスパウダー たん白加水分解物【鶏肉 豚肉】 鶏脂【鶏 肉】 チキンコンソメパウダー【鶏肉】 砂糖 魚醤パウダー 香辛料 トマトパウダー オニオンエキスパウダー 香辛料抽出物 酸味料) 食塩 うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 米油 こしょう	食べられる			
									配膳しない	センター除去食を食べる		
										代替食持参する		
代替食持参しない												
2.1	野菜スープ							○ 根深ねぎ にんじん じゃがいも キャベツ さやえんどう コンソメ (食塩 デキストリン 麦芽糖 チキンエキスパウダー【鶏肉】 ぶどう 糖 酵母エキスパウダー たん白加水分解物【鶏肉 豚肉】 鶏脂【鶏 肉】 チキンコンソメパウダー【鶏肉】 砂糖 魚醤パウダー 香辛料 トマトパウダー オニオンエキスパウダー 香辛料抽出物 酸味料) 食塩 うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 米油 こしょう	食べられる			
									配膳しない	センター除去食を食べる		
										代替食持参する		
代替食持参しない												
2.1	野菜スープ							○ 根深ねぎ にんじん じゃがいも キャベツ さやえんどう コンソメ (食塩 デキストリン 麦芽糖 チキンエキスパウダー【鶏肉】 ぶどう 糖 酵母エキスパウダー たん白加水分解物【鶏肉 豚肉】 鶏脂【鶏 肉】 チキンコンソメパウダー【鶏肉】 砂糖 魚醤パウダー 香辛料 トマトパウダー オニオンエキスパウダー 香辛料抽出物 酸味料) 食塩 うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 米油 こしょう	食べられる			
									配膳しない	センター除去食を食べる		
										代替食持参する		
代替食持参しない												

日 曜	(小学校中学年) エネルギー(kcal)	料 理 名	卵	乳	え び	か に	小 麦	使 用 材 料 名	保護者記入欄 (どれか一つに○をつける)		備考欄
	塩分(g)										
28 水	611	ごはん 牛乳						○ ☆これがみなとのじゃころっけ(ばれいしょ 玉ねぎ ちりめんじゃこ しょうゆ【小麦 大豆】発酵調味料 砂糖 植物油脂【大豆】魚介エキス 昆布エキス【小麦】パン粉【小麦 大豆】小麦粉【小麦】米粉) 米油	食べられる		
									配膳しない	センター除去食を食べる	
										代替食持参する	
									代替食持参しない		
									弁当持参する		
								○ とりにくほぐし(鶏肉(ささみ)【鶏肉】食塩 醸造酢 砂糖 寒天 オニオンパウダー 香辛料 pH調整剤) にんじん りょくとうもやし きゅうり うすくちしょうゆ【小麦 大豆】三温糖 米酢 ごま油【ごま】食塩	食べられる		
配膳しない	センター除去食を食べる										
	代替食持参する										
									代替食持参しない		
									弁当持参する		
1.9	マーボードウフ							○ 豚肉 冷凍豆腐(豆乳【大豆】澱粉(コーンスターチ) 加工澱粉 凝固剤(塩化マグネシウム)) たまねぎ にんじん 根深ねぎ こまつな にんにく しょうが 中華だし(食塩 デキストリン ポークエキスパウダー【大豆 豚肉】砂糖 チキンエキスパウダー【鶏肉】ジンジャーパウダー 調味動物油脂【鶏肉】オニオンパウダー チキンパウダー【鶏肉】こしょう ガーリックパウダー 発酵酵母エキスパウダー 調味料(アミノ酸等) pH調整剤) こいくちしょうゆ【小麦 大豆】酒 三温糖 味噌【大豆】米油 馬鈴薯澱粉 豆板醤(とうがらし 食塩 そらまめ 米こうじ 酒精 酸化防止剤(ビタミンC))	食べられる		
									配膳しない	センター除去食を食べる	
										代替食持参する	
									代替食持参しない		
									弁当持参する		
29 木	590	ごはん 牛乳						○ 境港サーモン【さけ】 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】酒 本みりん カレー粉(ターメリック コリアンダー クミン フェヌグリーク こしょう 赤唐辛子 ちんぴ 香辛料)	食べられる		
									配膳しない	センター除去食を食べる	
										代替食持参する	
									代替食持参しない		
									弁当持参する		
								○ 鶏肉 あらめ 刻み油揚げ(大豆【大豆】なたね油 豆腐用凝固剤(塩化マグネシウム)) にんじん さやいんげん 米油 三温糖 本みりん こいくちしょうゆ【小麦 大豆】酒	食べられる		
配膳しない	センター除去食を食べる										
	代替食持参する										
									代替食持参しない		
									弁当持参する		
1.8	キャベツのみそ汁							○ 豚肉 キャベツ だいこん にんじん 根深ねぎ ぶなしめじ だしパック中厚削り(そうだがつお) 味噌【大豆】酒	食べられる		
									配膳しない	センター除去食を食べる	
										代替食持参する	
									代替食持参しない		
									弁当持参する		

日 曜	(小学校中学年) エネルギー(kcal)	料 理 名	卵	乳	え び	か に	小 麦	使 用 材 料 名	保護者記入欄 (どれか一つに○をつける)		備考欄	
	塩分(g)											
30 金	600	あごがぎゅうっとビビンバ						牛肉 とびうお りょくとうもやし 根深ねぎ ピーマン キムチ(白菜 大根 唐辛子 にんにく 人参 長ネギ 生姜 食塩 砂糖 昆布 酵 母エキス) しょうが こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 酒 三温糖 食塩 ごま油【ごま】 ※キムチは、ごまを含む他製品と同工場で製造	食べられる	配膳しない	センター除去食を食べる 代替食持参する 代替食持参しない 弁当持参する	
		らっきょうサラダ △印の対応はできません						刻みらっきょう(らっきょう らっきょう酢(砂糖 穀物酢 食塩 還元水 あめ 昆布エキス 酵母エキス) 赤トウガラシ) ポークハム(豚肉【豚 肉】 馬鈴薯澱粉 食塩 水飴 香辛料) だいこん とうもろこし 韓国 ナムルドレッシング(醸造酢 食用植物油脂【ごま】 果糖ぶどう糖液 糖 砂糖 たん白加水分解物【大豆 鶏肉 豚肉】 しょうゆ【小麦 大 豆】 食塩 にんにく 香味食用油 いりごま【ごま】 こんぶエキスパウ ダー こしょう 調味料(アミノ酸等) 酒精 増粘剤(キサンタンガム)) いりごま ※ポークハムは、牛肉、鶏肉、卵、乳、大豆、小麦を含む他製品と同 工場で製造	食べられる	配膳しない	センター除去食を食べる 代替食持参する 代替食持参しない 弁当持参する	
	1.9	にら菜スープ						鶏肉 にんじん 春雨(甘藷でん粉 馬鈴薯でん粉) たまねぎ にら 中華だし(食塩 デキストリン ポークエキスパウダー【大豆 豚肉】 砂糖 チキンエキスパウダー【鶏肉】 ジンジャーパウダー 調味動物 油脂【鶏肉】 オニオンパウダー チキンパウダー【鶏肉】 こしょう ガーリックパウダー 発酵酵母エキスパウダー 調味料(アミノ酸等) pH調整剤) こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 酒 食塩 米油	食べられる	配膳しない	センター除去食を食べる 代替食持参する 代替食持参しない 弁当持参する	