

令和6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	
		提出先 学校	連絡先 - -
提出締め切り	5月14日(火)	保護者氏名	

※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	
3 月	594	ごはん 牛乳	照り焼きチキン						○ ☆鶏肉ももたれ漬(鶏肉【鶏肉】 醤油【小麦 大豆】 米発酵調味料 ぶどう糖果糖液糖 砂糖 味噌【大豆】 蛋白加水分解物【大豆】 ソ ルビトール 調味料(アミノ酸) 増粘剤(加工デンプン) カラメル色素 ベニコウジ色素)	食べられる	センター除去食を食べる	
			ツナと昆布のサラダ						○ だいこん 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)) きゅうり 塩昆布(こんぶ しょうゆ【小麦 大豆】 たんぱく加水分解物 砂糖 昆布エキス 食塩 調味料(アミノ酸等)) うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 米酢 米油 食塩 こしょう 三温糖	食べられる	センター除去食を食べる	
			いんげん豆の クリームスープ							○ いんげんまめ 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)											
4 火	637	わかめごはん						ごはん わかめごはんの素(わかめ 還元水あめ 食塩 昆布エキス 酵母エキスパウダー)	食べられる	センター除去食を食べる		
									配膳しない	代替食持参する		
										代替食持参しない		
										弁当持参する		
	637	いわし団子の 甘辛炒め					○	いわしボール(いわし 魚肉すりみ(たら 砂糖) タピオカ澱粉 砂糖 植物性油脂 醸造調味料 食塩 しょうが 酵母) 米油 根深ねぎ ピーマン にんにく れんこん水煮(れんこん 酸化防止剤(ビタミンC)) こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 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) 本みりん 酒 三温糖 馬鈴薯澱粉	食べられる	センター除去食を食べる		
									配膳しない	代替食持参する		
										代替食持参しない		
										弁当持参する		
	2.4	ちゃんぽんスープ						○	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)) たけのこ水煮(たけのこ グルコノデルタラクトン) チンゲンサイ にんじん りょくとうもやし きくらげ水煮(きくらげ グルコノデルタラクトン) 白湯スープの素(豚骨スープ【豚肉】 食塩 砂糖 オニオンエキス キャロットエキス ガーリックエキス 蛋白加水分解物【小麦 大豆】 調味料(アミノ酸等) 増粘剤(加工でん粉) 香辛料抽出物【大豆】) 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 ごま油【ごま】 ※たけのこ水煮、きくらげ水煮は、りんごを含む他商品と同工場で製造	食べられる	センター除去食を食べる	
										配膳しない	代替食持参する	
										代替食持参しない		
										弁当持参する		
		ヨーグルト ※ 除去食できません		○				☆生乳ヨーグルト(生乳【乳】 砂糖 乳酸菌) ※生乳ヨーグルトは、ゼラチンを含む他製品と同一ラインで製造	食べられる	センター除去食を食べる		
									配膳しない	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 水	597	ごはん 牛乳						○ ☆豆腐ハンバーグ(たまねぎ 豆腐【大豆】 鶏肉【鶏肉】 おから【大豆】 粒状植物性たん白【大豆】 植物油 にんじん 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 香辛料 しょうがペースト 加工デンプン 炭酸カルシウム 凝固剤 ピロリン酸第二鉄 安定剤(グァーガム)) 大根 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 本みりん しょうが 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
配膳しない	代替食持参しない										
	弁当持参する										
5 水	1.8	ごはん 牛乳						○ 牛肉 ごぼう こんにゃく にんじん さやいんげん いりごま こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 酒 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
配膳しない	代替食持参しない										
	弁当持参する										
5 水	1.8	ごはん 牛乳						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)) じゃがいも にんじん えのきたけ 根深ねぎ だしパック中厚削り(そうだがつお) 味噌【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
配膳しない	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)														
6 木	606	あごと豚肉の ドライカレー					○ △	豚肉 トビウオミンチ たまねぎ にんじん トマト水煮(トマト トマト ジュース 食塩 クエン酸) しょうが こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 酒 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 リン酸架橋デンプン カaramel I シヨ糖脂肪酸エステル クエン酸 香料) カレー粉(ターメリック コリ アンダー フェヌグリーク ブラックペッパー パプリカ ジンジャー フェネル クミン みかんの皮 カルダモン ディル ナツメグ シナモ ン 唐がらし クローブ スターアニス ホワイトペッパー ベイリーブス アジワフン オールスパイス セロリシード 甘草 タイム タラゴン オ レガノ セージ ローズマリー) 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) トマトケチャップ (トマト 果糖ぶどう糖液糖 醸造酢 たまねぎ 香辛料) 米油	△印の対応はできません △	△	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
											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
											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
											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	2.0	キャベツの コンソメスープ					○	キャベツ 根深ねぎ にんじん ぶなしめじ むき枝豆【大豆】ほうれ んそう 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) 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	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
											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
											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
		黒糖大豆						☆黒糖ビーンズ(大豆【大豆】黒糖) ※黒糖ビーンズは、ごま、アーモンドを使用した他商品と同一工場 で製造			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
											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
											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
											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

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)											
7 金	634	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										
									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		
									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		
	1.9							たまねぎ 根深ねぎ にんじん さといも 厚揚げ(豆乳【大豆】でん粉 ぶどう糖 揚げ油(植物油脂)トレハロース 豆腐用凝固剤) カットわかめ(わかめ 食塩) だしパック中厚削り(そうだがつお) 味噌【大豆】		食べられる		
								※カットわかめは、エビ、カニの生息域で採取		/	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

△ △

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)									
10 月	650	いわたしの梅煮					○	☆いわし梅煮(いわし 砂糖 しそ抽出液 しょうゆ【小麦 大豆】 本みりん 馬鈴薯でん粉 梅肉 食塩) ※いわしの梅煮は、さけ、さば、ごまを含む他製品と同工場で製造	食べられる	
			れんこんの ごまマヨあえ					○	チキンハム(鶏肉【鶏肉】 でん粉(えんどう タピオカ 馬鈴薯 もち米) 発酵調味料 食塩 砂糖 香辛料(コリアンダー グリーンペッパー オニオンパウダー メース ペパー) きゅうり れんこん水煮(れんこん 酸化防止剤(ビタミンC)) にんじん 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) こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 すりごま いりごま 食塩 ※チキンハムは、小麦、卵、乳、牛肉、大豆、豚肉、もも、りんご、ごまを含む他製品と同一工場で製造	食べられる
	かみなり汁					○	だいこん 木綿豆腐(大豆【大豆】 凝固剤(塩化マグネシウム 消泡剤【大豆】) 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 干しいたけ 葉ねぎ だしパック中厚削り(そうだがつお) 米油 本みりん うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩	食べられる		
	梅ゼリー							☆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	
	1.9								食べられる	

ごはん
牛乳

△印の対応はできません

△

△

△

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
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
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
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)											
11 火	622	ねぎ玉焼き ※ 除去食できません	○				○	☆厚焼玉子(白ねぎ入)(鶏卵【卵】 白ねぎ 砂糖 食塩 蜂蜜 醤油 【小麦 大豆】 こんぶだし みりん 蛋白質加水分解物 醸造酢 コ ンスターチ)	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		
	622	おからサラダ						ミックスビーンズ(黄大豆【大豆】 青大豆【大豆】 手亡 金時豆) お から【大豆】 キャベツ チンゲンサイ 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) 三温糖 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		
	1.9	ハヤシシチュー						豚肉 たまねぎ じゃがいも さやいんげん にんじん エリンギ ハヤ シルウ(コーンフラワー 砂糖 デキストリン 食塩 トマトパウダー オ ニオンエキスパウダー 酵母エキスパウダー コンスターチ 馬齢 しょでん粉 発酵トマトエキスパウダー 食用植物油 香辛料 ガー リックパウダー カラメル色素 ピロリン酸鉄 香料) 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 食塩 醸造酢 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) 赤 ワイン 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		

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 水	599	あじのカレーフライ △印の対応はできません△					○ △	開きあじ カレー粉(ターメリック コリアンダー フェヌグリーク ブラックペッパー パプリカ ジンジャー フェネル クミン みかんの皮 カルダモン デイル ナツメグ シナモン 唐がらし クローブ スターアニス ホワイトペッパー ベイリーブス アジョワン オールスパイス セロリシード 甘草 タイム タラゴン オレガノ セージ ローズマリー) こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 酒 米粉(うるち米) 馬鈴薯澱粉 米油 ※開きあじは、小麦、卵、いか、さば、山芋、大豆を含む他商品と同一工場で製造	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		
		△印の対応はできません△							食べられる		
		茎わかめのサラダ						茎わかめ だいこん キャベツ 塩中華ドレッシング(水あめ 砂糖 醸造酢 食用植物油 還元水あめ 食塩 発酵調味料 たん白加水分解物 にんにく 酵母エキスパウダー こんぶエキス こしょう 酵母エキス 酸味料 増粘剤(キサンタンガム) 香料) 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	2.2	除去食：ラーメンの除去 みそラーメン △印の対応はできません△					○	カットラーメン(小麦粉【小麦】 小麦たん白【小麦】 食塩 でん粉【小麦】 こんにゃく加工品 卵殻カルシウム【小麦】) 鶏肉 とうもろこし 根深ねぎ にんじん りょくとうもやし にら しょうが にんにく 豆乳【大豆】 味噌【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) うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 豆板醤(塩蔵唐辛子(とうがらし 食塩) そら豆加工品(そらまめ 米こうじ) 酒精 酸化防止剤(ビタミンC)) ごま油【ごま】 ※カットラーメンは、卵を含む他商品と同一工場で製造	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	

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)										
13 木	592	豚肉のキムチ炒め						<p>豚肉 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) たけのこ水煮(たけのこ グルコノデルタラクトン) たまねぎ さやいんげん こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 酒 三温糖 米油 馬鈴薯澱粉</p> <p>※キムチは、ごまを含む他製品と同工場で製造 ※たけのこ水煮は、りんごを含む他商品と同工場で製造</p>	<input checked="" type="checkbox"/> 食べられる <input type="checkbox"/> センター除去食を食べる <input type="checkbox"/> 代替食持参する <input type="checkbox"/> 代替食持参しない <input type="checkbox"/> 弁当持参する		
			ごはん 牛乳	のりあえ					<p>ほうれんそう にんじん キャベツ 焼きのり(乾のり) こいくちしょうゆ【小麦 大豆】</p> <p>※乾のりは、えび、かにが生息している海域で採取 ※焼きのりは、小麦、海老、大豆、鯖を含む他商品と同一ラインで製造</p>	<input checked="" type="checkbox"/> 食べられる <input type="checkbox"/> センター除去食を食べる <input type="checkbox"/> 代替食持参する <input type="checkbox"/> 代替食持参しない <input type="checkbox"/> 弁当持参する	
		△印の対応はできません			△	△	△				
	1.8	<p>鮭つみれと みょうがのみそ汁</p> <p>△印の対応はできません</p>						<p>みょうが 骨まるごと鮭ボール(さけ【さけ】) たら 増粘剤(加工澱粉) 植物油脂 食塩 清酒 砂糖 酵母エキス) 厚揚げ厚揚げ(豆乳【大豆】) でん粉 ぶどう糖 揚げ油(植物油脂) トレハロース 豆腐用凝固剤) じゃがいも にんじん 煮干し(かたくちいわし 食塩) 味噌【大豆】</p> <p>※かたくちいわしは、えび、かにが混ざる漁法で採取</p>	<input checked="" type="checkbox"/> 食べられる <input type="checkbox"/> センター除去食を食べる <input type="checkbox"/> 代替食持参する <input type="checkbox"/> 代替食持参しない <input type="checkbox"/> 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 金	632	おからコロッケ ※ 除去食できません △印の対応はできません	△	△	△			○ ☆うの花コロッケ(ばれいしょ ごぼう にんじん たまねぎ おから【大豆】 ひじき 砂糖 しょうゆ【小麦 大豆】 イヌリン 発酵調味料 植物油 食塩 パン粉【小麦】 小麦粉【小麦】 でん粉 粉末状大豆たん白【大豆】) 米油 ※うの花コロッケは、卵、乳、えび、牛肉、鶏肉、豚肉、いか、さけ、ゼラチン、ごまを含む他商品と同一ラインで製造	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			
14 金	632	赤しそあえ						○ キャベツ きゅうり 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) 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			
14 金	ごはん 牛乳	大根とさつま揚げの煮もの △印の対応はできません	△	△	△	△	△	○ 鶏肉 平天(助宗たらすり身 イトヨリダイすり身 馬鈴薯澱粉 本みりん 昆布だし 砂糖 食塩 食用植物油) 高野豆腐(大豆【大豆】 豆腐用凝固剤 重曹 消泡剤製剤【大豆】) がんもどき(豆腐【大豆】 粉状大豆たん白【大豆】 植物油(なたね油) にんじん でん粉 米粉) だいこん 根深ねぎ にんじん こんにやく なす こまつな 三温糖 本みりん こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 酒 ※平天は、小麦、卵、乳、えび、かに、いか、大豆、ごま、やまいもを含む他商品と同一ラインで製造 ※がんもどきは、ごまを使用した他製品と同一ラインで製造	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			
14 金	1.7	味付けのり △印の対応はできません						○ ☆味付けのり(乾のり 砂糖 醤油【大豆】 風味だし(鰹削り節 昆布) 食塩 水あめ(コーンスターチ 馬鈴薯澱粉 甘しょ澱粉)) ※乾のりは、えび、かにが生息する海域で採取 ※味付けのりは、小麦、えび、大豆、鯖を含む他商品と同一ラインで製造	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			

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)									
17 月	617	さわらの 照り焼きソース						○ さわら 食塩 酒 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】三温糖 本みりん 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) 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 弁当持参する
	ごはん 牛乳	キャベツと わかめのナムル					○ キャベツ カットわかめ(わかめ 食塩) だいこん 韓国ナムルドレ ッシング(醸造酢 食用植物油【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))	食べられる		
	△印の対応はできません			△	△	※カットわかめは、エビ、カニの生息域で採取		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 ピーマン 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】ごま油【ごま】馬鈴薯澱粉 豆板醤(塩蔵唐辛子 (とうがらし 食塩) そら豆加工品(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	

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)										
18 火	634	ごはん 牛乳	△	△			△	☆ポテトとお米のささみカツ(鶏肉【鶏肉】 ポテトフレーク 米粉フレーク 食塩 香辛料(ブラックペパー) でん粉(とうもろこし) 植物繊維 酵母エキス 砂糖 植物油(なたね油 パーム油) 粉末状大豆たん白【大豆】 香辛料(ペパー) 加工でん粉 増粘剤(加工でん粉)) 米油	食べられる		
								△印の対応はできません	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
							△	※ポテトとお米のささみカツは、小麦、卵、乳、豚肉、ごまを含む他商品と同一ラインで製造	弁当持参する		
			△	△			△	切干大根 ポークハム(豚肉【豚肉】 馬鈴薯澱粉 食塩 水飴 香辛料) キャベツ かつお削りぶし(かつおのふし) こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 米酢 ごま油【ごま】 食塩	食べられる		
			△	△			△	※ポークハムは、牛肉、鶏肉、卵、乳、大豆、小麦を含む他製品と同一工場製造	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		
								たまねぎ こまつな にんじん なめこ 厚揚げ(豆乳【大豆】 でん粉 ぶどう糖 揚げ油(植物油脂) トレハロース 豆腐用凝固剤) 根深ねぎ だしパック中厚削り(そうだがつお) 味噌【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		
	1.7							☆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 酸化防止剤(ビタミンC) 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		
									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)									
19 水	637	さばの西京焼き					○ ☆まさば【さば】 味噌【大豆】 白みそ(米 大豆【大豆】 食塩 水あめ(コーンスターチ 馬鈴薯澱粉 甘藷澱粉) 酒精 調味料(アミノ酸等) ビタミンB2 漂白剤(次亜塩素酸ナトリウム)) 酒 本みりん うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖	△	食べられる	
		納豆あえ					○ ひきわり納豆(大豆【大豆】 納豆菌) キャベツ ほうれんそう 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	
	1.9	白玉汁					○ 鶏肉 たまねぎ 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)) 白玉だんご(もち米粉 加工でん粉 酵素【大豆】) こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 酒 食塩 本みりん だしパック中厚削り(そうだがつお)	△	食べられる	
20 木	635	牛肉の ケチャップソテー					○ 牛肉 トマト水煮(トマト トマトジュース 食塩 クエン酸) ごぼう にんじん 根深ねぎ トマトケチャップ(トマト 果糖ぶどう糖液糖 醸造酢 たまねぎ 食塩 香辛料) こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 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) 赤ワイン 三温糖 馬鈴薯澱粉	△	食べられる	
		あごちくわのサラダ					あごちくわ(飛魚 馬鈴薯澱粉 食塩 昆布エキス 酵母エキス) だいこん きゅうり ごまドレッシング(食用植物油脂【ごま 大豆】 砂糖 醤油【大豆】 醸造酢 ごま【ごま】 デキストリン 食塩 加工デンプン 酵母エキス 増粘多糖類 香辛料) こしょう 食塩	△	食べられる	
	1.8	コーンクリーム スープ					△ パセリ クリームコーン(スイートコーン 食塩 増粘剤(加工デンプン)) たまねぎ とうもろこし じゃがいも ミックスビーンズ(黄大豆【大豆】 青大豆【大豆】 手亡 金時豆) 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	
		△印の対応はできません		△		△ ※クリームコーンは、小麦、乳、大豆、鶏肉を含む他製品と同一ラインで製造		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 金	608	鮭の コチュジャン焼き 海藻サラダ △印の対応はできません						☆境港サーモン【さけ】 コチジャン(米みそ(大豆【大豆】 米 食塩 そらまめ) 水あめ 麦芽エキス 米こうじ調味料(液状ぶどう糖 醸造 アルコール 米こうじ 発酵調味料) 乾燥唐辛子 砂糖 酵母エキス パウダー(酵母エキス デキストリン)) 本みりん 酒 味噌【大豆】 ノ ンエッグマヨネーズ(食用植物油脂 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	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		
								食べられる	センター除去食を食べる		
								○ 海藻サラダ(茎わかめ わかめ 白とさか 昆布 赤とさか) チンゲン サイ だいこん 米油 米酢 三温糖 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩 こしょう ※海藻サラダの海藻は、えび、かにの生息域で採取	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	
								○ 豚肉 たまねぎ りょくとうもやし にんにく たら 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)) にんじん 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 ごま油【ご ま】	食べられる	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	
24 月	598	肉団子						☆うす味照焼肉団子(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 砂糖 酵母 エキス にんにくペースト 食塩 ぶどう糖 香辛料 しょうがペースト 加工デンプン セルロース ピロリン酸第二鉄 揚げ油(なたね油) 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 (加工デンプン キサンタンガム) カラメル色素)	食べられる	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		
								○ ほうれんそう キャベツ にんじん すりごま いらごま こいくちしょう ゆ【小麦 大豆】 三温糖	食べられる	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	
								鶏肉 だいこん さといも こんにゃく 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)) 大豆ペースト 【大豆】 ごま油【ごま】 だしパック中厚削り(そうだがつお) 味噌【大 豆】 酒 ※大豆ペーストは、やまいも、小麦、乳、鶏肉、豚肉、りんごを含む他 商品と同一工場製造	食べられる	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	
								△ みたけ汁 △印の対応はできません	食べられる	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	

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)										
25 火	606	ごはん 牛乳						○ 鶏肉 じゃがいも たまねぎ さやいんげん にんにく こいくちしょうゆ 【小麦 大豆】米酢 本みりん 三温糖 酒 米油 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		
								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) ナタデココ(ナタデココ 砂糖 難消化性デキストリン(水溶性食物繊維) ぶどう濃縮果汁 酸味料 香料)	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		
	1.3							豚肉 にんじん りょくとうもやし だいこん チンゲンサイ トマト水煮(トマト トマトジュース 食塩 クエン酸) レモン果汁(レモン) 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 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		
26 水	590	ごはん 牛乳						○ ☆赤かれい 馬鈴薯澱粉 米油 米酢 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		
								キャベツ こんにゃく にんじん 白あえの素(豆腐【大豆】 植物油 砂糖 すりごま【ごま】 還元水あめ 食塩 しょうゆ【小麦 大豆】 pH調整剤 調味料(アミノ酸等) 増粘多糖類 豆腐用凝固剤) すりごま うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 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		
	1.7							洗いもずく(もずく pH調整剤) 干しいたけ にんじん ほうれんそう 鶏卵 根深ねぎ 馬鈴薯澱粉 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 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		
								※もずくはえび、かにかが混ざる漁法で採取			

除去食：卵の除去

もずくのかき玉汁

△印の対応はできません

△ △

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)									
27 木	664	さばの塩焼き						☆塩鯖(さば【さば】 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	
			小松菜ともやしの 磯あえ						○ こまつな りょくとうもやし にんじん くきわかめ佃煮(茎わかめ 醤油【小麦 大豆】 砂糖 水飴 みりん) こいくちしょうゆ【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
	2.5	新じゃがのうま煮					○ 豚肉 じゃがいも たまねぎ にんじん こんにゃく がんもどき(豆腐【大豆】 粉状大豆たん白【大豆】 植物油(なたね油) にんじん でん粉 米粉) むき枝豆【大豆】 三温糖 酒 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 ※がんもどきは、ごまを使用した他製品と同一ラインで製造	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		
28 金	657	揚げシューマイ ※ 除去食できません △印の対応はできません	△	△	△	△		○ ☆ポークしょうまい(豚肉【豚肉】 たまねぎ パン粉【小麦】 でん粉 しょうがペースト 砂糖 食塩 酵母エキス ポークエキス 香辛料 小麦粉【小麦】 還元水あめ) 米油 ※ポークシューマイは、えび、かに、卵、乳成分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	
		かつお節と じゃこの佃煮 △印の対応はできません					△	△	○ かつおぶし(そうだかつお) ちりめんじゃこ(いわし類の稚魚) 刻み 昆布 いりごま だいこん にんじん ピーマン 三温糖 酒 本みりん こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 ごま油【ごま】 ※ちりめんじゃこは、えび 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 代替食持参する 代替食持参しない 弁当持参する
	1.9	皮付き野菜の みそ汁						さつまいも 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)) なす にんじん ごぼう キャベツ だしパック中厚削り(そうだがつお) 味噌【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	