

令和8年1月 詳細献立表(アレルギー)

城西小学校

917-3472

学校給食の
基準量 E=エネルギー 650 Kcal P=タンパク質 21.1~32.5 g F=脂質 14.4~21.7 g

※「詳細献立表」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。

表示義務(特定原材料)8品目		その他	
たまご、乳、小麦、落花生(ピーナツ)、エビ、ソバ、カニ、くるみ		大麦、ナツツ類全般、生のくだもの、いくら、たらこ、いか、ししゃも、ほたて	
※醤油と酢に含まれる「小麦」は表示しておりませんが、微量の小麦成分が含まれております。			
※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。			
※給食を食べる前に、必ず内容を確認してください。			
※材料、天候等により、献立を変更する場合があります。			
※配合表を基に表記しているため、表示義務8品目以外の食品については表記されていない場合もあります。			
※給食で使用するもしくやーサ、チリメンなどにエビ・カニが混ざる可能性があります。			

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	調味料由来
6	火	牛乳	ごはん 赤魚のみそ汁 タマネギチャンブルー 紅芋ごま団子	米 赤魚,豆腐,白みそ 鶏肉,厚揚げ,かつお節 紅芋,もち粉,さとうごま,でんぶん,油	とうがん,人参,生姜 キヤベツ,玉ねぎ,もやし,人参	
		牛乳	ウチナー七草がゆ	豚肉	米	山東葉小松菜,バクチヨイからし葉,葉だいこん, にも大根,ほうれんそう
		牛乳	さばの照焼き フーフィーチー ^{ミルヌード}	さば 卵,豚肉,麺(小麦)	砂糖 油 さとうココア	生姜 キヤベツ,人参,玉ねぎ
		牛乳	ごはん マー婆豆腐 もやしのナムル りんご	豚肉,鶏レバー,大豆,豆腐,みそ	米 油,砂糖,でんぶん 砂糖,ごま,ごま油	にんにく,生姜,玉ねぎ,人参,たけのこ,にら,木くらげ もやし,小松菜,人参,こんにゃく りんご
9	金	牛乳	カレーランド ブロッコリーのジャコサラダ さつまいの天ぷら	豚肉,鶏レバー,かまぼこ,油揚げ じらす,かまぼこ	うどん(小麦),油 卵なしマヨネーズ,砂糖	しょうが,にんにく,人参,玉ねぎ,長ねぎ ブロッコリー,きゅうり,コーン
13	火	牛乳	ごはん 豚肉と白菜のあんかけ 小松菜の磯香和え 沖縄せんざい(大麦いり)	豚肉,みそ ちくわ,のり 金時豆	米 油,砂糖,でんぶん 砂糖,ごま油	にんにく,生姜,椎茸,白菜,玉ねぎ,人参,にら 小松菜,もやし,人参
14	水	牛乳	きな粉揚げパン 米粉のクリームシチュー ブロッコリーのおかか和え	脱脂粉乳,きな粉 鶏肉,白花豆,白いんげん豆,脱脂粉乳 ちくわ,かつお節	小麦粉,砂糖,油,黒糖 油,じゃがいも,米粉,生クリーム 砂糖,ごま油	白菜,玉ねぎ,人参 ブロッコリー,もやし,こんにゃく,人参
15	木	牛乳	五目炊き込みご飯 黒産マグロののまみそ焼き いりたまどふ	鶏肉,かまぼこ,油揚げ ごま,卵なしマヨネーズ たまご,鶏肉,豆腐,高野豆腐	米,油 ごま,卵なしマヨネーズ 油	椎茸,ごぼう,人参,ねぎ 生姜 玉ねぎ,人参,椎茸,えだまめ
16	金	牛乳	ごはん うちなーみそ汁 イワジの生姜煮 チーズおから	豚肉,豆腐,みそ いわし 鶏肉,おから,チーズ,豆乳	米 砂糖,でん粉 砂糖,油	とうがん,バクチヨイ,しめじ,人参 生姜 人参,玉ねぎ,ねぎ
19	月	牛乳	クファジューシー さわらのシーケンサー焼き ウサギ タコカツ	豚肉,かまぼこ,油揚げ さわら,白みそ 茎わかめ	米,油 卵なしマヨネーズ,砂糖 ごま,砂糖	人参,ねぎ,しょうが シークヮーサー ^{もやし} もやし,きゅうり,小松菜 タコカツ
20	火	牛乳	ごはん もずく丼 チムシンドジ 黒糖ちんすこう	もずく,豚肉,大豆 豚肉,豚レバー,かまぼこ	米 油,砂糖,でんぶん 油,じゃがいも	生姜,玉ねぎ,人参,赤ビーマン,ビーマン,コーン にんにく,生姜,人参,にら
21	水	牛乳	肉野菜そば(沖縄そば) 肉野菜そば(肉野菜スープ) るくじゅーのおかか和え いちご(1個)	豚肉,かまぼこ 厚揚げ,かつお節	沖縄そば(小麦) 油,でんぶん 砂糖,ごま油	しょうが,キャベツ,人参,ねぎ きゅうり,白菜,こんにゃく いちご
22	木	牛乳	黒米ごはん イナムクウチ クーブリチー ^{ミルク} 紅芋ムーチー	豚肉,かまぼこ,白みそ 豚肉,昆布,かまぼこ,油揚げ	米,黒米 砂糖,油	こんにゃく,椎茸 千切大根,こんにゃく,人参
23	金	牛乳	ゆかりご飯 中味汁 ミタル 白和え シークヮーザゼリー	豚なかも,豚肉 豚肉 鶏肉,ひじき,豆腐,大豆 砂糖	米,砂糖 椎茸,こんにゃく,生姜 生姜 小松菜,人参,こんにゃく シークヮーザー果汁	しそ 椎茸,こんにゃく,生姜 生姜 小松菜,人参,こんにゃく シークヮーザー果汁
26	月	牛乳	ピタパン 米粉クリームコーンシチュー チーズチリビーンズ バナナ(1/2)	脱脂粉乳 鶏肉,スキムミルク(乳) ウインナー(乳),鶏レバー,大豆,チーズ(乳) バナナ(1/2)	小麦,砂糖,油,小麦粉,生大葉 じゃがいも,油,米粉,生クリーム 砂糖,油,でんぶん	玉ねぎ,人参,コーン 玉ねぎ,小松菜トマト,にんにく バナナ
27	火	牛乳	ごはん すいぎょうざスープ 春巻き 大根の甘酢和え	豚肉,とり肉,大豆 豚肉 ちくわ	米 砂糖,小麦粉,油 油,ラード,小麦粉,はるさめ,でんぶん,砂糖,米 粉,あめ,ショートニング 砂糖,ごま油	キャベツ,ねぎ,しょうが,白菜,人参,長ねぎ にんじん,たまねぎ,キャベツ,生姜,しいたけ 大根,きゅうり,こんにゃく,人参
28	水	牛乳	ごはん 塩豚肉じゃが たくあんのごまあえ カルブッシュ	豚肉 いわし	米 油,じゃがいも,ごま油,砂糖 ごま,砂糖 でんぶん,さとうごめ粉	にんにく,こんにゃく,玉ねぎ,人参,いんげん だいこん,もやし,きゅうり 大根,きゅうり,こんにゃく,人参
29	木	牛乳	ミートトマトスパゲッティ ポテトのチーズがらめ いろどりサラダ	豚肉,牛肉,鶏レバー,大豆 チーズ(乳),ウインナー きはだまぐろ	スパゲッティ(小麦),油 じゃがいも,油 卵なしマヨネーズ,砂糖	にんにく,人参,玉ねぎ,マッシュルーム,トマト 玉ねぎ,人参 ブロッコリー,きゅうり,キャベツ,人参,コーン
30	金	牛乳	ごはん 米粉チキンカレー 大根コーンサラダ いちごクレープ(乳・卵なし)	豚肉,鶏レバー きはだまぐろ 大豆粉	米 油,じゃがいも,米粉 卵なしマヨネーズ,砂糖 豆乳,油,砂糖,米粉,でんぶん,水あめ	生姜,にんにく,玉ねぎ,人参,なす 大根,きゅうり,コーン いちご,レモン果汁