

2022 3月 詳細献立

羽地学校給食センター

★お知らせ★ 台風等の天候や材料の都合により、献立を変更することがあります。その際は、学校からの献立変更のお知らせをご確認ください。

日 曜日	献立名	3つのグループ			の備きと使用食材名
		赤 おもに血・肉・骨となる 1・2群(たんぱく質・無機質)	緑 おもに体の調子を整える 3・4群(ビタミン・無機質)	黄 おもに力や熱となる 5・6群(炭水化物・脂質)	
1/火	きな粉揚げパン	きな粉(大豆)			コッパン(小麦 乳 大豆) 粉アーモンド 黒糖 三温糖 サラダ油
	ミネストローネ	ベーコン(豚肉 大豆) 白いんげん豆	セロリ 人参 玉葱 キャベツ トマト缶 にんにく		三温糖 マカロニ(小麦) さつま芋 じゃが芋 こめ油
	いんげんソテー	豚肉	ブロッコリー インゲン 人参 にんにく		こめ油
	オレンジ		オレンジ		
2/水	ペペロンチーノ	ベーコン(豚 大豆 乳 卵) 鶏肉	人参 キャベツ チンゲン菜 いんげん にんにく		スパゲッティー(小麦) バター オリーブ油
	寒天と海藻サラダ	海藻サラダ あお豆 ツナ	パパイア 人参		やまいも 三温糖
	りんごのキャラメルケーキ	卵	りんご		三温糖 バター 小麦粉 きび糖
3/木	ちらし寿司	白かまぼこ(大豆 小麦) 錦糸卵 海苔	きゅうり たくあん漬		米 麦 ごま
	赤だし	豆腐 あさり わかめ 赤だし(大豆 さば 鶏肉)	みつば		
	ぶりの柚子味噌マヨ焼き	ぶり 白みそ	ゆず		三温糖 ノンエッグマヨ
	ひしもち				ひしもち(28品目なし)
4/金	キムタクごはん	豚肉 あお豆 ちりめん	白菜キムチ(小麦 りんご 大豆 さば) たくあん 玉ねぎ しょうが にんにく 干切大根		米 麦 ごま油
	ケランマリ(韓国風玉子焼き)	卵	長ねぎ 人参 にはら にんにく		こめ油
	さきイカナムル	さきイカ	きゅうり パパイア 大根 人参 小松菜		三温糖 ごま ごま油
	くだもの		いちご		
7/月	麦ごはん				米 麦
	勝つかレー(野菜カレー)		玉ねぎ 人参 ピーマン いんげん 南瓜 にんにく		じゃが芋 こめ油
	とんかつ	豚肉 卵			小麦粉 パン粉(小麦 大豆) サラダ油
	ガルバンゾーサラダ	ひよこ豆 ハム(豚肉 卵 大豆 乳)	きゅうり 赤ピーマン コーン		オリーブ油 三温糖
	プリン				プリン(乳 卵)
8/火	バーガーパン				バーガーパン(小麦 乳 大豆)
	おからハンバーグ	おから 鶏肉 豚肉 卵	玉ねぎ しめじ トマト缶		パン粉(小麦 大豆) でん粉 三温糖 ごま マヨネーズ(卵 大豆 りんご)
	スライスチーズ	スライスチーズ(乳)			
	キャベツサラダ		キャベツ 人参 きゅうり		三温糖 オリーブ油
	コーンスープ	鶏肉 脱脂粉乳	コーン 玉ねぎ 人参 パセリ		小麦粉 バター こめ油
9/水	焼きうどん	鶏肉 油揚げ なた(大豆 小麦)	人参 玉ねぎ えのき 白菜 小松菜		うどん(小麦) こめ油
	わかさぎの磯辺揚げ	わかさぎ 青のり			小麦粉 サラダ油
	じゃが芋のそぼろ煮	鶏肉 粒大豆	玉ねぎ 人参		じゃが芋 三温糖 でん粉 こめ油
	みかん		みかん		
10/木	タコライス(肉・ご飯)	牛肉 粒大豆	人参 玉葱 きくらげ にんにく トマト缶		米 麦 こめ油
	タコライス(チーズ・野菜)	チーズ(乳)	キャベツ		
	もずくスープ	もずく 豆腐	えのき にはら		
	小魚ナッツ	カエリ 糸けすり			アーモンド ごま 三温糖
	卒業祝いケーキ(中3のみ)	生クリーム(乳)	いちご マスカット ブルーベリー 黄桃缶		ケーキ(卵 小麦 乳成分 大豆 ゼラチン) チョコレート(乳 大豆)
11/金	わかめごはん	わかめ 大豆 鶏肉 白かまぼこ(大豆)	人参 ごぼう 椎茸 ねぎ		米 麦 こめ油
	魚と芋のコロコロ揚げ煮	ほき	玉葱 いんげん にはら 生姜		さつま芋 でん粉 こめ油 アーモンド サラダ油
	引き菜炒り	油揚げ	大根 人参 長ねぎ		こめ油 三温糖
	ずんだ餅	青豆 脱脂粉乳	グリーンピース		白玉餅(大豆) 三温糖
14/月	ピザトースト	チーズ(乳)	玉葱 ピーマン		食パン(小麦 乳 大豆)
	クリームスープ	鶏肉 ベーコン(豚 大豆 乳 卵) 脱脂粉乳	人参 クリームコーン マッシュルーム 玉葱 セロリ パセリ		じゃが芋 小麦粉 バター こめ油
	にんにくの芽ソテー	豚肉 ハム(豚肉 卵 大豆 乳)	にんにくの芽 人参 たけのこ		こめ油
	くだもの		いちご		
15/火	青豆ごはん	あお豆			米 麦
	デークニ汁	鶏肉	大根 人参 小松菜		
	御三味(豆腐・ごぼう・赤かまぼこ)	豆腐 赤かまぼこ(大豆)	ごぼう		サラダ油 三温糖
	ウサチー	ツナ	小松菜 きゅうり パパイア 人参		三温糖
	みかん		みかん		
16/水	海鮮あんかけ焼きそば	イカ エビ オーシャンキング(28品目なし)	白菜 玉ねぎ たけのこ きくらげ にはら 生姜 にんにく		中華麺(小麦 大豆) こめ油 ごま油 でん粉
	枝豆しゅうまい	シューマイ(大豆 鶏肉 豚肉 小麦 乳成分)			
	じゃが芋の中華和え		もやし きゅうり 赤ピーマン きくらげ		じゃが芋 三温糖 ごま油 ごま
17/木	ジャンボおにぎり(米・海苔)	海苔			米 麦
	ジャンボおにぎり(納豆みそ)	赤みそ 白みそ 納豆 ツナ			三温糖
	すまし汁	わかめ	冬瓜 長ねぎ みつば		
	魚のホイイル焼き	ほき 白みそ	玉ねぎ キャベツ 人参 えのき		バター 三温糖
	カリカリ油揚げの和え物	ちりめん 油揚げ	キャベツ きゅうり		サラダ油 三温糖
18/金	オムライス(ケチャップライス)	鶏肉 あお豆 ベーコン(豚肉 大豆)	人参 玉葱 コーン しめじ		米 麦 こめ油
	オムライスシート・ミニケチャップ	オムライスシート(卵)	ケチャップ		
	フライドポテト				じゃが芋 サラダ油
	ブロッコリーサラダ	ツナ	ブロッコリー きゅうり 赤ピーマン コーン		三温糖 オリーブ油
	すだちゼリー				すだちゼリー(28品目なし)

※予定詳細献立表は、食品表示法に定められている28品目のみとなっています。

乳・卵・小麦・そば・ピーナッツ・えび・かに・あわび・いか・いくら・オレンジ・キウイフルーツ・牛肉・くるみ・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン・バナナ・ごま・カシューナッツ・アーモンド の表示をしています。

※揚げ油(大豆)は、揚げ調理で複数回の調理に使用しています。 ※もやし・枝豆・あお豆の原料は、大豆です。 ※もずく・あおさ・のり等の海藻類や、アサリ等の二枚貝、しらす等の小魚類には、いかにえびかにの稚魚が混入していることがあります。

《よく使用する調味料のアレルギの一覧》

①醤油、薄口醤油(小麦・大豆) ②酢・特濃酢・ワインビネガー(小麦) ③ウスターソース(大豆・りんご) ④カレールウ(小麦・大豆・牛肉・鶏肉) ⑤豆腐・豆乳・おから・赤みそ・白みそ・麦みそ・甘みそ・油あげ・厚揚げ・大豆油(大豆)

⑥デミグラスソース(小麦・鶏肉) ⑦ウスターソース(大豆・りんご) ⑧バター(乳) ⑨ごま油(ごま・大豆) ⑩ノンエッグマヨネーズ(大豆) ⑪鶏だし骨(鶏肉・卵) ⑫豚だし骨(豚肉)