

# 2021 9月 詳細献立(アレルギー対応用)

# 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			の働きと使用食材名
		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 水	中華ちまき風炊き込みごはん	豚肉 ちりめん	椎茸 竹の子 長ねぎ 人参 生姜 にんにく	米 麦 もち米 こめ油	料理酒 醤油 オイスターソース こしょう がらチキン
	家常豆腐	厚揚げ(大豆) イカ 豚レバー 赤みそ(大豆)	玉葱 人参 たら きのこ しょうが しょうが しょうが	三温糖 ごま油 でん粉 こめ油	豆板醤 醤油 料理酒
	アーモンド入り中華和え	オーシャンキング	もやし きゅうり	三温糖 ごま油 アーモンド	醤油 酢
2 木	ゆかりごはん			米 麦	ゆかり
	じゃが芋のみそ汁	わかめ 赤みそ白みそ(大豆)	玉葱 えのき ねぎ		じゃが芋
	いわしの生焼き	いわし生焼き(小麦 大豆)			かつお節
3 金	小松菜のお浸し	油揚げ(大豆)	キャベツ 小松菜 人参 もやし	三温糖	醤油 かつお節 みりん
	盛岡じゃじゃ麺(鶏・野菜)		もやし きゅうり	うどん(小麦)	
	盛岡じゃじゃ麺(肉味噌)	豚肉	玉葱 長ねぎ きくらげ 竹の子 生姜	ごま油 三温糖 でん粉 白ごま	豆板醤 甜麺醤(小麦 大豆 ごま) かつお節 醤油
6 月	ししやも塩焼き	ししやも			料理酒
	きなこナッツ	きな粉(大豆)		アーモンド くるみ 三温糖	
	麦ごはん			米 麦	
7 火	あおさ汁	あおさ 豆腐(大豆)	ねぎ		昆布だし かつお節 醤油
	魚の豆マヨ焼き	ほき ミックスビーンズ 白いんげん豆	玉葱 コーン パセリ	エッグケア(大豆)	
	きんぴらごぼう	鶏肉	ごぼう 人参 こんにやく	白ごま 三温糖 こめ油	醤油 みりん かつお節
8 水	あみパン			あみパン(小麦 乳 大豆)	
	クラムチャウダー	あさり 脱脂粉乳	人参 玉葱 セロリ	じゃが芋 小麦粉 バター(乳)	がらチキン こしょう
	スパニッシュオムレツ	卵 ベーコン(豚肉 大豆) チーズ(乳)	玉葱 マッシュルーム 人参 ほうれん草	ポテトダイス こめ油	こしょう
9 木	豆コブサラダ	ミックスビーンズ	ブロッコリー カリフラワー	さつま芋 サラダ油 アーモンド	コブドレッシング(卵 乳 大豆)
	ぼろぼろじゅうし	ツナ もずく	小松菜 人参	米 麦 こめ油	醤油 かつお節
	ゴーヤンブシー	豚肉 厚揚げ(大豆) 白みそ赤みそ(大豆)	にがりり 冬瓜 人参	こめ油	醤油 かつお節
10 金	うむくじ天ぷら			うむくじ天ぷら(28品目なし) サラダ油	
	※県産バイン		バイン		
	もずく丼	もずく 豚肉	人参 玉葱 インゲン	三温糖 こめ油	醤油 豆板醤 かつお節 みりん
11 土	(麦ごはん)			米 麦	
	玉子スープ	卵 豆腐(大豆)	きくらげ 大根 えのき 小松菜	春雨 でん粉	醤油 がらチキン こしょう
	くるま鮎と鶏肉のナゲット	くるま鮎チキンナゲット(小麦 鶏肉 大豆)		サラダ油	
12 日	※県産バイン		バイン		
	箱子のミートソースペンネ	牛肉	玉葱 茄子 トマト缶 にんにく	ペンネ(小麦) サラダ油 オリーブ油 三温糖	ケチャップ ウスターソース(大豆 りんご) こしょう チキンブイヨン(鶏肉) 赤ワイン
	ガーリックフライドポテト			じゃが芋 サラダ油	ガーリックパウダー
13 月	ブロッコリーサラダ	ツナ	ブロッコリー きゅうり コーン 赤ピーマン	三温糖 オリーブ油	酢 こしょう
	ぶどう		ぶどう		
	アーモンドトースト	脱脂粉乳		食パン(小麦 乳 大豆) アーモンド 三温糖 はちみつ バター(乳)	
14 火	ポークビーンズ	ポークビーンズ(小麦 大豆 豚肉) 豚肉 大豆	人参 玉葱 ビーマン トマト缶	じゃが芋 こめ油	ケチャップ 赤ワイン がらチキン こしょう
	ほうれん草とコーンのソテー	ベーコン(豚 大豆 乳 卵)	ほうれん草 コーン	こめ油	醤油
	ペビーチーズ	チーズ(乳)			
15 水	赤飯	赤飯		米	
	なにかみ汁	豚肉	こんにやく 椎茸 ねぎ 生姜		かつお節 がらチキン 醤油
	野菜の白みそ和え	白みそ(大豆)	人参 もやし 小松菜 角切大根	エッグケア(大豆) 三温糖	特濃酢
16 木	レモン風味のサーターアンダギー	卵	レモン果汁 ゆず皮	小麦粉 三温糖 サラダ油	ベーキングパウダー
	カレーうどん	鶏肉	人参 玉葱 小松菜 しめじ	うどん(小麦) こめ油	醤油 カレールウ かつお節
	白花生コロッケ	白花生コロッケ(乳 小麦 大豆)		サラダ油	
17 金	モーウイの和え物	モーウイ きゅうり 梅肉(りんご 大豆)		白ごま	醤油
	バナナ		バナナ		
	麦ごはん			米 麦	
18 土	粟米湯	卵	コーンクリーム 玉葱 ねぎ 生姜	ごま油 白ごま でん粉	がらチキン
	酢魚	ほき 大豆	玉葱 ビーマン	じゃが芋 サラダ油 三温糖 でん粉	醤油 ケチャップ 酢
	ハンサンスー	ハム(豚 卵 大豆 乳)	もやし きゅうり	春雨 三温糖 ごま油 ごま	薄口醤油
19 日	たんかんおもち			たんかんおもち(小麦 卵 大豆 アーモンド 乳成分)	
	もずくと大豆の炊き込みごはん	もずく 豚肉 大豆 ちきあぎ(大豆)	人参 ねぎ 椎茸	米 麦 こめ油	醤油 がらチキン
	県産車エビの塩焼き	くるまえび			
20 月	じゃが芋そぼろ煮	鶏肉 粒状大豆	玉葱 インゲン	三温糖 じゃが芋 でん粉 こめ油	醤油 かつお節
	梨		梨		
	麦ごはん			米 麦	
21 火	ゆし豆腐	ゆし豆腐(大豆) 白みそ(大豆)	ねぎ		かつお節
	スルルのシークワサーかけ	きびなご	シークワサー果汁	三温糖 小麦粉 でん粉 サラダ油	酢
	スンシーイリチー	昆布 豚肉 ちきあぎ(大豆)	竹の子 切干大根 こんにやく 人参 たら	三温糖 こめ油	醤油 みりん チキンブイヨン 料理酒
22 水	お月見もち			お月見餅(28品目なし)	
	塩焼きそば	豚肉	キャベツ 人参 玉葱 もやし ねぎ にんにく	中華麺(小麦 大豆) こめ油	こしょう
	豆のピリ辛炒め	鶏肉 大豆 レッドキドニー	玉葱 インゲン にんにく 生姜	でん粉 カシューナッツ サラダ油	醤油 ケチャップ 豆板醤
23 木	シークワサーゼリー	アガー	シークワサー果汁 バイン缶	グラニュー糖	
	秋の響りごはん	鶏肉 油揚げ(大豆)	人参 しめじ	米 麦 さつま芋 こめ油	料理酒 薄口醤油 かつお節
	秋刀魚の塩焼き	さんま	シークワサー		こしょう
24 金	白菜のおかか和え	糸げずり	白菜 もやし きゅうり	三温糖	醤油
	秋のフルーツヨーグルト	ヨーグルト(乳)	柿 りんご ぶどう缶 みかん缶	グラニュー糖	
	麦ごはん			米 麦	
25 土	シカムドゥチ	豚肉 かまぼこ(大豆)	こんにやく 大根 椎茸		がらチキン かつお節 醤油
	御三味	豆腐(大豆) 昆布 赤かまぼこ(大豆)		サラダ油 三温糖	醤油 みりん かつお節
	シマナーのウサチー	糸げずり	からしな もやし 人参	三温糖	醤油
26 日	青切りみかん		みかん		
	仲良しパン			仲良しパン(小麦 乳 大豆)	
	麦と野菜のスープ	ウインナー(豚肉)	玉葱 キャベツ 人参 セロリ コーン 生姜	押麦	がらチキン 薄口醤油 チキンブイヨン こしょう
27 月	魚のチーズホイール焼き	ほき チーズ(乳)	パセリ 赤ピーマン	エッグケア(大豆)	
	アスパラソテー	ベーコン(豚 大豆 乳 卵)	アスパラガス キャベツ 人参	こめ油	醤油
	紅芋クリーム	加工乳 生クリーム	シークワサー果汁	紅芋 バター(乳) 三温糖	
28 火	レタスチャーハン	ハム(豚 卵 大豆 乳) 卵	レタス 人参 玉葱 きくらげ	米 麦 こめ油 ごま油	醤油 こしょう
	図書コラボ(鶏肉のから揚げ)	鶏のから揚げ(小麦 鶏肉 大豆)		サラダ油	
	キャベツサラダ	オーシャンキング	キャベツ きゅうり コーン	オリーブ油 三温糖	酢 こしょう
29 水	柿		柿		
	麦ごはん			米 麦	
	赤だし	豆腐(大豆) あさり わかめ 赤だし(大豆 さば 鶏肉)	みつば		かつお節
30 木	しらす入り玉子焼き	ちりめん 卵	豆腐 赤ピーマン 玉葱	こめ油	醤油 みりん 料理酒
	もやしの辛子和え	ちくわ(大豆)	もやし 小松菜	白ごま 三温糖	ねりからし 特濃酢
	穀物ふりかけ			穀物ふりかけ(28品目なし)	

※調味料・調理加工品に関しては、アレルギー28品目(乳・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。ご了承ください。

①醤油、淡口醤油は、小麦・大豆を含みます。②酢・特濃酢は、小麦を含みます。③ウスターソースは、大豆・りんごを含みます。④カレー粉は、小麦・大豆・牛肉・鶏肉を含みます。⑤豆腐・豆乳・おから・赤みそ・白みそ・揚げ油は、大豆を含みます。⑥デミグラスソースは、小麦・鶏肉を含みます。⑦マーガリンは、乳・大豆・豚肉を含みます。⑧バターは、乳を含みます。⑨枝豆、もやしは大豆が原料となります。⑩ごま油は、ごま・大豆を含みます。

※もずく・あおさ・のり等の海藻類やしらす等に、いかにえび、かにの稚魚が混入していることがあります。 ※アレルギー表示義務・推奨食材ではありませんが、オイスターソースは、かきを含みます。