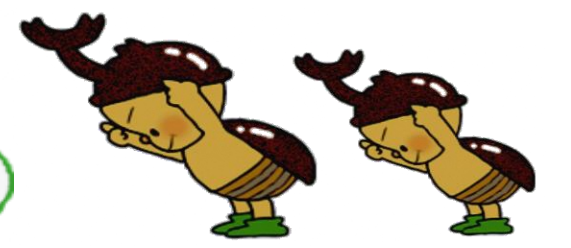




8・9月 こんだてのおしらせ



青森市小学校給食センター

実施日	こんだて			おもにエネルギーのもとになる食品	おもに体をつくる食品	おもに体の調子をととのえる食品	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	ひとこと
	主食	のりもの	おかずのり						
27 (月)	ごはん	牛乳	野菜とあさりのみそ汁・焼肉煮 ミニトマト(2こ)・はいがふりかけ	ごはん、さとう 米油、春雨 ふりかけ	牛乳、あさり みそ、ぶた肉	キャベツ、大根、にんじん 玉ねぎ、長ねぎ、しょうが 干しいたけ、ミニトマト ピーマン	602	25.8	<p>食べよう！夏野菜</p> <p>太陽の光をたくさん浴びて育った夏野菜は、ビタミンたっぷり！ 特にトマトやピーマン・かぼちゃなど、色の濃い野菜がおすすめ！ 夏の疲れを感じたら、野菜で元気をとりもどそう！給食にもたくさん出ますよ！</p>
28 (火)	麦ごはん	液状ヨーグルト(ブルーベリー)	マーボー豆腐・揚げギョウザ(2こ) リャンバンサンサー・県産中華ドレッシング	麦ごはん、さとう でんぷん、春雨 米油、ドレッシング	液状ヨーグルト とうふ、ギョウザ ぶたひき肉	キャベツ、にんじん 長ねぎ、にんにく しょうが、きゅうり	644	21.0	
29 (水)	ごはん	牛乳	なめこ汁・さばしょうが煮 野菜のごま炒め	ごはん ごま ごま油	牛乳、とうふ 油あげ、みそ さばしょうがに	なめこ、大根、長ねぎ 小松菜、にんじん 干しいたけ、もやし こんにゃく	638	25.6	
30 (木)	麦ごはん	牛乳	夏野菜カレー・みかんゼリー(学配) ツナサラダ・ノンオイル青じそドレッシング	麦ごはん ゼリー	牛乳、ぶたひき肉 チーズ まぐろ油づけ	玉ねぎ、なす、いんげん かぼちゃ、アップルソース キャベツ、きゅうり にんにく	723	22.9	
31 (金)	米粉パン	牛乳	ミネストローネ・チキン照り焼き ゆで野菜(コーン、にんじん、きゅうり)・ノンオイルイタリアンドレッシング	米粉パン、マカロニ じゃがいも	牛乳、とり肉 大豆、チキン照り焼き	トマト、玉ねぎ、にんじん パセリ、コーン、きゅうり	636	28.0	
3 (月)	ごはん	牛乳	なすのしょうがみそ汁 ます塩焼き・春雨の炒め物	ごはん、春雨 ごま ごま油	牛乳、あつあげ ます塩焼き ぶたひき肉 みそ	にんじん、えのきたけ 長ねぎ、しょうが、なす 干しいたけ、玉ねぎ いんげん	614	28.8	
4 (火)	麦ごはん	牛乳	トックスープ・なしゼリー(学配) 炒めピピンパッ	麦ごはん、さとう ごま油 トック、ゼリー	牛乳、あさり とうふ、みそ ぶたひき肉	キャベツ、干しいたけ 長ねぎ、もやし ぜんまい、にんじん 白菜、ほうれん草	684	24.9	
5 (水)	ごはん	牛乳	いももち汁・チキンメンチカツ ゆで野菜(小松菜、キャベツ)・野菜入り和風ドレッシング	ごはん、いももち 米油 ドレッシング	牛乳、油あげ チキンメンチカツ	にんじん、大根 ごぼう、長ねぎ 小松菜、キャベツ	664	21.6	
6 (木)	ごはん	牛乳	にら玉スープ・つくねハンバーグ 野菜炒め	ごはん 米油	牛乳、たまご つくねハンバーグ	もやし、にんじん、にら 干しいたけ、キャベツ 玉ねぎ、ピーマン、コーン	602	24.7	
7 (金)	食パン	牛乳	コーンポタージュ・りんごジャム プレーンオムレツ・野菜のトマトソース	食パン、じゃがいも バター、さとう ジャム	牛乳、とり肉 チーズ プレーンオムレツ	コーン、玉ねぎ、にんじん パセリ、大根、いんげん トマト	718	26.4	
10 (月)	ごはん	牛乳	豚汁・あじ塩焼き ゆで野菜(もやし、きゅうり)・和風乳化ドレッシング	ごはん じゃがいも ドレッシング	牛乳、ぶた肉 高野とうふ、みそ あじ塩焼き	白菜、ごぼう、にんじん こんにゃく、長ねぎ きゅうり、もやし	635	30.4	
11 (火)	ごはん	液状ヨーグルト(プレーン)	せんぎり汁・くしざしつくね(2こ) 小松菜とコーンの炒め物・アップルコンポート(学配)	ごはん バター	液状ヨーグルト ひじき、油あげ みそ くしざしつくね	キャベツ、コーン、長ねぎ 切り干し大根、にんじん 玉ねぎ、小松菜 アップルコンポート	593	23.6	
12 (水)	ごはん	牛乳	米粉めんのスープ・シュウマイ(2こ) ひき肉とキャベツの中華炒め	ごはん、米粉めん さとう、でんぷん	牛乳、とり肉 とうふ、シュウマイ ぶたひき肉	にんじん、長ねぎ 干しいたけ、キャベツ 竹の子、にんにく しょうが	637	25.1	
13 (木)	麦ごはん	牛乳	ポークカレー ごぼうサラダ・焙煎ごまドレッシング	麦ごはん、バター じゃがいも ドレッシング	牛乳、ぶた肉 粉チーズ	玉ねぎ、にんじん アップルソース きゅうり、ごぼう	712	24.0	
14 (金)	背割れコッペ	牛乳	じゃがいもとズッキーニのコンソメスープ・焼きハンバーグ 生野菜(キャベツ、きゅうり)・ケチャップ	せわれコッペ じゃがいも	牛乳、とり肉 ハンバーグ	ズッキーニ、きゅうり にんじん、キャベツ パセリ、玉ねぎ	601	27.4	
18 (火)	ごはん	牛乳	せんべい汁・さば照り焼き ゆで野菜(もやし、小松菜)・ぼん酢	ごはん せんべい	牛乳、とり肉 さば照り焼き	大根、にんじん ごぼう、まいたけ 長ねぎ、もやし、小松菜	602	27.6	
19 (水)	ごはん	りんごジュース	どさんこ汁・ほうれん草入り厚焼きたまご 煮あえっこ【青森県の郷土料理】・大豆小魚	ごはん じゃがいも 米油	とり肉、みそ、牛乳 とうふ、わかめ 大豆小魚 ほうれん草入りあつ焼きたまご	りんごジュース、にんじん コーン、長ねぎ、大根 ごぼう、わらび	583	18.9	
20 (木)	ごはん	牛乳	ほたてのみそ汁 ぼうぎョウザ・きんぴらごぼう	ごはん ごま ごま油	牛乳、ほたて、みそ 油あげ、さつまあげ とうふ、ぼうぎョウザ	にんじん、大根、長ねぎ しょうが、ごぼう こんにゃく	630	25.2	
21 (金)	りんごパン	牛乳	豆乳スープ・チーズ入りささみフライ シャーマンポテト	りんごパン、米油 じゃがいも、バター	牛乳、みそ ベーコン、豆乳 チキンボール チーズ入りささみフライ	キャベツ、ズッキーニ にんじん、パセリ 玉ねぎ	720	31.5	
25 (火)	ごはん	牛乳	えびボールと豆腐の中華スープ チンジャオロースー・十五夜みたらし団子(学配)	ごはん、ごま ごま油、でんぷん みたらしだんご	牛乳、えびボール とうふ、ぶた肉	もやし、干しいたけ 長ねぎ、竹の子 しょうが、ピーマン	639	24.6	
26 (水)	ごはん	牛乳	すき焼き煮・五目野菜の甘酢肉団子(2こ) 大根のサラダ・ノンオイル青じそドレッシング・カットりんご(学配)	ごはん さとう	牛乳、牛肉 高野とうふ 五目野菜の肉だんご	白菜、にんじん 玉ねぎ、長ねぎ 大根、コーン、りんご	642	24.9	
27 (木)	ごはん	牛乳	みそけんちん汁・たこメンチ揚げ ゆで野菜(キャベツ、平さやいんげん)・ソース	ごはん、ごま油 米油	牛乳、とうふ、みそ たこメンチ揚げ 油あげ	大根、にんじん、ごぼう こんにゃく、長ねぎ キャベツ、平さやいんげん	604	21.4	
28 (金)	米粉パン	牛乳	クラムチャウダー・スコッチエッグ 野菜ときのこのソテー	米粉パン じゃがいも バター	牛乳、あさり ベーコン、チーズ 白いんげん豆 スコッチエッグ	玉ねぎ、にんじん ほうれん草、しめじ コーン	765	30.9	

ズッキーニ

24日は十五夜



今月の青森産品

- 《青森市産》
米、りんご
- 《青森県産》
牛乳、パン、ごぼう
ほたて、牛肉
りんごジュース
平さやいんげん
アップルソース

- ◆ 教育委員会では、米飯給食の推進を図るため、6月から9月までの間、麺類の提供を休止しています。児童並びに保護者の皆様には、ご理解いただきますようお願いいたします。
- ◆ こんだては都合により変更する場合があります。
- ◆ ドレッシングやしょうゆ、ソースなどは各学級1本ずつ使用してください。
- ◆ 魚にはほねがあるので、気を付けて食べてください。
- ◆ (学配)と書かれているものは、業者から直接学校に配達されます。
- ◆ りんごジュースと液状ヨーグルトの容器は、業者が回収します。
- ◆ りんごジュースと液状ヨーグルト以外の容器は給食センターに返してください。
- ◆ 食物アレルギーがあり、自分で取り除いたり、おかずを持ってきている児童は、安全のため、おかわりはしないようにお願いします。

- * 青森市の給食には【そば、落花生、キウイフルーツ、バナナ、魚卵】を使用していません。(コンタミネーションの可能性はあります)
(コンタミネーション：原材料に使用していないが、工場内や製造ラインで使用されているため、わずかな量が混入する可能性があること。)
- * 青森市には、法律で表示が義務付けられている、あわび・まつだけのアレルギーを持つ児童はいないので、表示していません。
- * 「詳細」には、特定原材料及び特定原材料に準ずる27品目については再掲し、また、それ以外に調査しているアレルギーについて記載しています。
- * ●は原材料由来のアレルギー、○はコンタミネーションとしてアレルギーが含まれている可能性があるものです。
また、コンタミネーションは法律で表示が義務付けられていないため、わかる範囲で表示しています。
- * ごはん、麦ごはん、麺類、パン類のコンタミネーションは、最大値を記載しておりますが、詳細は加工工場により異なります。
詳細は 青森市小学校給食センター (TEL: 017-766-5890) にお問合せください。

特定原材料及び特定原材料に準ずる27品目以外に調査しているアレルギーは、魚、魚類のだし、たこ、貝類、果物類、種実類、トマト、きゅうり、里芋です。

B群校

【8月27日(月)～9月7日(金)】

実施日	こんだて	特定原材料(表示義務)							特定原材料に準ずる(表示の義務)							詳細										
		えび	かに	小麦	そば	卵	乳	落花生	いか	いくら	オレング	カシューナッツ	キウイフルーツ	牛肉	くるみ		ごま	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	もも	やまいち	りんご	ゼラチン
27月	ごはん			○		○	○					○	○	○	○	○	○	○	○				○			乳
	牛乳						●																			乳
	野菜とあさりのみそ汁		○															●								あさり、調味料(大豆、かつおふしだし汁、かつお節粉末、かつお節エキス、かつおパウダー)
	焼肉煮			●								○	●		●	○	●			●			●			豚肉、調味料(小麦、ごま、大豆、りんご)
	ミニトマト(2こ)																									
はいがふりかけ		○	○	●		○	○							●	○	○	●	●		○						小麦、ごま、大豆、鶏肉、かつお節、かつおエキス、未焼成カルシウム(鱈の骨、ほたて貝)
28火	麦ごはん			○		○	○					○	○	○	○	○	○	○	○						○	乳、ブルーベリー果汁・果肉、アローニ果汁
	液状ヨーグルト(ブルーベリー)						●																			乳、ブルーベリー果汁・果肉、アローニ果汁
	マーボー豆腐			●								○	●		●	●	●	●	●							豆腐(大豆、焼成カルシウム(鱈や鯉の骨))、豚ひき肉、調味料(小麦、ごま、大豆、鶏肉、豚肉、魚醤パウダー(ほっけ、すけとうだら)、オイスターソース、トマト)
	揚げギョウザ(2こ)			●										●		●		●								小麦、ごま、大豆、豚肉
	リャンパンサンスー																									きゅうり
県産中華ドレッシング			●											●		●							●		小麦、ごま、大豆、魚醤(イワシ)、かつおぶしエキス、りんご酢、レモン濃縮果汁	
29水	ごはん			○		○	○					○	○	○	○	○	○	○	○						○	乳
	牛乳						●																			乳
	なめこ汁			○														●								豆腐(大豆)、油揚げ(大豆)、調味料(大豆、かつおふしだし汁、かつお節粉末、かつお節エキス、かつおパウダー)
	さばしょうが煮			●													●	●								小麦、さば、大豆
野菜のごま炒め			●											●		●									白いりごま、調味料(小麦、ごま、大豆、かつお節粉末、かつお節エキス、かつおパウダー)	
30木	麦ごはん			○		○	○					○	○	○	○	○	○	○	○						○	乳
	牛乳						●																			乳
	夏野菜カレー			●		●						○					●	●	●	○			●			豚ひき肉、牛乳(乳)、チーズ(乳)、アップルソース(りんご)、調味料(小麦、大豆、鶏肉、豚肉、かつお節エキス、魚醤加工品(いわし)、トマト)
	ツナサラダ(ツナ)																	●								大豆、きはだまぐろ
	ツナサラダ(キャベツ・きゅうり)																									きゅうり
	ノンオイル青じそドレッシング			●													●	●						●		小麦、大豆、そうだがつお削りぶし、さば削りぶし、かつおぶしエキス、かつおぶしエキス(粉末)、りんごピューレ
みかんゼリー																									みかん果汁	
31金	米粉パン			●		○	●						○		○								○	○	小麦、乳	
	牛乳						●																			乳
	ミネストローネ			●								○				●	●	●	●							マカロニ(小麦)、トマト、鶏肉、大豆、調味料(小麦、大豆、鶏肉、豚肉、トマト)
	チキン照り焼き			●													●	●								小麦、大豆、鶏肉
	ゆで野菜(コーン・にんじん・きゅうり)																									きゅうり
ノンオイルイタリアンドレッシング																	●	●							鶏肉、豚肉、魚醤(ほっけ、すけとうだら)	
3月	ごはん			○		○	○					○	○	○	○	○	○	○	○						○	乳
	牛乳						●																			乳
	なすのしょうがみそ汁																	●						○	厚揚げ(大豆)、調味料(大豆、かつおふしだし汁、かつお節粉末、かつお節エキス、かつおパウダー)	
	ます塩焼き																●									建ます
春雨の炒め物			●									○	●		●	●	●	●							豚ひき肉、白いりごま、調味料(小麦、ごま、大豆、鶏肉、豚肉、魚醤パウダー(ほっけ、すけとうだら)、トマト)	
4火	麦ごはん			○		○	○					○	○	○	○	○	○	○	○						○	乳
	牛乳						●																			乳
	トックスープ		○	●										●		●	●	●	●					●	あさり、豆腐(大豆)、調味料(小麦、ごま、大豆、鶏肉、豚肉、ゼラチン、魚醤パウダー(ほっけ、すけとうだら)、トマト)	
	炒めピピンパッ			●		○	○					○	●	●	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	豚ひき肉、白菜キムチ(小麦、さば、大豆、りんご、カツオエキス)、調味料(小麦、ごま、大豆、鶏肉、豚肉、魚醤パウダー(ほっけ、すけとうだら)、トマト)
なしゼリー																									なし果汁	
5水	ごはん			○		○	○					○	○	○	○	○	○	○	○						○	乳
	牛乳						●																			乳
	いももち汁			●														●								油揚げ(大豆)、調味料(小麦、大豆、かつおふしだし汁、かつお節粉末、かつお節エキス、かつおパウダー)
	チキンメンチカツ			●		○	○										●	●								小麦、大豆、鶏肉
ゆで野菜(小松菜・キャベツ)																										
野菜入り和風ドレッシング			●														●						●		小麦、大豆、りんご、魚醤(ほっけ、すけとうだら)、かつお節エキス、ブルー	
6木	ごはん			○		○	○					○	○	○	○	○	○	○	○						○	乳
	牛乳						●																			乳
	にら玉スープ			●		●											●	●	●	●						液卵(卵)、調味料(小麦、大豆、鶏肉、豚肉、トマト)
	つくねハンバーグ			●		●											●	●					●			小麦、卵、大豆、鶏肉、長芋、カカオ
野菜炒め			●														●	●	●						調味料(小麦、大豆、鶏肉、豚肉、トマト)	
7金	食パン			●		○	●						○		○									○	○	小麦、乳
	牛乳						●																			乳
	コーンポタージュ			●		●						○				●	●	●	●							鶏肉、チーズ(乳)、牛乳(乳)、バター(乳)、調味料(小麦、乳、大豆、鶏肉、豚肉、ほたてエキスパウダー、貝カルシウム(ほたて貝殻))
	プレーンオムレツ						●											●								卵、大豆
	野菜のトマトソース			●														●	●	●						調味料(小麦、大豆、鶏肉、豚肉、トマト)
	りんごジャム																							●		りんご

【裏面へ続きます】

☆☆☆ 食物アレルギーがあり、自分で取り除いたり、おかずを持ってきている児童は、安全のため、おかわりはしないようにお願いします。☆☆☆

- * 青森市の給食には【そば、落花生、キウイフルーツ、バナナ、魚卵】を使用していません。(コンタミネーションの可能性はあります)
(コンタミネーション：原材料に使用していないが、工場内や製造ラインで使用されているため、わずかな量が混入する可能性があること。)
- * 青森市には、法律で表示が義務付けられている、あわび・まつだけのアレルギーを持つ児童はいないので、表示していません。
- * 「詳細」には、特定原材料及び特定原材料に準ずる27品目については再掲し、また、それ以外に調査しているアレルギーについて記載しています。
- * ●は原材料由来のアレルギー、○はコンタミネーションとしてアレルギーが含まれている可能性があるものです。
また、コンタミネーションは法律で表示が義務付けられていないため、わかる範囲で表示しています。
- * ごはん、麦ごはん、麺類、パン類のコンタミネーションは、最大値を記載しておりますが、詳細は加工工場により異なります。
詳細は 青森市小学校給食センター (TEL: 017-766-5890) にお問合せください。

特定原材料及び特定原材料に準ずる27品目以外に調査しているアレルギーは、魚、魚類のだし、たこ、貝類、果物類、種実類、トマト、きゅうり、里芋です。

B群校
【9月10日(月)～9月28日(金)】

実施日	こんだて	特定原材料(表示義務)							特定原材料に準ずる(表示の義務)							詳細										
		えび	かに	小麦	そば	卵	乳	落花生	いか	いくら	オレンジ	カシューナッツ	キウイフルーツ	牛肉	牛乳		ごま	さば	大豆	鶏肉	豚肉	バナナ	もも	やまいちみ	りんご	ゼラチン
10月	ごはん			○		○	○					○	○	○	○	○	○	○	○					○		乳
	牛乳						●																			乳
	豚汁											○						●	○	●						豚肉、高野豆腐(大豆)、調味料(大豆、かつおふしだし汁、かつお節粉末、かつお節エキス、かつおパウダー)
	あじの塩焼き																									あじ
	ゆで野菜(もやし・きゅうり)																									きゅうり
和風乳化ドレッシング			●	●					●								●								小麦、卵、オレンジ、大豆、鰹エキス、みかん果汁	
11火	ごはん			○		○	○					○	○	○	○	○	○	○	○					○		乳
	液状ヨーグルト(プレーン)						●																			乳
	せんぎり汁																	●								油揚げ(大豆)、調味料(大豆、かつおふしだし汁、かつお節粉末、かつお節エキス、かつおパウダー)
	くしざしつくね(2こ)			●	●	●												●	●							小麦、卵、乳、大豆、鶏肉
	小松菜とコーンの炒め物			●	●	●												●	●	●						バター(乳)、調味料(小麦、大豆、鶏肉、豚肉、トマト)
アップルコンポート	○	○	○	○	○						○	○	○	○	○	○	○	○	○				●		りんご	
12水	ごはん			○		○	○					○	○	○	○	○	○	○	○					○		乳
	牛乳						●																			乳
	米粉めんのスープ			●								○	●	●	●	●	●	●	●							鶏肉、豆腐(大豆、焼成カルシウム(鱈や鯉の骨))、調味料(小麦、ごま、大豆、鶏肉、豚肉、魚醤パウダー(ほっけ、すけとうだら)、トマト)
	シューマイ(2こ)	○	○	●	○	○		○				○	○	○	○	○	○	○	○	○			○	○	小麦、大豆、豚肉	
ひき肉とキャベツの中華炒め			●								○	●	●	●	●	●	●	●							豚ひき肉、調味料(小麦、ごま、大豆、鶏肉、豚肉、魚醤パウダー(ほっけ、すけとうだら)、オイスターソース、トマト)	
13木	麦ごはん			○		○	○					○	○	○	○	○	○	○	○					○		乳
	牛乳						●																			乳
	ボークカレー			●	●	●					○			●	●	●	○	○	○				●		豚肉、牛乳(乳)、粉チーズ(乳)、バター(乳)、アップルソース(りんご)、調味料(小麦、大豆、鶏肉、豚肉、かつお節エキス、魚醤加工品(いわし)、トマト)	
	ごぼうサラダ	○	○	○	○	○					○	○	○	○	○	○	○	○	○					○		きゅうり
焙煎ごまドレッシング			●	●											●	●									小麦、卵、ごま、大豆	
14金	背割れコッペ			●	○	●									○	○							○	○	小麦、乳	
	牛乳						●																			乳
	じゃがいもとズッキーニのコンソメスープ			●								○					●	●	●							鶏肉、調味料(小麦、大豆、鶏肉、豚肉、トマト)
	焼きハンバーグ			●														●	●	●						小麦、大豆、鶏肉、豚肉
	生野菜(キャベツ・きゅうり)																									きゅうり
ケチャップ																									トマト	
18火	ごはん			○		○	○					○	○	○	○	○	○	○	○					○		乳
	牛乳						●																			乳
	せんべい汁			●	○	○	○					○	○		●	●	○						●		汁用せんべい(小麦、貝カルシウム(ほたて貝))、鶏肉、調味料(小麦、大豆、鶏肉、ゼラチン、かつおふし、そうだぶし、かつお酵素分解物、にぼし、かつおふしだし汁、かつお節粉末、かつお節エキス、かつおパウダー)	
	さば照り焼き			●													●	●								小麦、さば、大豆
	ゆで野菜(もやし・小松菜)																									
ぼん酢			●													●	●					●			小麦、大豆、かつおエキス、鰹節エキス、さばエキス、帆立エキス、あさりエキス、かきエキス、りんご酢、ゆず果汁、すだち果汁	
19水	ごはん			○		○	○					○	○	○	○	○	○	○	○					○		乳
	りんごジュース									○	○													●	○	りんご果汁
	どさんこ汁	○	○		●							○					●	●	○							鶏肉、牛乳(乳)、調味料(大豆、かつおふしだし汁、かつお節粉末、かつお節エキス、かつおパウダー)
	ほうれん草入り厚焼きたまご			○	○	●	○											●	○							卵、大豆
	煮あえっこ【青森県の郷土料理】			●														●						○		豆腐(大豆、焼成カルシウム(鱈や鯉の骨))、調味料(小麦、大豆、かつお節粉末、かつお節エキス、かつおパウダー)
大豆小魚	○	○	○	○	○												●								大豆、かたくちいわし	
20木	ごはん			○		○	○					○	○	○	○	○	○	○	○					○		乳
	牛乳						●																			乳
	ほたてのみそ汁																	●								ほたて貝、豆腐(大豆、焼成カルシウム(鱈や鯉の骨))、油揚げ(大豆)、調味料(大豆、かつおふしだし汁、かつお節粉末、かつお節エキス、かつおパウダー)
	ほうぎょう	○	○	●	○	○		○	○			○	○	○	○	○	○	○	○	○			○	○	小麦、大豆、鶏肉、豚肉	
きんぴらごぼう	○	○	●	○	○					○	○	○	○	○	○	○	○	○	○						さつま揚げ(大豆、肉肉すり身(すけそうたら、たちうお))、白いりごま、調味料(小麦、ごま、大豆、かつお節粉末、かつお節エキス、かつおパウダー)	
21金	りんごパン			●	○	●									○	○							●	○	小麦、乳、りんご	
	牛乳						●																			乳
	豆乳スープ			●														●	●	●						チキンボール(大豆、鶏肉)、豆乳(大豆)、調味料(小麦、大豆、鶏肉、豚肉、トマト)
	チーズ入りささみフライ			●	●	●												●	●							小麦、乳、大豆、鶏肉
	ジャーマンポテト			●	○	●												●	●	●						ベーコン(大豆、豚肉)、バター(乳)、調味料(小麦、大豆、鶏肉、豚肉、トマト)
25火	ごはん			○		○	○					○	○	○	○	○	○	○	○					○		乳
	牛乳						●																			乳
	えびボールと豆腐の中華スープ	●	○	●									●		●	●	●	●	●							えびボール(えび、スケソウダラすり身)、豆腐(大豆、焼成カルシウム(鱈や鯉の骨))、白いりごま、調味料(小麦、ごま、大豆、鶏肉、豚肉、魚醤パウダー(ほっけ、すけとうだら)、トマト)
	チンジャオロースー			●								○	●	●	●	●	●	●	●							豚肉、調味料(小麦、ごま、大豆、鶏肉、豚肉、魚介エキス(ほっけ、すけとうだら)、かき、ほたてエキス、魚醤パウダー(ほっけ、すけとうだら)、トマト)
十五夜みたらし団子			●		○						○	○		●		○	○					○	○	小麦、大豆		
26水	ごはん			○		○	○					○	○	○	○	○	○	○	○					○		乳
	牛乳						●																			乳
	すきやき煮			●								●					●	○	○							牛肉、高野豆腐(大豆)、調味料(小麦、大豆、かつお節粉末、かつお節エキス、かつおパウダー)
	五目野菜の甘酢肉団子(2こ)																	●	●	●				●		大豆、鶏肉、豚肉、りんごジュース
	大根のサラダ																	●	●							小麦、大豆、そうだがつお削りぶし、さば削りぶし、かつおぶしエキス、かつおぶしエキス(粉末)、りんごビュレ
ノンオイル青じそドレッシング			●														●	●								
カットりんご									○	○														●	りんご	
27木	ごはん			○		○	○					○	○	○	○	○	○	○	○					○		乳
	牛乳						●																			乳
	みそけんちん汁														●	●										豆腐(大豆)、油揚げ(大豆)、調味料(ごま、大豆、かつおふしだし汁、かつお節粉末、かつお節エキス、かつおパウダー)
	たこメンチ揚げ	○	●	○	○	○		○			○	○	○	○	○	○	○	○	○				○	○	小麦、大豆、助宗すり身、たこ	
	ゆで野菜(キャベツ・平さやいんげん)			○	○	○																				
ソース																									魚醤(片口鰹)、かつお節エキス、オイスターエキス、バインアップル、ぶどう(ワインビネガー)、トマト	
28金	米粉パン			●	○	●									○	○								○	○	小麦、乳
	牛乳						●																			乳
	クラムチャウダー		○	●	○	●												●	●	●						あさり、ベーコン(大豆、豚肉)、牛乳(乳)、チーズ(乳)、調味料(小麦、乳、大豆、鶏肉、豚肉、貝カルシウム(ほたて貝殻)、魚醤加工品(いわし)、トマト)
	スコッチエッグ			●	●							○					●	●	○							小麦、卵、大豆、鶏肉、かつお風味調味料
	野菜ときのこのソテー			●	○	●											●	●	○	○	○	○	○	○		バター(乳)、調味料(小麦、大豆、鶏肉、豚肉、トマト)

☆☆☆ 食物アレルギーがあり、自分で取り除いたり、おかずを持ってきている児童は、安全のため、おかわりはしないようにお願いします。☆☆☆