

8・9月 こんだてのおしらせ

青森市単独給食実施校

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	のみもの	おかずのい						
27 (月)	ごはん	牛乳	野菜とあさりのみそ汁、焼き肉煮 ミニトマト(2個)	ごはん、さとう ごめ油	牛乳、あさり みそ、ぶた肉	キャベツ、大根、にんじん 長ねぎ、しょうが、玉ねぎ 干しいたけ、ピーマン もやし、ミニトマト	542	24.7	夏野菜
28 (火)	ごはん	液体ヨーグルト アルメー	麻婆豆腐、揚げ 餃子(2個) リャンバンサンデー、県産中華ドレッシング	ごはん、さとう でんぷん、ごめ油 はるさめ ドレッシング	液体ヨーグルト とうふ、みそ キョーザ 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	690	22.6	トマトやきゅうりなど、 夏にとれる野菜には、体の 熱を冷ましてくれる働き
29 (水)	ごはん	牛乳	なめこ汁、さばのしょうが煮 小松菜とにんじんのごま炒め	ごはん じゃがいも 白いりごま ごま油	牛乳、とうふ 油あげ、みそ さばのしょうが煮	なめこ、大根、長ねぎ 小松菜、にんじん もやし、こんにやく 干しいたけ	607	23.1	や、ビタミンがたっぷり まわっています。8月・9月 の献立にも夏野菜を使っ た料理を取り入れています。
30 (木)	麦ごはん	牛乳	夏野菜カレー、わかめサラダ ノンオイル青じそドレッシング、みかんゼリー	麦ごはん みかんゼリー	牛乳 ぶたひき肉 チーズ、わかめ	玉ねぎ、なす いんげん、かぼちゃ アブラソース キャベツ、にんじん	696	21.1	栄養満点の夏野菜を食 べて、夏の疲れを吹き飛ばし ましょう!
31 (金)	米粉パン	牛乳	ミネストローネ、チキン照焼き ゆで野菜(キャベツ、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 チキン照焼き	トマト、玉ねぎ にんじん、パセリ キャベツ、きゅうり	615	29.1	
3 (月)	ごはん	牛乳	なすのしょうがみそ汁、ますの塩焼き はるさめ、いたもの 春雨の炒め物	ごはん、はるさめ じゃがいも 白いりごま ごま油	牛乳、油あげ みそ、ぶたひき肉 ますの塩焼き	えのきたけ、にんじん 長ねぎ、なす、しょうが 玉ねぎ、干しいたけ 平さやいんげん	619	29.3	
4 (火)	麦ごはん	牛乳	もずくスープ、ピピンパッの具 黒糖大豆	麦ごはん さとう ごま油	牛乳、もずく あさり、とうふ ぶたひき肉 みそ、黒糖大豆	だけのこ、干しいたけ 長ねぎ、ほうれん草 ぜんまい、にんじん もやし、はくさいキムチ	577	25.8	十五夜
5 (水)	ごはん	牛乳	いもち汁、ポークメンチカツ 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 いもち ごめ油 ドレッシング	牛乳、油あげ ポークメンチカツ	にんじん、大根 ごぼう、長ねぎ 小松菜、キャベツ	671	21.0	十五夜は旧暦の8月15 日前後に訪れる満月に行わ れるため、十五夜といま す。
6 (木)	ごはん	牛乳	にら玉スープ、つくねハンバーグ 野菜のコンソメ炒め	ごはん、ごめ油 でんぷん	牛乳、たまご つくねハンバーグ	キャベツ、にんじん 干しいたけ、にら もやし、玉ねぎ ピーマン、コーン	604	25.7	今年の十五夜は9月24 日です。給食では、十五夜 にちなんで、25日に和梨 ゼリーがです。
7 (金)	食パン	牛乳	コーンポタージュ、プレーンオムレツ 野菜のトマトソース、りんごジャム	食パン、バター じゃがいも さとう りんごジャム	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	729	29.1	
10 (月)	ごはん	牛乳	豚汁、いわしのオレンジ煮 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 油あげ、みそ いわしのオレンジ煮	はくさい、ごぼう にんじん、長ねぎ こんにやく、もやし きゅうり	614	24.4	
11 (火)	ごはん	牛乳	せんぎり汁、串さしつくね(2個) 小松菜とコーンの炒め物	ごはん ごめ油	液体ヨーグルト ひじき、油あげ みそ、いが 串さしつくね	キャベツ、にんじん 切り干し大根 もやし、長ねぎ 小松菜、コーン	540	24.3	*おしらせ*
12 (水)	ごはん	牛乳	米粉麺のスープ、シュウマイ(2個) 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、チンゲン菜 干しいたけ、長ねぎ キャベツ、だけのこ にんにく、しょうが	649	27.2	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、種類の 提供を休止しています。 児童並びに保護者の皆様 には、ご理解いただきませ うお願いいたします。
13 (木)	麦ごはん	牛乳	ポークカレー、ごぼうサラダ 揚げごまドレッシング、アップルコンポート	麦ごはん じゃがいも バター ドレッシング	牛乳、ぶた肉 チーズ	玉ねぎ、にんじん アップルソース きゅうり、ごぼう アップルコンポート	721	21.4	
14 (金)	粉割れコッペ	牛乳	ズッキーニとマッシュルームのコンソメスープ あらびきポークフランク、ゆで野菜(キャベツ、きゅうり)、サウザンドレッシング	粉割れコッペ ドレッシング じゃがいも	牛乳、とり肉 あらびきポークフランク	ズッキーニ、にんじん マッシュルーム 玉ねぎ、キャベツ パセリ、きゅうり	626	25.6	
18 (火)	ごはん	牛乳	せんべい汁、さばの照焼き(缶) ゆで野菜(小松菜、もやし)、ほん酢	ごはん せんべい	牛乳、とり肉 さばの照焼き	大根、にんじん ごぼう、はくさい 長ねぎ、小松菜 もやし	581	28.1	
19 (水)	ごはん	りんご ジュース	どさんこ汁、チーズ入り干草焼き 煮あえっこ、大豆小魚	ごはん じゃがいも ごめ油	とり肉、わかめ 牛乳、とうふ チーズ入り干草焼き みそ、大豆小魚	りんごジュース にんじん、コーン 玉ねぎ、大根 ごぼう、わらび	593	20.4	今月の青森産品
20 (木)	ごはん	牛乳	ほたてのみそ汁、チキン照焼き きんぴらごぼう	ごはん 白いりごま ごま油 さとう	牛乳、ほたて とうふ、油あげ みそ、さつまあげ チキン照焼き	にんじん、大根 長ねぎ、しょうが ごぼう、ピーマン	580	23.8	《青森市産》 米(つがるロマン)
21 (金)	りんごパン	牛乳	豆乳スープ、さばのケチャップ煮 ジャーマンポテト	りんごパン じゃがいも バター	牛乳、とり肉 豆乳、ベーコン さばのケチャップ煮	キャベツ、ズッキーニ にんじん、パセリ 玉ねぎ、もやし ドライアップル	694	25.6	カットりんご
25 (火)	ごはん	牛乳	わかめと豆腐の中華スープ チンジャオロース、和梨ゼリー	ごはん ごま油、でんぷん 和梨ゼリー	牛乳、わかめ とうふ、ぶた肉	コーン、もやし 干しいたけ、長ねぎ だけのこ、ピーマン しょうが	549	21.0	《青森県産》 牛乳・りんごジュース
26 (水)	ごはん	牛乳	豚肉とじゃが芋のピリ辛汁、さんまのオレンジ煮 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	ごはん じゃがいも はるさめ	牛乳、ぶた肉 高野とうふ さんまのオレンジ煮	キャベツ、長ねぎ 大根、コーン にんじん、りんご	657	25.0	パン・アップルソース
27 (木)	ごはん	牛乳	みそけんちん汁、チーズ入りささみフライ ゆで野菜(キャベツ、平さやいんげん) ノンオイル和風かんきつドレッシング	ごはん、ごま油 ごめ油	牛乳、とうふ みそ チーズ入りささみフライ	大根、にんじん ごぼう、こんにやく 長ねぎ、キャベツ 平さやいんげん	551	22.1	アップルコンポート
28 (金)	米粉パン	牛乳	クラムチャウダー、チキンスコッチエッグ 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 チキンスコッチエッグ	玉ねぎ、にんじん 小松菜、キャベツ ぶなしめじ、コーン	751	31.1	りんごジャム・中華ドレッシング ほたて・乾燥ごぼう さば・平さやいんげん

◆ こんだては、都合により変更するときがあります。

◆ 魚には、ほねがあるので、気をつけて食べてください。

◆ 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、法律で表示が奨励されている、あわび・まつたけのアレルギーを持つ児童生徒はいないので、表示しておりません。
- * 「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 教育委員会事務局 学校給食課 (TEL：017-718-1864) にお問合せください。なお、昨年度と同じ加工工場・製品です。

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、貝類、種実類(ナッツ類)、果物類です。

実施日	こんだて	特定原材料(表示義務)											詳細											
		えび	かに	小麦	そば	卵	乳	落花生	いか	いくら	カシューナッツ	キウイフルーツ		牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	もも	やまいも・長芋	ゼラチン
27月	ごはん			○	○	○						○	○	○	○	○	○					○		乳
	牛乳						●																	
	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)
	焼き肉煮 ミニトマト(2個)			●								○	●		●	○			●		●		●	豚肉、調味料(小麦、ごま、大豆、りんご)
28火	ごはん			○	○	○						○	○	○	○	○	○					○		乳、ブルーベリー果汁・果肉、アローニヤ果汁
	液状ヨーグルト(ブルーベリー)						●																	
	麻婆豆腐			●							○	●		●	●			●						とうふ(大豆、焼成カルシウム(鰹と鯉の骨))、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)
	揚げヨーザ(2個) リャンパンサンスー 県産中華ドレッシング			●											●	●						●		小麦、ごま、大豆、豚肉 小麦、ごま、大豆、りんご、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						●																	
	なめこ汁			○												●								とうふ(大豆)、油あげ(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)
	さばのしょうが煮 小松菜とにんじんのごま炒め			●											●	●								小麦、さば、大豆 白いりごま、ごま油(ごま)、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)
30木	麦ごはん			○	○	○						○	○	○	○	○	○					○		乳
	牛乳						●																	
	夏野菜カレー わかめサラダ			●		●				○					●	●		●	○	●		●		豚ひき肉、牛乳(乳)、チーズ(乳)、調味料(小麦、大豆、鶏肉、豚肉、りんご、かつお節エキス、魚醤加工品(いわし))
	ノンオイル青じそドレッシング みかんゼリー	○	○												●	●						●		小麦、さば、大豆、りんご、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 みかん果汁
31金	米粉パン			●	○	●							○	○								○	○	小麦、乳
	牛乳						●																	乳
	ミネストローネ チキン照焼き			●						○				●	●			●						マカロニ(小麦)、鶏肉、大豆、調味料(小麦、大豆、鶏肉、豚肉) 小麦、大豆、鶏肉
	ゆで野菜(キャベツ、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						●																	
	なすのしょうがみそ汁 ますの塩焼き		○	○	○	○		○							●	○	○							油あげ(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) さけ、マス
	春雨の炒め物			●	○	○					○	●		●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	豚ひき肉、白いりごま、ごま油(ごま)、調味料(小麦、大豆、かつおぶし、そうだぶし、かつお酵素分解物、にぼし、かつお節粉末、かつお節エキス、かつおパウダー)
4火	麦ごはん			○	○	○						○	○	○	○	○	○					○		乳
	牛乳						●																	
	もずくスープ ピピンパッの具	○	○	●									●	●	●	●	●	●	●	○	○	○	●	あさり、とうふ(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)) 豚ひき肉、白菜キムチ(小麦、さば、大豆、りんご、カツオエキス)、ごま油(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))
	黒糖大豆											○			●									大豆
5水	ごはん			○	○	○						○	○	○	○	○	○					○		乳
	牛乳						●																	
	いももち汁 ボークメンチカツ			●												●		●	●		●			油あげ(大豆)、調味料(小麦、大豆、かつおぶし、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) 小麦、大豆、鶏肉、豚肉
	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						●																	
	にら玉スープ つくねハンバーグ			●		●									●	●			●			●		卵、調味料(小麦、大豆、鶏肉、豚肉) 小麦、卵、大豆、鶏肉、やまいも、カカオ
	野菜のコンソメ炒め			●											●	●		●						調味料(小麦、大豆、鶏肉、豚肉)
7金	食パン			●	○	●						○	○									○	○	小麦、乳
	牛乳						●																	乳
	コーンポタージュ プレーンオムレツ			●		●				○				●	●			●						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)) 卵、大豆
	野菜のトマトソース りんごジャム			●											●	●		●					●	調味料(小麦、大豆、鶏肉、豚肉) りんご
10月	ごはん			○	○	○						○	○	○	○	○	○					○		乳
	牛乳						●																	
	豚汁 いわしのオレンジ煮			●							○			○	○	●				●				豚肉、油あげ(大豆)、調味料(大豆、かつお節粉末、かつお節エキス、かつおパウダー) 小麦、オレンジ、大豆、いわし、オレンジ果汁、オレンジ果皮、ぶどう(白ワイン)
	ゆで野菜(もやし、きゅうり) 和風乳化ドレッシング			●		●				●						●								小麦、卵、オレンジ、大豆、鯉エキス、みかん果汁
11火	ごはん			○	○	○						○	○	○	○	○	○					○		乳
	牛乳						●																	
	液状ヨーグルト(いちご) せんざり汁						●																	乳、いちご果汁 油あげ(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)
	串ざしつくね(2個) 小松菜とコーンの炒め物			●		●		●								●	●							小麦、卵、乳、大豆、鶏肉 いか、調味料(小麦、大豆、鶏肉、豚肉)

【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、法律で表示が奨励されている、あわび・まつたけのアレルギーを持つ児童生徒はいないので、表示しておりません。
- * 「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 教育委員会事務局 学校給食課 (TEL：017-718-1864) にお問合せください。なお、昨年度と同じ加工工場・製品です。

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、貝類、種実類(ナッツ類)、果物類です。

実施日	こんだて	特定原材料に準ずる(表示の奨励)																											詳細
		えび	かに	小麦	そば	卵	乳	落花生	いか	いくら	オレングラ	キウイフルーツ	バナナ	牛肉	くるみ	ごま	さば	大豆	鶏肉	豚肉	バナナ	豚肉	もも	やまいも	りんご	ゼラチン			
12 水	ごはん			○	○	○								○	○	○	○	○	○	○						○		乳	
	牛乳					●																						乳	
	米粉麺のスープ			●										○	●			●	●	●	●							鶏肉、とうふ(大豆、焼成カルシウム(鰹と鯉の骨))、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))	
	シウマイ(2個)			●															●	●	●							小麦、大豆、鶏肉、豚肉、たら	
	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)	
13 木	麦ごはん			○	○	○								○	○	○	○	○	○	○						○		乳	
	牛乳					●																						乳	
	ボークカレー			●		●							○					●	●	●	○	●						豚肉、牛乳(乳)、チーズ(乳)、バター(乳)、調味料(小麦、大豆、鶏肉、豚肉、りんご、かつお節エキス、魚醤加工品(いわし))	
	ごぼうサラダ	○	○	○	○	○							○	○	○	○	○	○	○	○	○							小麦、卵、ごま、大豆	
	アップルコンポート	○	○	○	○	○							○	○	○	○	○	○	○	○	○				●			りんご	
14 金	背割れコッパ			●		○	●								○		○								○	○	小麦、乳		
	牛乳					●																					乳		
	ズッキーニとマッシュルームのコンソメスープ			●		○	○							○				●	●	●	○	○					鶏肉、調味料(小麦、大豆、鶏肉、豚肉)		
	あらびきボークフランク					●													●		●						卵、大豆、豚肉		
	ゆで野菜(キャベツ、きゅうり)																											小麦、卵、大豆	
18 火	ごはん			○	○	○								○	○	○	○	○	○	○						○		乳	
	牛乳					●																						乳	
	せんべい汁			●		○	○	○						○	○			●	●	○					●		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、かつおぶし、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)		
	さばの照焼き(缶)			●														●	●									小麦、さば、大豆	
	ゆで野菜(小松菜、もやし)																											小麦、さば、大豆、りんご、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(りんご)、ゆず果汁、すだち果汁	
19 水	ごはん			○	○	○								○	○	○	○	○	○	○						○		りんご果汁	
	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)		
	チーズ入り干草焼き			●		●	●											●	●								小麦、卵、乳、大豆、鶏肉、かつお節エキス		
	煮あえっこ	○	○	●		○	○						○	○	○	○	○	○	○	○	○						とうふ(大豆、焼成カルシウム(鰹と鯉の骨))、調味料(小麦、大豆、かつおぶし、そうだぶし、かつお酵素分解物、にぼし)		
20 木	ごはん			○	○	○								○	○	○	○	○	○	○						○		乳	
	牛乳					●																						乳	
	ほたてのみそ汁																		●									ほたて貝、とうふ(大豆、焼成カルシウム(鰹と鯉の骨))、油あげ(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)	
	チキン照焼き			●															●	●								小麦、大豆、鶏肉	
	きんぴらごぼう	○	○	●		○	○						○	○	○	○	○	○	○	○	○							さつまあげ(大豆、魚肉すり身(すけそうたら、たちうお))、白いりごま、ごま油(ごま)、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)	
21 金	りんごパン			●		○	●								○		○								●	○	小麦、乳、りんご		
	牛乳					●																						乳	
	豆乳スープ			●									○					●	●	●								鶏肉、豆乳(大豆)、調味料(小麦、大豆、鶏肉、豚肉)	
	さばのケチャップ煮			●		○	○	○										●	●	○	○	○						小麦、さば、大豆	
	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)	
25 火	ごはん			○	○	○								○	○	○	○	○	○	○						○		乳	
	牛乳					●																						乳	
	わかめと豆腐の中華スープ	○	○	●														●	●	●	●					●	とうふ(大豆、焼成カルシウム(鰹と鯉の骨))、ごま油(ごま)、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))		
	チンジャオロースー			●										○	●			●	●	●								豚肉、ごま油(ごま)、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))	
	和製ゼリー																											なし果汁	
26 水	ごはん			○	○	○								○	○	○	○	○	○	○						○		乳	
	牛乳					●																						乳	
	豚肉とじゃが芋のピリ辛汁			●										○				●	○	●								豚肉、高野どうふ(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)	
	さんまのオレンジ煮			●									●		○	○	●											小麦、オレンジ、大豆、さんま、オレンジ果汁、オレンジ果皮、ぶどう(白ワイン)	
	大根のサラダ																											小麦、さば、大豆、りんご、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	
27 木	りんご												○	○												●		りんご	
	カットりんご												○	○												●		りんご	
	ごはん			○	○	○								○	○	○	○	○	○	○							○	乳	
	牛乳					●																						乳	
	みそけんちん汁																	●	●									とうふ(大豆)、ごま油(ごま)、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)	
28 金	チーズ入りささみフライ			●		●												●	●									小麦、乳、大豆、鶏肉	
	ゆで野菜(キャベツ、平さやいんげん)			○	○	○													○	○	○	○						小麦、オレンジ、大豆、りんご、柑橘果汁(ゆず、オレンジ、みかん、レモン、かぼす)	
	ノンオイル和風かんきつドレッシング			●														●	●							●	小麦、オレンジ、大豆、りんご、柑橘果汁(ゆず、オレンジ、みかん、レモン、かぼす)		
	米粉パン			●		○	●											○	○							○	○	小麦、乳	
	牛乳					●																						乳	

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