月		火		水			*< *\hat{\hat{\hat{\hat{\hat{\hat{\hat{			sh 金		
菱ごはんポークカレー (小)ひじきのサラダ*牛乳★ (乳)856kcal 30.2g	3 🗆	 > まぐろとごぼうのみそがらめる 	4 🖯	ロールパン★ いちごジャム さつま芋の クリーム ジュリエンヌン 年乳★ 乳 814kcal		5 🛘	マーボー発 (髪ごは 春巻き ① とり肉と首葉の 牛乳★ ¶		6 🛭	麦ごはん すき焼き煮 キャベツの塩こんぶあえ じゃが芋のみそ汁 牛乳★ 乳 757kcal 29.9g		
がっこうきゅうしょく 学校給食レシピと とうが こうがいちゅう レシピ動画を公開中! *がついた りょうの 料理はレシピ を紹介してい ます。 本詳細はこちら	#9 CD Red 学校編 【第4 【第5 ※前日	語食費の口座振替日(納期限) 期1(8・9月分) 10月 2 円 (月) 期1(10月分) 10月 31日(火) までに登録口座に入金・残高 確認をしていただきますよう		爰ごはん 焼きのり もいらすのてり 塩だれ野菜 けんちん汁* 牛乳★ 第			髪ごはん パオズ ① パミ菜 卿 青菜ときのこの		13	ごはん カレーチキン ボイル野菜 ごまドレッシング コーンクリーム スープ 乳小 牛乳★ 乳 817kcal 32.9g		
切り手し大様の まぜごはん (しょうゆごはん めかじきのから揚げ さつま芋のみそ光 半乳★ 乳 803kcal 33.7g	17 B	変元はん きのこの ストロガノフ 乳(小 ウインナーと 野菜のスープ煮 牛乳★ (乳 891kcal 31.6g	18	ごはん さばの塩焼き 肉じゃが 積紫汗 芋乳★ 乳 869kcal	36.0g	19	菱ごはん とり肉のオニュ ごまあえ 大穣と大穣葉の ミニフィッショ 半乳★ 乳 818kcal	Dみそ i	20 目	ホイコーロー丼* (ごはん) わかめとえのきのスープ みかん 牛乳★ (乳) 802kcal 29.8g		
髪ごはん いかのチリソース もやしのうま煮 口 中華スープ 中第★ (9) 763kcal 35.4a	24	SDGs DAY 麦ごはん 大豆ミートの ドライカレー(小 ベジタブルスープ ヨーグルト★ (乳 牛乳** (乳)	SI て「 を提	24日のSDGs SDG × 健康給 CGsに関わる食 大豆ミートのドラ 供し、 驚食を通し Cびを推進します。	食 秋を傾し ライカレー」		髪ごはん 生傷がのキムラ バンバンジーナ 肉団子や華ス -	- プ*	27	ごはん ちくわの機道揚げ (小 五首章 藤洋 平乳★ (乳) 858kcal 33.6g		
ごはん あじフライ (小 中濃ソース 30 きんぴらごぼう かんぴょうのみそ汁 牛乳★ (乳)	31	菱ごはん ハンバーグ (小) スパゲッティ バジルソース (小) キャベツとコーンの スープ 年乳★ (乳) 860kgal 34.2g	*******	しまれる。 13日 ボイル野 (天候の影響に ************************************	京 「きゅ より、県内 を校ごとに 物などでご ものは、学校	う。 う。 ないで で で で に に に に に に に に に に に に に	リ リ の で の で の で の で の で に で い ただ く よ う お に の で い ただ く よ う お に に に に に に に に に に に に に	できない場合 注意いただる 顔いいたし	果(さかなき、ます	©T.nakamoto		

*

献立コンクールへの応募ありがとうございました



みんなで創る「健康給食」の取組の一環として、市立中学校の生徒や保護者の皆様から給食の献立及び料理を募集しました。応募作品を給食として提供することで、食への理解を深めるとともに、より一層給食への関心を高めることを目的としています。審査の結果は、HPに10月上旬頃掲載します。最優秀賞を受賞した献立及び料理は、認定は第一にアレンシし、生徒部門は令和6年1月、保護者部門は令和6年2月に中学校給食で提供する予定です。

給食での食物アレルギー情報について

「節、乳、小麦」を使用している流流に以下のまま (**⑩ 兜 ①**) を記載しています。 このうち、除去できるものについては除去食対応をします。







※表示義務のある8品目(原、気)、小麦、えび、かに、落されば、くるみ)のうち、えび、かに、落花生、そば、くるみの5品目は給食では使用しません。

食物アレルギーの情報や給食でします。 食材の情報については、HPに指載しています。 総食の食材の産地、放射能検査結果、 がおきるとなく 学校給食しシピもご覧いただけます。



▲詳細はこちら

令和5年 10月分献立表(詳細版)

川崎市南部学校給食センター B献立

※給食休止日が学校ごとに異なりますのでご注意いただき、学校からの配布物等でご確認いただくようお願いいたします。

2日(月) 麦ごはん ポークカレー ひじきのサラダ 乳小	3日(火) 表ごはん まぐろとごぼうのみそがらめ 春雨の塩炒め 豆腐と大根のとろみ汁 乳	ロールパン いちごジャム さつま芋のクリーム煮 ジュリエンヌスープ 牛乳	5日(木) マーボー丼(麦ごはん) 春巻きとり肉と白菜のスープ 牛乳	要ごはん すき焼き煮 キャベツの塩こんぶあえ じゃが芋のみそ汁 牛乳
精白米 お支 8 ゆで塩 酢 1.7 砂糖 0.7 しょうゆ 3 油 にんにく 0.6 しょうが 0.3 下肉(も) が 0.3 下肉(も) でまれぎ(冷) 21にんじん 32 水 じゃが芋 50トマト水煮 12カラメルソース 2塩 1.4 こしょうゆ 2 カラメルソース 2 塩 1.4 こしょうゆ 2 カラメルソース 4 油 5.2 カラメルソース 4 油 5.2 カラメルリース 4 油 5.2 カラメルリース 4 油 5.2 カラメルリース 4 カンレー粉 1	精白光 未花表 8 ● まぐろとごぼうのみそがらめ 揚げ油 3 まぐろ(角・澱粉付) 60 油 0.3 ごぼう 13 水 6 しょうが 0.2 しょうが 0.2 しょうが 0.2 かみそ 52 砂糖 2.5 みりん 1.3 ● 春雨の塩炒め 油面 0.5 豚肉(毛も) 10 豚肉(雨) 10 酒 0.3 干ししいたけ 0.1 たまおぎ 15 にんじん 5 塩。 0.5 下のじんしん 5 塩。 0.5 下のじんしん 5 塩。 0.5 下のじんしん。 5 にんじん 5 塩。 0.5 にんじん 5 塩。 0.5 にんじん 5 塩。 0.5 にんじん 5 塩。 0.5 にんじん 5 塩。 0.5 にんじん 5 塩。 0.5 にんじん 5 塩。 0.5	② ロールパン 60 たまねぎ 25 水 キャベツ 35 シールパン 60 いちごジャム (数) 20 はちごジャム (数) 20 は 50 かま 本のクリーム 第 1.3 しょうゆ 0.44 から 15 から	● マーボー井 油 0.5 にんにく 0.2 しようが 0.3 豆板醤肉(もも) 24 大豆ミート(小粒) 4.8 砂糖 1.3 しようゆ 5 トマトケチャップ 7 水 赤みそ 6.2 豆腐(冷) 95 長ねぎ 14.4 片栗粉 1.5 ラー油 0.3 ● 春巻き 揚げ油 2 春巻き 50	12
ひじき 0.8 ホールコーン(冷) 10 にんじん 10 キャベツ 20 エネルギー 856 koal たんぱく質 30.2 g	しょうゆ 0.3 もやし 20 チンゲン菜 5 春雨 5 エネルギー 774 koal たんぱく質 40.0	油 0.6 ベーコン 5 セロリ 1 にんじん 15 g エネルギー 814 koal たんぱく質 29.6	油 0.5 とり肉(皮なし) 25 酒 0.5 水 Tanuギー 826 koal たんばく質	● じゃが芋のみそ汁 ホーニんぶ 0.6 35.0 g エネルギー 757 koal たんぱく質 29.9 g
9日(月) スポーツの日	10日(火) かわさき家庭と地域の日	11日(水) 麦ごはん 焼きのり 銀ひらすのてり焼き塩だれ野菜 けんちん汁 牛乳 乳	・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	第乳小 13日(金) ボイル野菜 ごまドレッシング コーングリームスーブ 牛乳 乳小
※ごはんは精白米、パンは 小麦粉の量で示しています。 ※飲用牛乳は200ccです。		精白米 97 米粒麦 8	米粒麦 8 塩 こしょう がらスープ バオズ 50 しょうゆ こんにゃく寒天 ト栗粉 油 0.5 長ねぎ	8

4

16日(月) めかし	きのから	Dまぜごはん(しょうゆご) 5揚げ さつま芋のみそ?	まん) 17日(火) 麦ごは ウィン	まん きの ナーと野)このストロガノフ 菜のスープ煮 牛	乳乳小	18日(水) ニュール 18日(水) 18日(水)	さばの塩焼き 肉じゃが 根菜	鬥乳 1	9日(木) ごまあえ オミニフィッシュ	:り肉のオニオンソース に根と大根葉のみそ汁 ュ 牛乳	乳	20日(金) ホイコー	-ロー丼 とえのき	(ごはん) のスープ みかん	,牛乳 乳
しょうゆごはん 精白米 しょうゆ	95 2	ほうれん草 ゆで塩	5 ● 麦ごはん 精白米 米粒麦	102 8	たまねぎ ウインナーソー・ 水	セージ 15		塩 100 しょうゆ さやいんげん(冷)	3	麦ごはん 精白米 9	白すりごま 12 8 ● 大根と大根葉のみ	1.2 そ汁	● ごはん 精白米	110	がらスープ しょうゆ 片栗粉	1. 1. 1. 1.
切り干し大根のまぜご(まんの具		● きのこのストロガノ:	,	白菜 スープの素	0.6	● さばの塩焼き 塩さば(切り身)	60	•	とり肉のオニオンソース	油 豚肉(もも)	0.5 8	● ホイコーロー丼 油	1.3	わかめ(冷)	
油	0.4		油	1.3	塩	0.5	a rint 40			揚げ油 3	.5 豚肉(肩)	8	にんにく		●みかん	
とり肉(皮なし) ごぼう	18 5		豚肉(もも) 豚肉(肩)	30 30	こしょう かぶ	20	● 肉じゃが 油	0.8			85 水 85 こんぷ	0.6	しょうが 豚肉(もも)	0.4 30	みかん	
にんじん	9		赤ワイン	3.9			豚肉(もも)	15		酒 1	.2 厚けずり節(かつま		豚肉(肩)	30		
油揚げ(冷) 切り干し大根	6.6		たまねぎ エリンギ	52 10			豚肉(肩) こんにゃく	15 14		塩 0.C		40 15	酒 長ねぎ	1.3 12		
酒	0.9		えのきたけ(冷)	6			にんじん	20		片栗粉 1	2 赤みそ	5	キャベツ	80		
砂糖 しょうゆ	1.8 6.6		しめじ にんじん	10 26			トまねぎ 水	20			.5 白みそ .5 長ねぎ	5 8	ゆで塩 しょうゆ	4		
みりん	0.9		水	20			じゃが芋	50		しょうが 0	.5 大根葉(冷)	3	テンメンジャン	4		
さやいんげん(冷)	4		塩 こしょう	1.1 0.07			酒 砂糖	0.4			0 .8 ● ミニフィッシュ		砂糖 オイスターソース	1.8 0.7		
● めかじきのから揚げ	<i>•</i>		デミグラスソース	15.6			しょうゆ	5		しょうゆ 3		5	プラスターノース	0.7		
揚げ油	3.5		トマトケチャップ	6.5			- 45 th 11			酒 1	.5		豆板醤	0.3		
めかじき(角・澱粉作	†) 70		ウスターソース しょうゆ	5.2 1.3			● 根菜汁 水			みりん 砂糖	1		ト 片栗粉 トピーマン	2.6		
● さつま芋のみそ汁			たまねぎ	32			こんぷ	0.6						_		
水 こんぷ	0.6		カラメルソース 油	2 5.2			厚けずり節(かつお) かんぴょう	4 2		ごまあえ にんじん 1	2		● わかめとえのきのス・ ベーコン	フ。		
厚けずり節(かつお) 6		小麦粉	5.8			とり肉(皮なし)	20		キャベツ 4	10		水	1		
たまねぎ さつま芋	35 30		生クリーム	3.9			酒 ごま油	0.5 0.2		小松菜 1 ゆで塩	3		にんじん たまねぎ	13 26		
えのきたけ(冷)	10		● ウインナーと野菜の	スープ煮			ごぼう	10		砂糖	1		えのきたけ(冷)	13		
赤みそ 白みそ	5		油 にんじん	0.6			大根にんじん	15 15		O & 717	3 2		塩	0.02		
エネルギー 80	3 koal	たんぱく質 33.7	g エネルギー 89	15 1 koal	たんぱく質	31.6	- + 1 12	10		エネルギー 818 kg		.0 g	エネルギー 802		たんぱく質	29.8
エネルギー 80			g エネルギー 89	1 kcal			エネルギー 869	koal たんぱく質 36.0	g	エネルギー 818 kg	bal たんぱく質 37			kcal		-
23日(月) 表ごに中華	まん いか スープ 牛	 	89 エネルギー 89 うま煮 24日(火) まごは ベジタ	1 kcal			25日(水)		2	エネルギー 818 kg 麦ごはん 5 バンバンジー 牛乳	bal たんぱく質 37 生揚げのキムチ炒め ーサラダ 肉団子中華ス	ープ乳	27日(金) ごはん 豚汁 2	kcal	D磯辺揚げ 五目	豆乳①
エネルギー 80 23日(月) 表ごに 中華:	まん いか スープ 牛	 へのチリソース もやしの ● 中華スープ	g エネルギー 89 うま煮 乳 24日(火) 表ごは ベジタ	1 kcal tん 大豆 ブルスー	ミートのドライカレ -プ ヨーグルト 牛	- 乳乳(小)	エネルギー 869	koal たんぱく質 36.0	2	エネルギー 818 kg 6日(木) 表ごはん 4 バンバンジー 牛乳	tal たんぱく質 37 生揚げのキムチ炒め ーサラダ 肉団子中華スープ	ープ乳	27日(金) ごはん 豚汁 2	kcal ちくわの 牛乳	D磯辺揚げ 五目 赤みそ	豆 乳①
23日(月) 表ごに	まん いか スープ 牛	 nのチリソース もやしの 乳 中華スープ 水 とり肉(皮なし)	g エネルギー 89 うま煮 24日(火) 表ごは ・ 麦ごはん 精白米 米粒麦	1 kcal	ミートのドライカレ プ ヨーグルト 牛 水 塩 こしょう	— 乳乳小 0.8 0.02	エネルギー 869	koal たんぱく質 36.0	2	エネルギー 818 kc 6日(木) 表ごはん 4 件乳 麦ごはん 精白米	たんぱく質 37 主揚げのキムチ炒め ーサラダ 肉団子中華スープ 水 8 にんじん	-プ乳	27日(金) ごはん 豚汁 2 ●ごはん 精白米	kcal	D磯辺揚げ 五目	豆 乳 贝 5 5
エネルギー 80 23日(月) 表ごはん 特白米 米粒麦	まん いか スープ 牛 97	 へのチリソース もやしの 乳 ● 中華スープ 水 とり肉(皮なし) たけのこ(水煮)	8 エネルギー 89 カー マック マック マック オールギー 89 マン マック マック マック オール	1 kcal はん 大豆 ブルスー 102 8	ミートのドライカレープ ヨーグルト 牛水塩 こしょう スープの素	一 乳乳小 0.8 0.02 1.2	25日(水)	koal たんぱく質 36.0	2	エネルギー 818 kc 6日(木) 表ごはん 4 パンパンジー 年乳 麦ごはん 精白米 米粒麦	tal たんぱく質 37 主揚げのキムチ炒め ーサラダ 肉団子中華スープ 水 にんじん キャベツ	ープ 乳 10 30	27日(金) ごはか 豚汁 2 ● ごはん 精白米 ● ちくわの磯辺揚げ	koal ちくわの 牛乳 100	D磯辺揚げ 五目 赤みそ 白みそ	豆 乳 贝 5 5
エネルギー 80 23日(月) 表ごはん 精白米	まん いか スープ 牛 97	 nのチリソース もやしの 乳 中華スープ 水 とり肉(皮なし)	g エネルギー 89 うま煮 24日(火) 表ごは ・ 麦ごはん 精白米 米粒麦	1 kcal はん 大豆 ブルスー 102 8	ミートのドライカレ プ ヨーグルト 牛 水 塩 こしょう	— 乳乳小 0.8 0.02	25日(水)	koal たんぱく質 36.0	2	エネルギー 818 kc 6日(木) 表ごはん 4 キ乳 麦ごはん 精白米	t 表 が ままま たんぱく質 37 を	-プ乳	27日(金) ごはん 豚汁 2 ● ごはん 精白米 ● ちくわの磯辺揚げ 揚げ沸	kcal ちくわの 牛乳	D磯辺揚げ 五目 赤みそ 白みそ	豆 乳 儿 5. 5.
23日(月) 表ごはん 精白米 米粒麦 いかのチリソース 場げ油 いか	まん いか スープ 牛 97 8		8 エネルギー 89 ラま煮 24日(火) 表ごはん 本 変ごはん 精白光 10 ● 大豆ミートのドライフ 油 にんにく	1 kcal はん 大豆 ブルスー 102 8 カレー 1.3 0.3	えミートのドライカレプ ヨーグルト 牛 水塩 こしょう スープの素 じゃが芋	- 乳乳小 0.8 0.02 1.2 35 0.6	25日(水)	koal たんぱく質 36.0	2	エネルギー 818 kc を	t 表 が ま が ま か に か に か に か に か に か に か に か に か に か	ープ 乳 10 30 0.7 0.02 1.3	27日(金) ごはん 所汁 ● ごはん 精白米 ● ちくわの磯辺揚げ 焼きちくわ 小麦粉	ちくわの 牛乳 100 6.5 50 5	D磯辺揚げ 五目 赤みそ 白みそ	豆 乳 小 5 5
エネルギー 80 23日(月) 奏ごはん 中華: ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	まん いか スープ 牛 97 8 3.5	○ 中華スープ 水 とり肉(皮なし) たけのこ(水煮) にんじん たまねぎ 豆腐(冷)	89 エネルギー 89 まごはん (学) をごはん 精白光 米 被麦 10	1 koal はん 大豆 ブルスー 102 8 カレー 1.3 0.3 0.2	ミートのドライカレ プ ヨーグルト 牛 水 塩 こしょう スープが芋 片栗粉	- 乳乳小 0.8 0.02 1.2 35 0.6	25日(水)	koal たんぱく質 36.0	2	エネルキー 818 kc 6日 (木) 表こはん 4 ドンパンジー をこまん 指白 米 米 前日 米 米 1	### たんぱく質 37 生揚げのキムチ炒め ーサラダ 肉団子中華スープ 水 にんじん キャベツ にしょう	ープ 乳 10 30 0.7 0.02	27日(金) にはん 豚汁 が 第1日米 ・ 5くわの磯辺揚げ 揚げきちくわ 小麦粉 あおさ	ちくわの 牛乳 100 6.5 50	D磯辺揚げ 五目 赤みそ 白みそ	豆 乳 贝 5 5
23日(月) 表ごはん 精白米 米粒麦 ・ いかのチリソース 場けか 酒 塩 にしょう	まん いか スープ 牛 97 8 3.5 70 1 0.3 0.03		8 エネルギー 89 オネルギー 89 マネルギー 89 マネルギー 89 マネック マック マック オカム 10 ・ 大豆ミートのドライン 10 ・ 大豆ミートのドライン 10 ・ 大豆ミートのドライン 11 豚 いき肉(もも) ホテワイン	1 koal まん 大豆 ブルスー 102 8 カレー 1.3 0.3 0.2 32 2.6	ミニートのドライカレ ブ ヨーグルト 牛 水 塩 こしょう スープの素 じゃが芋 片栗粉 さやいんげん()	- 乳乳小 0.8 0.02 1.2 35 0.6	25日(水)	koal たんぱく質 36.0	2	エネルギー 818 kc を	を が たんぱく質 37 を は	ープ 乳 10 30 0.7 0.02 1.3 2.4 30 3	27日(金) にはん ごはん 精白米 ● ちくわの確辺揚げ 揚げきちくわ のおおさ 水	ちくわの 牛乳 100 6.5 50 5	D磯辺揚げ 五目 赤みそ 白みそ	豆 乳 小 5 5
23日(月) 中 表 ま ま ま ま ま ま ま ま ま ま ま ま ま ま ま ま ま ま	まん いかスープ 生 タフ 4 97 8 3.5 70 1 0.3 0.03 10.5		ままま 24日(火) まごな ラきまま 24日(火) まごな ラをごはん 精治半 料数表 10 ● 大豆ミートのドライン 10 0.02 11 0.02 13 13 たまねぎ	1 koal はん 大豆 ブルスー 102 8 カレー 1.3 0.3 0.3 0.2 2.6 65	ミニートのドライカレ プ ヨーグルト 牛 水塩 こしょう スー・ガラ キーデット さやいんげん()	9.8 0.8 0.02 1.2 35 0.6 令) 5	25日(水)	koal たんぱく質 36.0	2 ·	エボルギー 818 kc	tal たんぱく質 37 主揚げのキムチ炒め ーサラダ 肉 団子中華スーラ オ	ープ 乳 30 0.7 0.02 1.3 2.4 30 3 1.2	27日(金) にはん □ にはん 雨 はん 雨 はん 雨 はん 雨 はん 雨 はん 雨 はん 雨 はった 雨 はった 雨 はった 雨 はった の で はい で はった の で はい で まか の で まか の で の で まか の で まか の で まか の で まか の で まか の で まか の で と の	ちくわの 牛乳 100 6.5 50 5 0.3	D磯辺揚げ 五目 赤みそ 白みそ	豆 乳 小 5 5
23日(月) 表ごはん 精粒表 りいがのチリソース 場けい 海にしょう 片栗粉 油にんにく	まん いかスープ 生 97 8 3.5 70 1 0.3 0.03 10.5 0.5	へのチリソース もやしの 中華スープ 小本 大の (皮なし) たけの (皮なん) たにある (たまねぎ) にんじんう 立塩 こしょう がらよう プレよう サンゲン 菜	8 エネルギー 89 オネルギー 87 オネルギャー 87 オネルギー	1 koal はん 大豆 102 8 カレー 1.3 0.3 0.2 32 2.6 65 33 310	ミニートのドライカレ プ ヨーグルト 牛 水塩 こしょう スー・ガラ キーデット さやいんげん()	9.8 0.8 0.02 1.2 35 0.6 令) 5	25日(水)	koal たんぱく質 36.0	2	エネルギー 818 kc を	を	ープ 乳 10 30 0.7 0.02 1.3 2.4 30 3	27日(金) にはん ■ ごはん 精白 米 ■ ちくわの磯辺揚げ 場げきちくわ かまさ 水 ■ 五目 豆 油とり肉(皮つき)	ちくわの 牛乳 100 6.5 50 5 0.3	D磯辺揚げ 五目 赤みそ 白みそ	豆 乳 小 5 5
23日(月) 中 ・ 変 は ん 精 対 ま ・ し 接 に 要 が に 受 か に で を か に で を か で チリソース い か の チリスト か に で を か に か に で を か に か に で を か に か に で を か に か に で を か に か に で を か に で を か に か に で を か に か に で を か に か に で を か に か に か に か に か に で を か に か に で を か に か に か に か に か に で を か に か に か に で を か に か に で を か に か に で を か に か に で を か に か に で を か に で を か に か に か に か に か に か に か に か に か に か	まん いか スープ 4 97 8 3.5 70 1 0.3 0.03 10.5 0.5 0.5	Nのチリソース もやしの 乳 ● 中華スープ 水 内の(皮なな。) にんじん たまね(金) 塩 こしょう がらスープ しようゆ した実験	まま煮 24日(火) まごう 24日(火) まごう 25	1 koal はん 大豆 102 8 カレー 1.3 0.3 0.3 0.2 2.6 65 33 100 20	ミニートのドライカレ プ ヨーグルト 牛 水塩 こしょう スー・ガラ キーデット さやいんげん()	9.8 0.8 0.02 1.2 35 0.6 令) 5	25日(水)	koal たんぱく質 36.0	2	エネルキー 818 kc	を	ープ _学 し 30 0.7 0.02 1.3 2.4 30 3 1.2 5	27日(金) にんじゅう (金) にんじゅう (金) にんじゅう (金)	ちくわの 牛乳 100 6.5 50 5 0.3	D磯辺揚げ 五目 赤みそ 白みそ	豆 乳 小 5 5
23日(月) 中本 23日(月) 中本 23日(月) 中本 23日(はん 発育白業 表面 10日 10日 10日 10日 10日 10日 10日 10日	#ん いかま サイフ 4 97 8 8 3.5 70 1 0.3 0.03 10.5 0.3 0.2 3.5 5	へのチリソース もやしの 中華スープ 小本 大の (皮なし) たけの (皮なん) たにある (たまねぎ) にんじんう 立塩 こしょう がらよう プレよう サンゲン 菜	ままま (早) マンタ (大)	1 koal はん 大豆 102 8 カレー 1.3 0.3 0.2 32 2.6 65 33 10 20 0.5 1.1	ミニートのドライカレ プ ヨーグルト 牛 水塩 こしょう スー・ガラ キーデット さやいんげん()	9.8 0.8 0.02 1.2 35 0.6 令) 5	25日(水)	koal たんぱく質 36.0	2	エネルキー 818 kc 表	A	ープ _学 し 30 0.7 0.02 1.3 2.4 30 3 1.2 5	27日(金) にはん (金) にじた (本) にじた (本) にじた (本) にじた (本) にじた (本) にいて	ちくわの 学乳 100 6.5 50 0.6 10 15 15	D磯辺揚げ 五目 赤みそ 白みそ	豆 乳 小 5 5
23 日 (月) 中本 ス (日) 中本 ス (日) 中本 ス (日) 中本 (日	まん いか スープ 牛 97 8 3.5 70 1 0.3 10.5 0.5 0.5 0.3	へのチリソース もやしの 中華スープ 小本 大の (皮なし) たけの (皮なん) たにある (たまねぎ) にんじんう 立塩 こしょう がらよう プレよう サンゲン 菜	************************************	1 koal まん 大豆 プルスー 102 8 カレー 1.3 0.3 0.2 2.6 65 33 10 20 0.5 1.1 3.5	ミニートのドライカレ プ ヨーグルト 牛 水塩 こしょう スー・ガラ キーデット さやいんげん()	9.8 0.8 0.02 1.2 35 0.6 令) 5	25日(水)	koal たんぱく質 36.0	2	エネルギー 818 kc 6日 (木) まごはん 5 に	を	ープ _学 し 30 0.7 0.02 1.3 2.4 30 3 1.2 5	27日(金) にはん/2 ■	ちくわの 牛乳 100 6.5 50 5 0.3 0.6 10 15 1 15 25	D磯辺揚げ 五目 赤みそ 白みそ	豆 乳 小 5 5
23日(月) 中本 23日(月) 中本 23日(月) 中本 23日(はん 発育白業 表面 10日 10日 10日 10日 10日 10日 10日 10日	#ん いかま サイフ 4 97 8 8 3.5 70 1 0.3 0.03 10.5 0.3 0.2 3.5 5	へのチリソース もやしの 中華スープ 小本 大の (皮なし) たけの (皮なん) たにある (たまねぎ) にんじんう 立塩 こしょう がらよう プレよう サンゲン 菜	************************************	1 koal はん 大豆 102 8 hレー 1.3 0.3 0.3 0.2 2.6 65 33 10 20 0.5 1.1 3.5 2.5 1	ミニートのドライカレ プ ヨーグルト 牛 水塩 こしょう スー・ガラ キーデット さやいんげん()	9.8 0.8 0.02 1.2 35 0.6 令) 5	25日(水)	koal たんぱく質 36.0	2	エボルギー 818 kc	を	ープ _学 し 30 0.7 0.02 1.3 2.4 30 3 1.2 5	27日(金) にはん (金) にじた (本) にじた (本) にじた (本) にじた (本) にじた (本) にいて	ちくわの 学乳 100 6.5 50 0.6 10 15 15	D磯辺揚げ 五目 赤みそ 白みそ	豆 乳 小 5 5
23日 (月) 中中 表 (月) 中中 大田 (日) 中中 (日) 中 (日)	まん いかスープ 生 97 8 3.5 70 1 0.3 0.03 10.5 0.5 0.3 0.5 0.5 0.7	へのチリソース もやしの 中華スープ 小本 大の (皮なし) たけの (皮なん) たにある (たまねぎ) にんじんう 立塩 こしょう がらよう プレよう サンゲン 菜	************************************	1 koal はん 大豆プルスー 102 8 カレー 1.3 0.3 0.2 32 2.66 65 33 100 20 0.5 1.1 3.5 2.5 11	ミニートのドライカレ プ ヨーグルト 牛 水塩 こしょう スー・ガラ キーデット さやいんげん()	9.8 0.8 0.02 1.2 35 0.6 令) 5	25日(水)	koal たんぱく質 36.0	2	エネルギー 818 kc	を	ープ _学 し 30 0.7 0.02 1.3 2.4 30 3 1.2 5	27日(金) ごはん/2 ■	ちくわの 牛乳 100 6.5 50 5 0.3 0.6 10 15 1 15 25	D磯辺揚げ 五目 赤みそ 白みそ	豆 乳 儿 5. 5.
23 日 (月) 中中 表	まん いかスープ 生 97 8 3.5 70 1 0.3 0.03 10.5 0.5 0.3 0.5 0.5 0.7	へのチリソース もやしの ・乳	************************************	1 koal はん 大豆 102 8 hレー 1.3 0.3 0.3 0.2 2.6 65 33 10 20 0.5 1.1 3.5 2.5 1	ミニートのドライカレ プ ヨーグルト 牛 水塩 こしょう スー・ガラ キーデット さやいんげん()	9.8 0.8 0.02 1.2 35 0.6 令) 5	25日(水)	koal たんぱく質 36.0	2	エボルギー 818 kc 表にはん。	を	ープ _学 し 30 0.7 0.02 1.3 2.4 30 3 1.2 5	27日(金) にはん (金) にいて (金) で (金) にいて (金) で (金) にいて (金) で (金) にいて (金) で (金) にいて	ちくわの 牛乳 100 6.5 50 5 0.3 0.6 10 15 1 15 25	D磯辺揚げ 五目 赤みそ 白みそ	豆 乳 儿 5. 5.
23日 (月 はん まで) 中中 ス	まん いかスープ 牛 97 8 3.5 70 1 0.3 0.03 10.5 0.5 0.3 0.2 3.5 5 0.6 7	へのチリソース もやしの ・乳	## 24 日 (火) まごう を まごう を まごり を まごり を まごら を まごり まごり を	1 koal はん 大豆 102 8 8 カレー 1.3 0.3 0.2 32 2.6 65 33 10 20 5 1.1 3.5 1.1 3.5 1.1 1.2	ミニートのドライカレ プ ヨーグルト 牛 水塩 こしょう スー・ガラ キーデット さやいんげん()	9.8 0.8 0.02 1.2 35 0.6 令) 5	25日(水)	koal たんぱく質 36.0	2	エネルギー 818 kc	A	ープ _学 し 30 0.7 0.02 1.3 2.4 30 3 1.2 5	27 日 (金) にはん! ● 1 はん ** ● 5 くわの	ちくわの サ乳 100 6.5 50 5 0.3 0.6 10 15 1 15 2 4 0.6 12.5	D磯辺揚げ 五目 赤みそ 白みそ	-
23 日 (月) 東	まん いかく マープ 4 97 8 3.5 7 0.0 1 0.3 0.03 10.5 0.5 0.2 3.5 7 0.4	へのチリソース もやしの ・乳	************************************	1 koal はん 大豆 ブルスー 102 8 8 カレー 1.3 0.3 0.2 32 2.6 65 33 10 20 0.5 1.1 3.5 2.5 1.1 2.5 2.5 1.2 2.5 2.5 2.5 1.2 2.5 1.3 2.5 2.5 1.5 1.5 1.5 2.5 1.5 1.5 1.5 1.5 1.5 1.5 1.5 1.5 1.5 1	ミミートのドライカレープ ヨーグルト 牛 水塩 こしょう スープの素 じゃが芋 片 突いんげん()	9.8 0.8 0.02 1.2 35 0.6 5 1000	25日(水)	koal たんぱく質 36.0	2	エボルギー 818 kc 表	A	ープ _学 し 30 0.7 0.02 1.3 2.4 30 3 1.2 5	27 日 (ちくわの 中 年 刊 100 6.5 50 5 0.6 10 15 15 25 4 0.6 12.5 12.5 12.5	D磯辺揚げ 五目 赤みそ 白みそ	豆 乳 儿 5. 5.
23 日 (まん いかく マープ 4 97 8 3.5 7 0.0 1 0.3 0.03 10.5 0.5 0.2 3.5 7 0.4	へのチリソース もやしの ・乳	************************************	1 koal はん 大豆 102 8 8 カレー 1.3 0.3 0.2 2.6 655 33 10 20 0.5 1.1 3.5 2.5 1 1 1 1 2 2 7	ミニートのドライカレ プ ヨーグルト 牛 水塩 こしょう スー・ガラ キーデット さやいんげん()	9.8 0.8 0.02 1.2 35 0.6 5 1000	25日(水)	koal たんぱく質 36.0	2	エネルキー 818 kc 表にはん。	A	ープ _学 し 30 0.7 0.02 1.3 2.4 30 3 1.2 5	27 日 (金)	ちくわの サ乳 100 6.5 50 5 0.3 0.6 10 15 1 15 2 4 0.6 12.5	D磯辺揚げ 五目 赤みそ 白みそ	豆 乳 儿 5. 5.
80 こ 華	まん いか スープ 4 97 8 3.5 70 1 0.3 0.03 10.5 0.5 0.3 0.2 2 3.5 7 0.4 0.5 0.13 7 0.4	へのチリソース もやしの ・乳	8 (1 koal はん 大豆 102 8 hレー 1.3 0.3 0.2 2.65 6.5 3.3 100 0.5 1.1 1.3 2.7 7	ミミートのドライカレープ ヨーグルト 牛 水塩 こしょう スープの素 じゃが芋 片 突いんげん()	9.8 0.8 0.02 1.2 35 0.6 5 1000	25日(水)	koal たんぱく質 36.0	2	エネルキー 818 kc	18	ープ _学 し 30 0.7 0.02 1.3 2.4 30 3 1.2 5	27 日 (金)	ちくわの 生乳 100 6.5 50 5 0.3 0.6 10 15 1 15 25 2 4 0.6 12.5 12.	D磯辺揚げ 五目 赤みそ 白みそ	豆 乳 儿 5. 5.
23 大 (月) 中 中 表	まん いか スープ 4 97 8 3.5 70 1 0.3 0.03 10.5 0.5 0.5 0.6 6 7 0.4	へのチリソース もやしの ・乳	************************************	1 koal はん 大豆 102 8 8 カレー 1.3 0.3 0.2 2.6 655 33 10 20 0.5 1.1 3.5 2.5 1 1 1 1 2 2 7	ミミートのドライカレープ ヨーグルト 牛 水塩 こしょう スープの素 じゃが芋 片 突いんげん()	9.8 0.8 0.02 1.2 35 0.6 5 1000	25日(水)	koal たんぱく質 36.0	2	エネルキー 818 kc	A	ープ _学 し 30 0.7 0.02 1.3 2.4 30 3 1.2 5	27 日 (金)	ちくかの ちくかの キ乳 100 6.5 50 5 0.3 0.6 10 15 1 15 25 2 4 0.6 12.5 12.5 12.5 12.5	D磯辺揚げ 五目 赤みそ 白みそ	豆 乳 小 5 5
80 こま 中中 中中 マース 3 変 精料 い揚い酒塩二片油に豆長水砂ト酢 も油 よ	まん いか スープ 4 97 8 3.5 70 1 0.3 0.03 10.5 0.5 0.5 0.6 7 0.4 0.5 0.13 7 1 3.5 7 7	Nのチリソース もやしの 乳 ● 中華 ス ー ブ ・ 水 とり (大 の で ん) にん ま (本 の で ん) にん ま (本 の で ん) で らう がらう サップ 油 デンま 油	8 (1 koal はん 大気 102 8 hレー 1.3 0.3 0.3 0.2 2.6 6 55 33 10 0.5 1.1 1 2 2 7 7 0.6 2 20 30 15	ミミートのドライカレープ ヨーグルト 牛 水塩 こしょう スープの素 じゃが芋 片 突いんげん()	9.8 0.8 0.02 1.2 35 0.6 5 100 DAY	25日(水)	koal たんぱく質 36.0	2	エネルキー 818 kc	18	10 30 0.7 0.02 1.3 2.4 30 3 1.2 5 0.5	27 (金)	ちくかの 生乳 100 6.5 50 5 0.3 0.6 10 15 1 15 25 2 4 4 0.6 12.5 12.5 15 12.5 15 20 15 30 30 30 30 30 30 30 30 30 30	D磯辺揚げ 五目 赤みそ 白みそ	豆 (字) (7) 5 5

	+4. #1*7:	ライ 中濃ソース			麦ごはん ハン	バーガ	
30日(月)	パル めしつ	かんパルうのみ	z :+	31日(火)			00
50 日 (万 / 57		3.100.2 30307	(一) (乳(小)	010()	キャベツとコー	ンのスープ 牛乳	乳(小)
●ごはん		豆腐(冷)	20	● 麦ごはん		キャベツ	40
精白米	100	赤みそ	4.8	精白米	92	ホールコーン()	
		白みそ	4.8	米粒麦	8	塩	0.78
● あじフライ		ほうれん草(冷			-	こしょう	0.03
揚げ油	9.1	10.21.11	, -	● ハンバーゲ		スープの素	1.3
あじフライ	70			ハンバーグ	80		
				炒めたまねぎ	(冷) 5		
● 中濃ソース				水	5		
中濃ソース(袋)	8			デミグラスソー	-ス 4		
				トマトケチャッ	プ 5.6		
● きんぴらごぼう				ウスターソース	ス 1.2		
油	0.5						
豚肉(もも)	8			● スパゲッティル	ベジルソース		
豚肉(肩)	8			油	0.5		
ごぼう	22			にんにく	0.4		
こんにゃく	12			ベーコン	5		
にんじん	17			たまねぎ	25		
砂糖	1.5			塩	0.2		
しょうゆ	3.2			こしょう	0.02		
みりん	1.3			バジルペース			
一味唐辛子	0.01			スパゲッティ	20		
白いりごま	0.8			じゃが芋	20		
ごま油	0.2			ゆで塩			
- 4. / 20. 20	.,,			油	0.3		
● かんぴょうのみそ	:T						
水				● キャベツとコー	ーシのスーフ		
こんぷ	0.6			水 (中か)	\ 00		
厚けずり節(かつ かんぴょう				とり肉(皮なし たまねぎ			
かんひょう たまねぎ	5 15			たまねざ にんじん	16 16		
	B46 kcal	たんぱく質	30.0 ø	エネルギー	860 kgal	たんぱく質	34.2 g
エイ・ハレイ	OWU KCAI	たがはく貝	30.0 g	エイ・ルイ	oou Koai	たがはく貝	34.2 g

【令和5年10月】 アレルギーの原因物質を含む加工食品の表示について

	T					
献立名	加工食品名	アレルギーの原因物質				
州八五七	加工技品石	卵	乳	小麦		
パオズ	パオズ			0		
ロールパン	ロールパン			0		
さつま芋のクリーム煮	マカロニ			0		
あじフライ	あじフライ			0		
きのこのストロガノフ	デミグラスソース					
ハンバーグ	1 57 7~7-~					
7,5/1-7	ハンバーグ			0		
スパゲッティバジルソース	スパゲッティ			0		
ヨーグルト	ヨーグルト		0			
春巻き	春巻き			0		

※上記のアレルギー原因物質以外に給食で使用する食品の中で、いか、ごま、さば、大豆、 とり肉、豚肉、ゼラチンもアレルギーの原因となることがあります。

- ※調味料(しょうゆ、酢、みそ)に含まれるアレルギー物質は、除去の対象とはしません。
- ※えび、かに、落花生、そば、くるみは使用しません。

※除去する必要のない調味料・だし・添加物等

(文部科学省 学校給食における食物アレルギー対応指針より)

鶏卵:卵殼カルシウム

牛乳:乳糖・乳清焼成カルシウム

小麦:しょうゆ・酢・みそ

大豆: 大豆油・しょうゆ・みそ

ごま:ごま油

魚類:かつおだし・いりこだし・魚しょう

肉類:エキス

6