

日 曜	献立名	使用する食品名				アレルギー表示義務7品目	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	
		主にエネルギーになるもの	主に体の組織をつくるもの	主に体の調子を整えるもの	調味料他			
4 月	ビビンバ ごはん	米					772	
	具(肉)	砂糖 ごま油 油	ぶた肉	ぜんまい にんにく しょうが	醤油 清酒	小麦	36.3	
	具(野菜)	ごま 砂糖 ごま油		こまつな だいずもやし	醤油 清酒 豆板醤	小麦		
	牛乳		牛乳			乳		
みそキムチスープ		とり肉 豆腐 みそ	ほうれんそう にんじん ねぎ たら けのこ きくらげ はくさいキムチ	コンソメ 塩 鶏がら				
5 火	こぎつねごはん	米 麦 油 砂糖	とり肉 油揚げ	にんじん さやいんげん	醤油 清酒 だし(削り節)	小麦	862	
	牛乳		牛乳			乳	37.7	
	ソフトカレイの竜田揚げ	油	かれいの竜田			小麦		
	かんぴょうのあえ物	砂糖 ごま		かんぴょう にんじん こまつな	醤油 清酒	小麦		
かき玉汁	かたくり粉	豆腐 卵	たまねぎ ほうれんそう	醤油 塩 だし(削り節)	小麦 卵			
6 水	2色揚げパン	パン 油 砂糖 ココア	きな粉		塩	小麦 乳	829	
	牛乳		牛乳			乳	31.2	
	ポークビーンズ	じゃがいも 油	だいず ぶた肉 スキムミルク	にんにく たまねぎ にんじん トマト	コンソメ 塩 こしょう トマトケチャップ ウスターソース	小麦		
	ワンタンスープ	ワンタンの皮	とり肉	にんじん たまねぎ もやし こまつな	塩 こしょう 醤油 だし(煮干し)	小麦		
7 木	ごはん	米						832
	牛乳		牛乳			乳	36.5	
	さばの七味焼き	砂糖 ごま油 ごま	さば	しょうが	醤油 みりん 清酒 七味唐辛子	小麦		
	アーモンドあえ	アーモンド 砂糖		こまつな にんじん もやし	醤油 みりん 清酒	小麦		
筑前煮	じゃがいも 砂糖 油	とり肉 がんもどき	にんじん ごぼう こんにゃく さやいんげん たけのこ	醤油 清酒 だし(削り節)	小麦			
8 金	カレーライス 麦ごはん	米 麦					857	
	ルウ	じゃがいも 油 カレールウ	ぶた肉 スキムミルク チーズ	にんにく たまねぎ にんじん りんご	こしょう カレー粉 トマトピューレ 中濃ソース	小麦 乳	25.6	
	牛乳		牛乳			乳		
	福神漬			福神漬		小麦		
青菜とじゃこのサラダ	砂糖 油	ちりめんじゃこ	こまつな キャベツ とうもろこし	醤油 清酒	小麦			
11 月	中華丼 ごはん	米					809	
	あん	油 砂糖 ごま油 かたくり粉	えび いか ぶた肉 うずら卵	たけのこ たまねぎ キャベツ にんじん チンゲンサイ きくらげ	清酒 醤油 塩 こしょう コンソメ	小麦 卵 えび	32.9	
	牛乳		牛乳			乳		
	手作りしゅうまい	パン粉 かたくり粉 ごま油 しゅうまいの皮	ぶた肉	たまねぎ	醤油 塩	小麦		
ナムル	砂糖 ごま油		もやし こまつな にんじん	醤油 酢	小麦			
12 火	こどもパン スライスチーズ	パン	チーズ			小麦 乳	846	
	牛乳		牛乳			乳	36.8	
	甘辛チキン竜田	かたくり粉 油 砂糖 ごま油 ごま	とり肉		清酒 こしょう 醤油 酢 豆板醤	小麦		
	フレンチサラダ	ドレッシング		キャベツ こまつな にんじん				
13 水	ミネストローネ	じゃがいも 油 マカロニ	だいず ペーコン	にんじん たまねぎ セロリー にんにく トマト パセリ	コンソメ 塩 こしょう	小麦		776
	キャロットライス	米 麦 油	えび チーズ	にんじん たまねぎ さやいんげん	コンソメ 塩 こしょう	乳 えび		
	牛乳		牛乳			乳		
	いかのフリッター	小麦粉 ベーキングパウダー 油 砂糖	いか 卵 スキムミルク		こしょう トマトケチャップ 中濃ソース	小麦 卵 乳		
14 木	コールスローサラダ	ドレッシング		キャベツ きゅうり こまつな		卵	31.3	
	チンゲンサイのスープ		豆腐	チンゲンサイ たまねぎ えのきたけ にんじん	コンソメ 塩 こしょう 醤油	小麦		
	みそラーメン 中華めん	中華めん				小麦		
	汁	油 ごま	ぶた肉 みそ	もやし たまねぎ にんじん キャベツ たら にんにく	豆板醤 清酒 鶏がら 豚骨	小麦		
15 金	牛乳		牛乳			乳	35.4	
	ポテトのチーズ焼き	じゃがいも 油	ベーコン チーズ	たまねぎ	塩 こしょう	乳		
	小松菜のソテー	油		こまつな にんじん とうもろこし	コンソメ 塩 こしょう			
	ひじきごはん	米 麦 油	ひじき 油揚げ	ごぼう にんじん こんにゃく さやいんげん	醤油 清酒 みりん 塩	小麦		
19 火	牛乳		牛乳			乳	770	
	豚肉の生姜焼き		ぶた肉	しょうが たまねぎ	醤油 清酒 みりん	小麦		
	くるみあえ	くるみ 砂糖	みそ	こまつな キャベツ にんじん	醤油 清酒 みりん	小麦		
	のっぺい汁	じゃがいも かたくり粉	ちくわ	だいこん ねぎ たけのこ えのきたけ ほうれんそう	醤油 清酒 塩 だし(削り節)	小麦		
20 水	ごはん	米					867	
	牛乳		牛乳			乳	31.4	
	みそカツ【愛知県】	小麦粉 パン粉 油 砂糖 ごま	ぶた肉 スキムミルク 卵 みそ		塩 こしょう みりん 清酒 醤油 だし(削り節)	小麦 乳 卵		
	おひたし		かつお節	こまつな にんじん もやし	醤油 清酒	小麦		
田舎汁	油	生揚げ	しめじ ごぼう にんじん だいこん こんにゃく	醤油 清酒 みりん 塩 だし(削り節)	小麦			
21 木	ピザトースト	パン 油	ハム チーズ	たまねぎ ピーマン とうもろこし	ピザソース 塩 こしょう	小麦 乳	778	
	牛乳		牛乳			乳	29.5	
	パリパリサラダ	アーモンド ドレッシング	ちりめんじゃこ	みずな こまつな 切り干しだいこん		小麦		
	じゃが芋のコンソメスープ煮	じゃがいも 油	ベーコン	えのきたけ たまねぎ にんじん チンゲンサイ	コンソメ 塩 こしょう			
22 金	ごはん	米						772
	牛乳		牛乳			乳	27.2	
	さんまのかば焼き	かたくり粉 油 砂糖	さんま		醤油 清酒	小麦		
	磯香あえ		のり かつお節	こまつな にんじん もやし	清酒 醤油	小麦		
23 土	みそけんちん汁	油	豆腐 みそ	だいこん ごぼう こんにゃく たまねぎ にんじん ほうれんそう	だし(削り節・煮干し)			
	味噌のキーマカレー パセリライス	米 麦 バター		パセリ		乳	872	
	【旬】ルウ	油 カレールウ	ぶた肉 スキムミルク	たまねぎ にんにく しょうが なす ピーマン	カレー粉 トマトピューレ 塩 ウスターソース	小麦 乳		
	牛乳		牛乳			乳		
24 日	ビーンズサラダ	ごま 油 ドレッシング	だいず ツナ	こまつな にんじん		小麦 卵	32.9	
	わかめごはん	米 麦	わかめ 油揚げ しらす干し	にんじん	みりん 醤油	小麦	826	
	牛乳		牛乳			乳		
	鶏肉のから揚げ	かたくり粉 油	とり肉	しょうが にんにく	醤油 清酒	小麦		
25 月	ごま酢あえ	ごま 砂糖		こまつな もやし	醤油 酢	小麦		37.2
	みそ汁		生揚げ みそ	たまねぎ ほうれんそう	だし(削り節・煮干し)			
	<b>新人体育大会（3時間授業）のため、給食はありません。</b>							
	<b>新人体育大会（3時間授業）のため、給食はありません。</b>							
28 木	ハヤシライス 麦ごはん	米 麦					870	
	ルウ	じゃがいも 油 ハヤシルウ	ぶた肉 スキムミルク チーズ	にんじん たまねぎ マッシュルーム	こしょう トマトケチャップ デミグラスソース ウスターソース	小麦 乳	26.1	
	牛乳		牛乳			乳		
	ミモザサラダ	油 ドレッシング	卵	こまつな もやし にんじん		卵		
29 金	ごはん	米						808
	牛乳		牛乳			乳	28.1	
	鮭の紅葉焼き	マヨネーズ	さけ	にんじん	塩 こしょう	卵		
	切り干し大根のあえ物	砂糖 ごま油		切り干しだいこん こまつな にんじん	醤油 酢	小麦		
磯煮	じゃがいも 油 砂糖	ひじき さつま揚げ だいず	こんにゃく さやいんげん	清酒 醤油 だし(削り節)	小麦			

\* 食品衛生法に基づいて「アレルギー表示義務7品目」について表示しています。

\* コンタミネーション(原材料としては使用されていなくても、製造工程で混入する恐れがある場合や、しらす干し等の魚介類とその加工品及びわかめ等の海藻類に混入している場合等)については記載していません。

\* 一部、材料入荷の都合により献立を変更したり、記入されていない材料を使用したりすることもあります。詳しい材料・調味料・加工品の配合等が知りたい方は、お申し出ください。

学校給食栄養所要量の基準 生徒(12~14歳)の場合	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	カルシウム	鉄	ビタミン				食物繊維
	(kcal)	(g)	(%)	(g)	(mg)	(mg)	レチノール当量 (μg)	B1 (mg)	B2 (mg)	C (mg)	
今月の平均栄養量	823	32.0	27.6%	3.8	461	4.1	361	0.79	0.65	39	5.9