

◎・・・卵抜きで提供します。

日	献立	アレルギー源								おかずの内容			エネルギー			
		卵	乳	小麦	大豆	ごま	魚介類	落花生	甲殻類	血や肉のもとになる	熱や力のもとになる	体の調子を整える	Kcal	g		
28 (火)	《戦時中の食事体験》															
	すいとん			○							すいとん	だいこん 大根葉 小松菜 はたけ菜				
29 (水)	夏野菜カレー	○	○	○	○					ミルク ベーコン	米飯 じゃがいも	福神漬 たまねぎ にんじん	776	Kcal		
	福神漬									チーズ	カレールー	ホールトマト パプリカ(赤・黄)	20.3	g		
	ミルク		○							アイスクリーム		ズッキーニ なす ピーマン	2.3	mg		
	アイスクリーム(雪見だいふく)	○	○													
30 (木)	ピピンパ丼			○	○	○	○			ミルク 豚肉 豆板醤	米飯 麻婆豆腐の素	にんにく 土生姜 ほうれん草	509	Kcal		
	ミルク		○							棒棒鶏ソース ごま油	ぜんまい にんじん パイン缶	21.7	g			
	杏仁フルーツ		○							ごま ホワイトゼリー	もやし みかん缶 甘夏缶	2.7	mg			
31 (金)	肉まん		○	○	○	○				ミルク 蒸し鶏	肉まん 中華麺 ごま油	きゃべつ もやし にんじん	498	Kcal		
	ミルク		○							錦糸卵	冷やし中華スープ	アスパラ わかめ きゅうり	23.1	g		
	冷麺	○		○	○	○							1.0	mg		
3 (月)	《簡易給食》															
	巻寿司	○		○	○			○								
	助六 " (☆アレルギー用)			○	○			○								
	いなり寿司			○	○	○										
巻寿司・いなり寿司																
☆アレルギー用は卵抜き給食希望の児童にのみの提供となります。																
5 (水)	米飯									ミルク 厚揚げ	米飯 油	だいこん にんじん オクラ				
	ミルク		○							カレーロール	香りごまドレッシング					
	「カレーロール	○	○	○	○					白身魚の香草フライ	わらび餅					
	「白身魚の香草フライ		○	○	○			○								
	厚揚げサラダ				○											
	香りごまドレッシング			○	○	○										
抹茶わらび餅				○												
6 (木)	ミルクパン		○	○						ミルク えび ツナ	ミルクパン スパゲッティ	パプリカ(赤・黄) アスパラ				
	ミルク		○							チーズ 骨付フランク	コーン オリーブオイル	ズッキーニ 乾燥バジル	687	Kcal		
	冷製トマトスパゲティ		○	○	○			○		アイスクリーム		トマトソース なす	32.5	g		
	ミニ骨付フランクフルト	○	○		○								1.2	mg		
アイスクリーム(パナッパ)		○														
7 (金)	米飯									ミルク 豚肉	米飯 青椒肉絲の素	ピーマン たけのこ にんじん				
	ミルク		○								焼肉のたれ ごま油 ごま	ほうれん草 もやし	571	Kcal		
	青椒肉絲			○	○	○	○				棒棒鶏ドレッシング		27.7	g		
	ナムル			○	○	○	○				アップルシャーベット		2.3	mg		
アップルシャーベット																
10 (月)	五目ご飯			○	○			○		ミルク 高野豆腐	五目ご飯 ごま	にんじん しめじ れんこん	514	Kcal		
	ミルク		○							厚揚げ 揚ボール		三度豆 もやし ほうれん草	22.7	g		
	鶏肉と高野豆腐の含め煮			○	○			○		鶏肉 だしの素		きゃべつ	3.4	mg		
	おひたし			○	○	○										

卵 乳 小麦 大豆 ごま 魚介類 落花生 甲殻類

日	献立	アレルギー源							おかずの内容			エネルギー	
		卵	乳	小麦	大豆	ごま	魚介類	落花生	甲殻類	血や肉のもとになる	熱や力のもとになる	体の調子を整える	蛋白質 g
11 (火)	黒糖パン		○	○						ミルク ベーコン 大豆 いんげん豆 ツナ 赤・白いんげん エジプト豆 チーズ	黒糖パン マカロニ イタリアンドレッシング 和梨ゼリー	たまねぎ にんじん アスパラ ブロッコリー カリフラワー きゃべつ きゅうり パプリカ(赤・黄) ピーマン マッシュルーム トマトピューレ トマトケチャップ 乾燥バジル	699 Kcal 26.0 g 2.6 mg
	ミルク		○										
	イタリアントマトシチュー	○	○	○	○								
	イタリアンサラダ		○				○						
	イタリアンドレッシング												
	和梨ゼリー												
12 (水)	米飯								ミルク 油あげ 大豆 和風だしの素 さばの塩焼 さばの生姜煮	米飯 油	切干大根 ひじき にんじん 枝豆	625 Kcal 26.4 g 4.1 mg	
	ミルク		○										
	さばの塩焼					○							
	さばの生姜煮			○	○	○							
	切干大根とひじきの煮付			○	○	○							
	枝豆			○									
13 (木)	ロコモコ丼(※)	○	○	○	○		○		ミルク 目玉焼き デミグラスハンバーグ	米飯 デミグラスソース	トマトケチャップ きゃべつ しめじ にんじん パプリカ(赤・黄) もやし たまねぎ マンゴーフルーツ	632 Kcal 25.8 g 2.6 mg	
	ミルク		○										
	マンゴーフルーツ												
14 (金)	米飯								ミルク 豚肉 甜麺醤	米飯 回鍋肉の素 中華炒めベース ごま油 ごま 中華ドレッシング 杏仁プリン	きゃべつ ピーマン にんじん たまねぎ しめじ きゅうり もやし	560 Kcal 28.0 g 3.1 mg	
	ミルク		○										
	回鍋肉			○	○	○	○						
	中華風おひたし		○	○	○	○	○						
	杏仁プリン		○	○									
18 (火)	バターパン		○	○					ミルク ベーコン ツナ バター だしの素	バターパン スパゲティ コーン 和風ドレッシング みかんゼリー	たまねぎ にんじん しめじ にんにく まいたけ エリンギ アスパラ ほうれん草	605 Kcal 23.2 g 3.0 mg	
	ミルク		○										
	和風きのこスパゲティ	○	○	○	○		○						
	ポパイサラダ												
	和風ドレッシング			○	○		○						
19 (水)	ビーフカレー		○	○	○				ミルク 牛肉 チーズ 白ぶどう入りミックスヨーグルト	米飯 じゃがいも ハヤシルウ カレールウ 香味塩ドレッシング デミグラスソース	福神漬 たまねぎ にんじん グリーンピース トマトケチャップ きゅうり きゃべつ アスパラ ブロッコリー	658 Kcal 24.6 g 2.4 mg	
	ハヤシライス		○	○	○		○						
	福神漬												
	ミルク		○										
	グリーンサラダ												
	香味塩ドレッシング			○	○	○							
20 (木)	米飯								ミルク 和風だしの素 豆腐ハンバーグ	米飯 こんにゃく ごま	味付のり にんじん ごぼう たけのこ 枝豆 しめじ ほうれん草	553 Kcal 23.8 g 3.1 mg	
	味付のり				○		○						
	ミルク		○										
	豆腐ハンバーグ			○	○	○							
	野菜の煮物			○	○		○						
		卵	乳	小麦	大豆	ごま	魚介類	落花生	甲殻類				

日	献立	アレルギー源								おかずの内容			エネルギー									
		卵	乳	小麦	大豆	ごま	魚介類	落花生	甲殻類	血や肉のもとになる	熱や力のもとになる	体の調子を整える	蛋白質 g	Kcal mg								
21 (金)	米飯									ミルク 鶏肉 焼豚	米飯 油 片栗粉 から揚げ粉 ごま ごま油 春雨	きゃべつ もやし にんじん 巨峰	620	Kcal 27.3 1.4 mg								
	ミルク		○																			
	とりの唐揚げ	○	○	○	○																	
	中華風あえもの		○	○	○	○																
	巨峰																					
25 (火)	おさつパン	○	○	○	○					ミルク ツナ ローストチキン	おさつパン 油 スパゲティ イタリアンドレッシング ラ・フランスゼリー	ブロッコリー きゃべつ ごぼう にんじん ミニトマト	627	Kcal 28.7 1.9 mg								
	ミルク		○																			
	ローストチキン			○	○																	
	スパゲティサラダ			○		○																
	イタリアンドレッシング																					
	ミニトマト																					
	ラ・フランスゼリー																					
	《2年生ブッフェ》																					
	「おさつパン	○	○	○	○																	
	「イワンロール	○	○	○	○																	
「ミニクロワッサン	○	○	○	○																		
「ローストチキン			○	○																		
「えびカツ	○		○	○		○	○															
スパゲティサラダ			○			○																
イタリアンドレッシング																						
ミニトマト																						
冷製パンプキンスープ		○		○																		
ラ・フランスゼリー																						
26 (水)	「他人丼	○		○	○		○		ミルク 牛肉 卵 鶏肉 だしの素	米飯 片栗粉 ごま すき焼のたれ アップルシャーベット	たまねぎ にんじん 青ねぎ しめじ ブロッコリー	576	Kcal 26.7 2.3 mg									
	「とり丼			○	○		○															
	ミルク		○																			
	ブロッコリーのごまあえ			○	○	○																
	アップルシャーベット																					
27 (木)	米飯								ミルク 豚肉 豆腐 みそ えびシューマイ	米飯 キムチの素 マロニー 麻婆豆腐の素 焼プリン	韓国のり はくさい しめじ にんじん 青ねぎ	663	Kcal 26.1 4.6 mg									
	韓国のり					○																
	ミルク		○																			
	キムチ鍋			○	○		○	○														
	えびシューマイ			○	○		○	○														
焼プリン	○	○																				
28 (金)	たっぷりミルクパン	○	○	○	○				ミルク ベーコン 鶏肉 チーズ	たっぷりミルクパン じゃがいも ホワイトルウ アップルフレッシュゼリー 香りごまドレッシング	たまねぎ にんじん だいこん マッシュルーム ブロッコリー 枝豆	734	Kcal 26.8 1.0 mg									
	ミルク		○																			
	ベーコンシチュー	○	○	○	○																	
	大根と枝豆のサラダ				○																	
	香りごまドレッシング			○	○	○																
アップルフレッシュゼリー																						
												卵	乳	小麦	大豆	ごま	魚介類	落花生	甲殻類	栄養平均量	618	Kcal
																					25.5	g
																					2.5	mg

※口コモコ丼は卵を乗せなければ卵は含みません。