

日	こんだて名		アレルギー物質		使用材料名			栄養価	
	主食 飲み物 おかず		全28品目中		赤色の食品 体(骨や血や肉)をつくる もとなる	黄色の食品 エネルギー(体や脳が働く力)の もとなる	緑色の食品 体の調子を整える もとなる	上段：小 エネルギー (kcal)	下段：中 たんぱく質 (g)
1 木 	こどもパン		小麦 大豆			こどもパン		559	27.1
	ぎゅうにゅう		乳		牛乳				
	アルファベットスープ		小麦 鶏肉		鶏肉	マカロニ	人参 玉ねぎ キャベツ ほうれん草	705	33.0
	ハンバーグてりやきソースかけ ブロッコリーのソテー		大豆 鶏肉 豚肉 りんご		ハンバーグ	砂糖 でん粉 オリーブ油	りんご にんにく ブロッコリー コーン にんにく		
2 金 	ごはん					ごはん		694	22.3
	ぎゅうにゅう		乳		牛乳				
	ハッシュドポーク		小麦 大豆 豚肉		豚肉 大豆 みそ	油 砂糖 ハヤシルウ デミソース	にんにく 人参 玉ねぎ トマト ほうれん草 マッシュルーム	838	26.4
	ミートコロッケ れいとうみかん		小麦 乳 大豆 鶏肉			油 ミートコロッケ	みかん		
5 月 	ごはん					ごはん		573	25.6
	ぎゅうにゅう		乳		牛乳				
	ほうれんそうのみそしる		大豆		豆腐 油揚げ みそ		しめじ ほうれん草 ねぎ	727	31.3
	やさいのおこのみやきふう ソース ★そぼろごはんのぐ		大豆 卵 大豆 豚肉		大豆 豚肉 大豆 卵	野菜お好み焼き風 砂糖			
6 火 	ごはん					ごはん		587	22.4
	ぎゅうにゅう		乳		牛乳				
	★トッポギスープ		大豆 鶏肉		なると	トッポギ	人参 大根 もやし 小松菜 ねぎ 干し椎茸	732	25.8
	ごもくやさいにくだんご(2こ) ふたキムチいため		小麦 大豆 鶏肉 大豆 豚肉 ごま りんご		五目野菜肉団子 豚肉	ごま油 ごま 砂糖	にんにく 玉ねぎ たけのこ 白菜キムチ		
7 水 	ごはん					ごはん		585	26.8
	ぎゅうにゅう		乳		牛乳				
	けんちんじる		大豆 鶏肉		鶏肉 豆腐 油揚げ	ごま油 里芋	ごぼう 人参 大根 ねぎ 干し椎茸	760	33.3
	★さわらのさいきょうやき ビーフンいため		大豆 鶏肉 豚肉		豚肉	油 砂糖 ビーフン	もやし 人参 キャベツ		
8 木 	キャラメルあげばん		小麦 大豆			ツイストパン 油 ミルメークキャラメル味		581	23.9
	ぎゅうにゅう		乳		牛乳				
	★ポークビーンズ		大豆 鶏肉 豚肉 りんご		豚肉 大豆	油 砂糖 じゃがいも	にんにく 人参 玉ねぎ トマト	679	28.3
	キャベツとツナのソテー 【ヨーグルト】		鶏肉 乳		ツナ ヨーグルト	油	キャベツ にんにく いんげん コーン		
9 金 	ごはん					ごはん		589	21.0
	ジョア ブルーベリー		乳		ジョア				
	★いしかりじる		大豆 鮭		鮭 豆腐 油揚げ みそ	じゃがいも	人参 大根 玉ねぎ えのきたけ	770	26.5
	かぼちゃきにくフライ ほうれんそうのソテー		小麦 大豆 豚肉 りんご 鶏肉 豚肉		鶏肉 豆腐 油揚げ みそ ウインナー	油 かぼちゃひき肉フライ 油	ほうれん草 人参 コーン		
13 火 	ごはん					ごはん		557	24.2
	ぎゅうにゅう		乳		牛乳				
	なめこじる		大豆 豚肉		豚肉 豆腐 わかめ みそ	油 じゃがいも	なめこ 玉ねぎ	708	29.5
	★あじのレモンベッパヤーやき きりぼしだいこんのもの		大豆		あじレモンベッパヤー味 油揚げ	油 砂糖	切り干し大根 人参 しらたき		
14 水 	ちゅうかめん		小麦			中華麺		681	25.5
	ぎゅうにゅう		乳		牛乳				
	みそラーメンじる		大豆 鶏肉 豚肉		豚肉 なると みそ	油	にんにく 生姜 人参 玉ねぎ キャベツ コーン にら	859	31.3
	とうにゅうボール もやしとごまつなごまあぶらいため スライスコッパパン		大豆 鶏肉 豚肉 鶏肉 ごま 小麦 大豆		豆乳ボール	砂糖 ごま油 ごま コッパパン	もやし 人参 小松菜 きくらげ にんにく		
15 木 	ぎゅうにゅう		乳		牛乳			594	24.0
	コンソメスープ		鶏肉		鶏肉		人参 玉ねぎ キャベツ ほうれん草		
	ウインナーケチャップソースかけ ★ポテトサラダ		大豆 豚肉 りんご 大豆		ウインナー	砂糖 じゃがいも マヨネーズ風ドレッシング	コーン 枝豆	756	29.6
16 金 	わかめごはん					わかめごはん		618	25.5
	コーヒーマルク		乳		コーヒーマルク				
	とんじる		大豆 豚肉		豚肉 豆腐 みそ	油 里芋	ごぼう 人参 大根 ねぎ	784	31.4
	とりのからあげ ごまつなとメンマのソテー		鶏肉 小麦 小麦		鶏肉塩・酒漬け	油 でん粉 ごま油	小松菜 メンマ にんにく もやし		
19 月 	ごはん					ごはん		587	25.0
	ぎゅうにゅう		乳		牛乳				
	じゃいがいものみそしる		大豆		油揚げ みそ	じゃがいも	もやし ほうれん草	748	30.4
	とうふハンバーグきのこあんかけ あつあげとやさいのいためもの		大豆 鶏肉 豚肉 大豆 鶏肉		豆腐ハンバーグ 厚揚げ 鶏肉	砂糖 でん粉 油 砂糖 でん粉	えのきたけ 生姜 人参 玉ねぎ たけのこ ブロッコリー		
20 火 	ごはん					ごはん		703	21.8
	おかかふりかけ					おかかふりかけ			
	ぎゅうにゅう		乳		牛乳			858	25.3
	ちゃんぽんスープ はるまき クリームだいふく		大豆 鶏肉 豚肉 ごま ゼラチン 小麦 大豆 鶏肉 大豆		豚肉 厚揚げ かまぼこ 春巻き	油 ごま 油 豆乳クリーム大福	生姜 にんにく 人参 玉ねぎ しめじ キャベツ もやし きくらげ にら		
21 水 	ごはん					ごはん		648	26.7
	ぎゅうにゅう		乳		牛乳				
	★ひつつみ		小麦 大豆		油揚げ	ひつつみ	人参 大根 しめじ ほうれん草	825	32.8
	★さばのみそだれかけ ★くさわかめのごもくに		さば 大豆 鶏肉		さば文化干し みそ 鶏肉 茎わかめ ちくわ	砂糖 でん粉 油 砂糖	生姜 人参 こんにゃく 干し椎茸		
22 木 	クロワッサン		小麦			クロワッサン		597	20.7
	ぎゅうにゅう		乳		牛乳				
	コーンポタージュ		小麦 乳		牛乳 脱脂粉乳	油 じゃがいも ポターージュルウ	人参 玉ねぎ コーン パセリ	777	26.1
	チキンナゲット(小2こ、中3こ) ★ようふうきんぴら		小麦 大豆 鶏肉 豚肉 鶏肉 豚肉		チキンナゲット ベーコン	オリーブ油	ごぼう 人参 れんこん いんげん にんにく		
23 金 	ごはん					ごはん		584	22.2
	ぎゅうにゅう		乳		牛乳				
	えびボールのすましじる		大豆 えび		えびボール 豆腐 わかめ		人参 大根 たけのこ	747	26.8
	あつやきたまご ★ごもくくりごはんのぐ		卵 大豆 鶏肉		厚焼きたまご 鶏肉 油揚げ	油 砂糖 栗	干し椎茸 人参 わらび みずな えのきたけ 山うど なめこ たけのこ		
26 月 	ごはん					ごはん		533	22.3
	ジョア プレーン		乳		ジョア				
	もやしのみそしる		大豆		豆腐 油揚げ みそ		もやし ほうれん草 しめじ	696	28.1
	★しろみざかなのケチャップあんかけ ★ひじきのいために		大豆 鶏肉 大豆 鶏肉		タラでん粉付 鶏肉 ひじき 大豆	油 砂糖 でん粉 油 砂糖	玉ねぎ 人参 しらたき		
27 火 	ごはん					ごはん		590	21.5
	ぎゅうにゅう		乳		牛乳				
	はるさめわんたんスープ		小麦 大豆 鶏肉		なると わかめ	わんたん 春雨	人参 大根 たけのこ 干し椎茸	774	27.0
	とうふナゲット(小2こ、中3こ) ピピンパのぐ		小麦 大豆 大豆 豚肉 ごま		豆腐ナゲット 豚肉 大豆	油 砂糖 ごま	にんにく 生姜 人参 ぜんまい もやし ほうれん草		
28 水 	ソフトめん		小麦			ソフト麺		691	23.0
	ぎゅうにゅう		乳		牛乳				
	きのこなはんじる		大豆 鶏肉		鶏肉 油揚げ		人参 玉ねぎ 干し椎茸 なめこ たもぎたけ えのきたけ ねぎ	876	28.3
	ころころだいがくいも ★ごぼうサラダ		卵 大豆 ごま 小麦 大豆			さつまいも 油 砂糖 水あめ	ごぼうサラダ コーン		
29 木 	こどもパン					こどもパン		580	25.6
	ぎゅうにゅう		乳		牛乳				
	ジュリエンヌスープ		鶏肉 豚肉		ベーコン		人参 玉ねぎ 大根 ほうれん草	712	30.0
	グリルチキンカツ ソースやきそば		小麦 鶏肉 小麦 大豆 豚肉 りんご		チキンカツ 豚肉 青のり	油 中華麺	人参 もやし キャベツ		
30 金 	ごはん					ごはん		645	22.4
	ぎゅうにゅう		乳		牛乳				
	チキンカレー		小麦 大豆 鶏肉 りんご		鶏肉 大豆	油 じゃがいも カレールウ	にんにく 人参 玉ねぎ トマト ほうれん草 生姜	828	27.3
	プレーンオムレツ ★しらたまポンチ		卵 りんご もも		プレーンオムレツ	白玉 ゼリー(ぶどう、りんご)	もも パイナップル みかん		
給食回数21回								608	23.8
								769	29.0

※ 都合により食材が変更になる場合があります。ご了承ください。

※ ★はかみかみメニューです。意識して“よくかんで”食べる日にしましょう！

※  の日は、先割れスプーンがつきます。

※  の日は、おわんが2こつきます。

※ 【 】のものは、学校配送品です。

※ 使用材料をすべて載せているわけではありません。アレルギー等ご家庭でも注意していただき、ご不明な点がありましたら学校給食センターまでお問い合わせください。



食物アレルギー対象品目について

アレルギーは、食品に含まれているものを記載しています。右記の表に記載している調味料等のアレルギーは記載していませんのでご了承ください。

「学校給食における食物アレルギー対応指針」(文部科学省 平成27年3月作成)を基に作成

原因食物	除去する必要のない調味料・だし・添加物等
鶏卵	卵殻カルシウム
牛乳	乳糖・乳糖生成カルシウム
小麦	しょうゆ・酢・みそ
大豆	大豆油・しょうゆ・みそ
ゴマ	ゴマ油
魚類	かつおだし・いりこだし・魚しょう
肉類	エキス

月間平均栄養価

608 23.8

769 29.0

給食センターでは、
給食の写真を毎日
更新中です★

羽生市HP

