



きゅうしよくこんだてひょう



さいき学校給食センター

該当の保護者の方は、全ての欄に○(食べる)、×(食べない)、持(弁当持参)を記入し、学級担任まで提出してください。それをコピーして、返却いたします。

牛乳は毎日つきます。

ふるさと給食の日には佐伯市のマークでお知らせします。佐伯市産食材を太字にしています。

今月のふるさと給食は、「豊南の玉ねぎ・お茶」です。

佐伯産の魚をつかう日に、このマークをつけています。

かみかみメニューの日に、このマークをつけています。

該当の保護者の方にお届けしている、一覧表の番号です。

日	確認	献立名	食器	おもにからだをつくるものになる	おもにからだのちようしをととのえるものになる	おもにエネルギーのものになる	その他	加工食品等のアレルギー表示							予定		
								一覧表番号	加工品名等	卵	乳	小麦	落花生	えび		かに	くさくさ
1月		ごはん	飯			米											木立小6年・なし
		いとこんにゃくのスープ	汁	ぶた肉,チキンからスープ	玉ねぎ,にんじん,こんにゃく,こまつな,もやし,きくらげ	ごま油	酒,塩,こしょう,うすくちしょうゆ,中華味										
		すどり	大	とり肉	しょうが,玉ねぎ,にんじん,たけのこ,ピーマン,生しいたけ	でんぷん,米粉,なたね油,さとう,サラダ油,ごま油	うすくちしょうゆ,酒,こいくちしょうゆ,ケチャップ,酢										
2火		ごはん	飯			米											翔南7,9年・なし
		かしわじる	汁	とり肉,油あげ,とうふ,(いりこ)	ごぼう,にんじん,たまねぎ,しいたけ,ねぎ		うすくちしょうゆ,和風だし,塩										
		ちぐさやき	盆	★たまご,とりひき肉	にんじん,玉ねぎ,ほうれんそう	さとう,サラダ油	こいくちしょうゆ,塩,酒										
		しおのり	盆	塩のり					9006	塩のり							
3水		コッペパン	大			★コッペパン				1004	コッペパン	●	●				翔南7,9年・なし
		こめごしチュー	汁	とり肉,★牛乳	にんじん,たまねぎ,ブロッコリー,しめじ	じゃがいも,米粉,サラダ油	塩,こしょう,白ワイン,コンソメ										
		コーンサラダ	飯	ロースハム	カリフラワー,キャベツ,きゅうり,にんじん,とうもろこし	サラダ油,さとう	酢,塩,こしょう		11004	ロースハム							
4木		ごはん	大			米											
		スタミナどん	大	ぶた肉	もやし,にら,にんじん,玉ねぎ,にんじく,しょうが	サラダ油,さとう,ごま油	酒,塩,こしょう,こいくちしょうゆ,みりん,中華味,トウバンジャン	17006	トウバンジャン								
		とびうおのつみれじる	汁	とびうおボール,とうふ,(いりこ)	にんじん,たまねぎ,しいたけ,ごぼう,ねぎ			塩,和風だし,うすくちしょうゆ	10053	とびうおボール							
		こくとうまめ	盆	黒糖まめ					15004	ころりん黒糖まめ							
5金		むぎごはん	大			米,パン麦											上小6年なし
		ハヤシライス	大	ぶた肉	たまねぎ,にんじん,しめじ,トマトジュース,マッシュルーム,りんご,えだまめ	サラダ油,さとう	赤ワイン,★デミグラスソース,★ハヤシライス,ウージパウダー,ケチャップ	17045 17039 6013	マイルドデミグラスソース ハイシルウ ウージパウダー	●	●						
		コールスローサラダ	汁	ロースハム	キャベツ,にんじん,とうもろこし,きゅうり	マヨネーズ,さとう	塩,こしょう,酢,うすくちしょうゆ	11004 17056	ロースハム エッグケアマヨネーズ								
		ごはん	飯			米											
8月		かきたまじる	汁	とうふ,★たまご,かまぼこ,(いりこ)	たまねぎ,にんじん,えのき,ねぎ	でんぷん	塩,うすくちしょうゆ,和風だし	10026	かまぼこ								上小6年なし
		とりのたれカツ	大	とり肉		★小麦粉,★パン粉,なたね油,さとう,でんぷん	酒,塩,こしょう,こいくちしょうゆ,みりん,和風だし	1017	パン粉	●							
		あおうめゼリー	盆			青うめゼリー			15040	青うめゼリー							
		ごはん	飯			米											
9火		にくじゃが	汁	ぶた肉	にんじん,たまねぎ,いんげん,こんにゃく	じゃがいも,サラダ油,さとう	酒,みりん,こいくちしょうゆ,うすくちしょうゆ,和風だし										
		ごまあえ	大		こまつな,キャベツ,もやし,にんじん	ごま,さとう	塩,こいくちしょうゆ,うすくちしょうゆ										
		こがたコッペパン	大			★コッペパン			1004	コッペパン	●	●					
10水		スパゲティボロネーゼ	汁	牛ひき肉,ぶたひき肉,だいず	にんじん,たまねぎ,グリーンピース,にんにく	★スパゲティ,サラダ油,さとう	赤ワイン,ウスターソース,塩,こしょう,ナツメグ,コンソメ,ケチャップ,★デミグラスソース	1014 17045	スパゲティ マイルドデミグラスソース	●	●						
		チーズサラダ	飯	ロースハム,★チーズ	キャベツ,にんじん,きゅうり,とうもろこし	サラダ油,さとう	酢,塩,こしょう	11004	ロースハム								
		いちごジャム	盆			いちごジャム			13012	プロセスチーズ	●						
		ごはん	飯			米											
11木		チャーハン	大	★たまごそぼろ,やきぶた,かまぼこ	しょうが,にんにく,玉ねぎ,ねぎ,にんじん	米,サラダ油,ごま油	中華味,塩,こしょう,こいくちしょうゆ,うすくちしょうゆ	12004 11016 10026	ふんわり卵そぼろ 焼豚 かまぼこ	●	●	●					
		はるさめスープ	汁	とり肉,チキンからスープ	にんじん,たまねぎ,チンゲンサイ,しいたけ	緑豆春雨	うすくちしょうゆ,塩,こしょう,中華味,酒										
		あげシューマイ	飯	★シューマイ		なたね油			18021	肉焼売	●						
12金		ごはん	大			米											
		おやこどん	大	★たまご,とり肉,かまぼこ	にんじん,玉ねぎ,しいたけ,ねぎ	さとう,でんぷん	うすくちしょうゆ,こいくちしょうゆ,和風だし,みりん,酒	10026	かまぼこ								
		やきぶたのちゅうかあえ	汁	やきぶた	きくらげ,きゅうり,もやし,キャベツ	さとう,ごま,ごま油	こいくちしょうゆ,みりん,酢	11016	焼豚	●							
15月		ごはん	飯			米											下小4年なし
		ひじきふりかけ	飯	ひじき,かつお節	きくらげ	ごま,さとう	こいくちしょうゆ,みりん										
		ぶたじる	汁	ぶた肉,油あげ,とうふ,赤みそ,麦みそ,(いりこ)	にんじん,しめじ,ごぼう,キャベツ,ねぎ	じゃがいも	和風だし										
		ししゃものおちやてんぷら	大	ししゃも		★てんぷらこ,なたね油	因尾茶,塩		10022 1003	ししゃも丸干し 天ぷら粉		●					
16火		ごはん	飯			米											
		マーボーどうふ	汁	とうふ,だいず,とりひき肉,ぶたひき肉,赤みそ	しいたけ,にんじん,ねぎ,しょうが	サラダ油,さとう,でんぷん,ごま油	こしょう,酒,みりん,うすくちしょうゆ,★麻婆ソース,トウバンジャン	17015 17006	麻婆ソース トウバンジャン	●							
		パンサンスー	大	ロースハム,★たまごそぼろ	きゅうり,にんじん,キャベツ	緑豆春雨,さとう,ごま,ごま油	うすくちしょうゆ,酢		11004 12004	ロースハム ふんわり卵そぼろ	●	●					



きゅうしよくこんだてひょう



さいき学校給食センター

該当の保護者の方は、全ての欄に○(食べる)、×(食べない)、持(弁当持参)を記入し、学級担任まで提出してください。それをコピーして、返却いたします。

牛乳は毎日つきます。

ふるさと給食の日には佐伯市のマークでお知らせします。佐伯市産食材を太字にしています。

今月のふるさと給食は、「豊南の玉ねぎ・お茶」です。

佐伯産の魚をつかう日に、このマークをつけています。

かみかみメニューの日に、このマークをつけています。

該当の保護者の方にお届けしている、一覧表の番号です。

日	確認	献立名	食器	おもにからだをつくるものになる	おもにからだのちようしをととのえるものになる	おもにエネルギーのものになる	その他	加工食品等のアレルギー表示							予定			
								一覧表番号	加工品名等	卵	乳	小麦	落花生	えび		かに	くるみ	
17水		ミルクパン	大			★ミルクパン		1006	ミルクパン		●							
		ポークビーンズ	汁	ベーコン,ぶた肉,チキンがらスープ,だいず	玉ねぎ,にんじん,トマトジュース,えだまめ	サラダ油,じゃがいも	塩,こしょう,赤ワイン,コンソメ,ローレル,クチャップ,ウスターソース,★デミグラスソース	11010	ベーコン									
		はな*はなサラダ	飯	ツナ	ブロッコリー,カリフラワー	マヨネーズ	うすくちしょうゆ,こしょう	10023	ノンドリップツナ									
		オレンジ	大		オレンジ			17056	エッグケアマヨネーズ									
18木		むぎごはん	大			米,パン麦												
		チキンカレー	大	とり肉	にんじん,たまねぎ,にんにく,しょうが,りんご,グリーンピース,トマトピューレ	じゃがいも,サラダ油	カレー粉,ウージパウダー,★パーム油,ウスターソース,こいくちしょうゆ,コンソメ,赤ワイン	6013	ウージパウダー									
		ヨーグルトあえ	汁	★ヨーグルト	パイン,黄桃,みかん,バナナ	さとう		17028	パーム油		●							
								13003	プレーンヨーグルト		●							
19金		ごはん	飯			米												
		ちくぜんに	汁	とり肉,生あげ,さつまあげ	にんじん,こんにゃく,たけのこ,しいたけ,ごぼう,いんげん	サラダ油,さとう	こいくちしょうゆ,うすくちしょうゆ,みりん,酒,和風だし	10034	さつまあげ(丸天)									
		ひじきとえだまめのサラダ	大	ひじき,ロースハム	えだまめ,もやし,にんじん	さとう,マヨネーズ,ごま	こいくちしょうゆ,酢,塩,こしょう	11004	ロースハム									
22月		ごはん	飯			米												
		すいぎょうざのスープ	汁	とり肉,チキンがらスープ	にんじん,もやし,ねぎ,しいたけ	ごま油,★水ぎょうざ	うすくちしょうゆ,塩,こしょう,中華味,酒	18005	水餃子			●						
		ブルコギ	大	ぶた肉	しょうが,にんにく,しめじ,たまねぎ,もやし,にんじん,にら	さとう,サラダ油,ごま,ごま油	こいくちしょうゆ,みりん,酒,コチジャン	17047	コチジャン									
23火		ゆかりごはん	飯		ゆかり	米		17059	ゆかり									
		ごもくうどん	汁	とり肉,油あげ,かまぼこ,(いりこ)	にんじん,しいたけ,たまねぎ,ねぎ	★うどん	うすくちしょうゆ,みりん,塩,和風だし	1011	学給うどん			●						
		あじフライ(あおさいり)	大	★あじフライ		なたね油		10054	あじフライ(あおさいり)			●						
24水		くろざとうパン	大			★黒砂糖パン		1005	黒砂糖パン		●	●						
		とりにくのパーベキューソース	大	とり肉	たまねぎ,しょうが,にんにく,りんごピューレ	さとう	酒,うすくちしょうゆ,こしょう,ケチャップ											
		ゆでブロッコリー	大		ブロッコリー	さとう	うすくちしょうゆ											
		イタリアンスープ	汁	★たまご,★粉チーズ,ベーコン,チキンがらスープ	パセリ,とうもろこし,にんじん,たまねぎ	★パン粉	塩,こしょう,うすくちしょうゆ,コンソメ	1017	パン粉			●						
25木		ごはん	飯			米												
		あつあげとぶたにくのみそいため	汁	ぶた肉,生あげ,さつまあげ,赤みそ	しょうが,にんじん,しいたけ,玉ねぎ,こんにゃく,いんげん	サラダ油,さとう	酒,こいくちしょうゆ,みりん	10034	さつまあげ(丸天)									
		もやしのナムル	大	ちくわ	もやし,きゅうり,にんじん,しょうが,にんにく	ごま,さとう,ごま油	とうがらし,こいくちしょうゆ,塩,酢	10029	焼ちくわ									
26金		こめこパン	大			★米粉パン		1007	米粉パン		●	●						
		ミネストローネスープ	汁	とり肉,ベーコン,だいず	にんじん,キャベツ,玉ねぎ,トマト,パセリ	★マカロニ,じゃがいも	塩,こしょう,コンソメ,うすくちしょうゆ	11010	ベーコン			●						
								11010	マカロニ									
		カボチャのチーズやき	盆	ベーコン★牛乳,★チーズ	かぼちゃ,玉ねぎ,アスパラガス	サラダ油,マヨネーズ	ウージパウダー,塩,こしょう,コンソメ	6013	ウージパウダー									
29月		ごはん	飯			米												
		もずくいり かきたまじる	汁	もずく,かまぼこ,★たまご,(かつおぶし,昆布)	にんじん,たまねぎ,えのき,ねぎ		うすくちしょうゆ,塩,和風だし	9011	もずく									
								10026	かまぼこ									
		さばのごまみそやき	大	さば,赤みそ		さとう,ごま	酒,みりん											
30火		あおりんごゼリー	盆			青りんごゼリー		15024	青りんごゼリー									
		ごはん	大			米												
		トリニータどん	汁	とり肉	にんにく,にら,しょうが	でんぷん,米粉,なたね油,さとう,ごま油	塩,こしょう,酒,こいくちしょうゆ,コチジャン	17047	コチジャン									
	しるビーフン	汁	ぶた肉,チキンがらスープ	にんじん,たまねぎ,チンゲンサイ,しいたけ	ビーフン	塩,こしょう,うすくちしょうゆ,中華味	1101	ビーフン										

米には炊飯時、少量の油(サラダ油)を使用しています

*材料の()はだしとりのみです。

*表示義務のない(8品目以外)アレルゲンを完全除去することはできません。

*アレルギー表示対象品目は、特定原材料8品目(表示義務) えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生(ピーナッツ)、くるみです。そばは、給食にはできません。

*特定原材料に準ずる原材料20品目(表示推奨)アーモンド、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、マカダミアナッツについては、献立表と各校に配布している加工食品一覧表で確認をお願いします。ただし、20品目は、推奨表示のため記載がない場合があります。

*加工食品や調味料は、同じ品名でも以前と成分が変わる場合があります。毎月の献立表と加工食品一覧表でアレルギー食品表示をご確認下さい。

*パンの日は、乳アレルギーの場合は代替パン(乳アレルギーなし)を準備します。小麦アレルギーの場合は、ごはん等を持参してください。

*天候等による急なトラブルで献立や食材を変更する場合があります。

*お知らせしている調味料以外に(塩・砂糖類・みりん・酒・しょうゆ)を加えて調理することがあります。