

















吉見町学校給食センター

日	曜	ス プ リ ン	こんだてめい	アレルギー物質（8大アレルギー）	食品のしるい			えいようりょう					
			主食 飲み物 おかず		血や肉になるもの （赤色）	体の調子を とるもの （緑色）	力や体温となるもの （黄色）	小 中	エネルギー （kcal）	小 中	たんぱく質 （g）		
1	木		ごはん 牛乳 だんごじる ちくわのおちゃんのはあげ キャベツとツナのソテー	<small>小麦</small> 乳 小麦 小麦 <small>卵</small> <small>乳</small> <small>えび</small> <small>かに</small>	牛乳 あぶらあげ ツナフレーク	とりにく やきちくわ	ごぼう ぶなしめじ せんちゃ とうもろこし	にんじん ねぎ キャベツ	ごはん さとう こむぎ	あぶら しらたまだんご	650	21.3	
			八十八夜献立							837	27.8		
2	金		ごはん 牛乳 えびボールいりすましじる わふうオムレツ だけのこのおかか かしわもち <small>学配</small>	<small>小麦</small> 乳 小麦 <small>えび</small> <small>卵</small> <small>乳</small> <small>かに</small> 小麦 <small>卵</small> <small>乳</small> <small>えび</small> <small>かに</small> 小麦 <small>卵</small> <small>乳</small>	牛乳 とうふ とりにく	えびボール わふうオムレツ かつおぶし	ほししいたけ こまつな こんにゃく	にんじん だけのこ	ごはん さとう	あぶら かしわもち	680	24.4	
			こどもの日献立							803	29.6		
7	水		ごはん 牛乳 キムチじる ハムカツ ナムル	<small>小麦</small> 乳 小麦 小麦	牛乳 とうふ ハムカツ	ぶたにく みそ	にんにく ごぼう だいこん ねぎ キャベツ	しょうが にんじん キムチ もやし ほうれんそう	ごはん じゃがいも ごまあぶら パンこ	あぶら ごま さとう	652	20.1	
												788	23.8
8	木		ソフトめん 牛乳 カレーなんばん チキンナゲット ベーコンとアスパラガスのソテー	<small>小麦</small> <small>卵</small> <small>そば</small> 乳 小麦 乳 小麦 小麦	牛乳 あぶらあげ ベーコン	とりにく チキンナゲット	にんじん ねぎ	たまねぎ アスパラガス	ソフトめん さとう でんぶん	あぶら カレールウ バター	715	28.5	
										846	34.3		
9	金		ごはん 牛乳 トマトスープ えびシューマイ レンコンのきんぴら	<small>小麦</small> 乳 小麦 小麦 <small>えび</small> <small>かに</small> 小麦 <small>卵</small> <small>乳</small> <small>えび</small> <small>かに</small>	牛乳 えびシューマイのぐ さつまあげ	ベーコン	にんじん ぶなしめじ レンコン えだまめ	たまねぎ トマト こんにゃく	ごはん えびシューマイのかわ さとう	ごまあぶら	611	19.8	
												753	24.1
12	月		ごはん 牛乳 さわにわん にくだんご おひたし	<small>小麦</small> 乳 小麦	牛乳 あぶらあげ	ぶたにく にくだんご	ほししいたけ にんじん だけのこ ねぎ ほうれんそう	ごぼう だいこん こまつな もやし	ごはん あぶら		616	22.4	
										769	27.7		
13	火		コッペパンスライス ☆コーヒーミルク <small>学配</small> ABCスープ スティックハンバーグ（トマトケチャップ） コーンソテー	<small>小麦</small> <small>卵</small> <small>乳</small> 乳 小麦 小麦	コーヒーミルク スティックハンバーグ ベーコン	とりにく	にんじん キャベツ	たまねぎ とうもろこし	コッペパン マカロニ	あぶら バター	628	24.1	
										763	27.9		
14	水		ごはん 牛乳 ハヤシシチュー かぼちゃコロッケ みずなのサラダ（イタリアンドレッシング）	<small>小麦</small> 乳 小麦 <small>卵</small> <small>えび</small> <small>かに</small> <small>落花生</small> 小麦	牛乳 こなチーズ	ぶたにく	たまねぎ セロリ かぼちゃ みずな	にんじん トマト もやし キャベツ	ごはん じゃがいも パンこ イタリアンドレッシング	バター ハヤシルウ あぶら	727	21.0	
										879	24.9		
15	木		ちゅうかめん 牛乳 みそラーメン ぎょうざ きゅうりさっぱりづけ	<small>小麦</small> <small>卵</small> <small>そば</small> 乳 小麦 小麦	牛乳 みそ	ぶたにく ぎょうざのぐ	しょうが にんじん もやし にら ねぎ きゅうり	にんにく キャベツ とうもろこし たまねぎ	ちゅうかめん ぎょうざのかわ さとう	ごまあぶら	682	25.1	
										798	29.4		
16	金		ごはん 牛乳 こめこめんのスープ かつおフライ ぶたにくとコンニャクのいためもの	<small>小麦</small> 乳 小麦 小麦 <small>卵</small> <small>乳</small> <small>えび</small> 小麦	牛乳 かつおフライ	とりにく ぶたにく	にんじん ほししいたけ しょうが こまつな	たまねぎ ほうれんそう こんにゃく	ごはん パンこ さとう	こめこめん あぶら	671	26.3	
										810	31.4		
19	月		ごはん 牛乳 やさいスープ あつやきたまご ぶたにくのいために	<small>小麦</small> 乳 小麦 卵 小麦	牛乳 あつやきたまご	ベーコン ぶたにく	にんじん キャベツ ほうれんそう	たまねぎ ぶなしめじ こまつな	ごはん さとう	あぶら でんぶん	661	28.1	
										802	34.1		
20	火		ごはん 牛乳 はるさめスープ ピビンバ「にく」 ピビンバ「やさい」 あまなつゼリー <small>学配</small>	<small>小麦</small> 乳 小麦 小麦 小麦	牛乳	ぶたにく	にんじん キャベツ こまつな ねぎ ほうれんそう	たまねぎ ほししいたけ にんにく もやし あまなつ	ごはん ごまあぶら ごま	はるさめ さとう ゼリー	634	21.2	
										758	25.1		
21	水		ごはん 牛乳 イタリアンにくじゃが ハムチーズピカタ ブロッコリーのソテー	<small>小麦</small> 乳 小麦 卵 乳	牛乳 ハムチーズピカタ	ぶたにく	にんにく たまねぎ ねぎ とうもろこし	にんじん トマト キャベツ ブロッコリー	ごはん じゃがいも あぶら	オリーブゆ さとう	655	21.5	
										807	26.3		
22	木		じごなうどん 牛乳 わふうじる いかいりチヂミ はるさめのすのもの	<small>小麦</small> <small>卵</small> <small>そば</small> 乳 小麦 <small>卵</small> <small>えび</small> <small>かに</small> 小麦 <small>卵</small> <small>乳</small> 小麦	牛乳 こんぶ なると ハム	ぶたにく あぶらあげ いか	にんじん ほうれんそう キャベツ	ほししいたけ ねぎ きゅうり	じごなうどん チヂミ ごま ごまあぶら	さとう あぶら はるさめ	698	24.2	
										800	28.3		
23	金		むぎごはん 牛乳 カレー フランクフルト きゅうりのサラダ（たまねぎドレッシング）	<small>小麦</small> 乳 小麦 乳 <small>卵</small> （小麦）	牛乳 とりレバー フランクフルト	ぶたにく こなチーズ	にんにく にんじん とうもろこし きゅうり	しょうが たまねぎ キャベツ	むぎごはん じゃがいも たまねぎドレッシング	あぶら カレールウ	765	24.2	
										901	27.7		
26	月		ごはん 牛乳 とうふのみそしる おろしやきにく ごまあえ	<small>小麦</small> 乳 小麦 小麦	牛乳 とうふ ぶたにく	あぶらあげ みそ	にんじん にんにく たまねぎ ピーマン アップルソース キャベツ	ねぎ しょうが しらたき だいこん もやし ほうれんそう	ごはん ごま	あぶら さとう	657	26.6	
										798	32.4		
27	火		はちみつパン 牛乳 コーンチャウダー ハンバーグトマトソース メロン	<small>小麦</small> <small>卵</small> <small>乳</small> 乳 小麦 乳 小麦 <small>卵</small> <small>乳</small> <small>えび</small> <small>かに</small> <small>落花生</small>	牛乳 なまクリーム ハンバーグ	ベーコン	にんじん とうもろこし メロン	たまねぎ マッシュルーム	はちみつパン じゃがいも あぶら	バター ホワイトルウ さとう	698	24.4	
										883	30.1		
28	水		ごはん 牛乳 あつあげとチンゲンサイのスープ ユーリンチー きりほしだいこんのもの	<small>小麦</small> 乳 小麦 小麦 <small>卵</small> <small>乳</small> 小麦	牛乳 とりにく	あつあげ	ほししいたけ チンゲンサイ しょうが えだまめ	にんじん ねぎ きりほしだいこん	ごはん あぶら ごまあぶら	はるさめ さとう	665	26.0	
										804	30.8		
29	木		ちゅうかめん 牛乳 わかめラーメン メンチカツ ほうれんそうのバターしょうゆいため	<small>小麦</small> <small>卵</small> <small>そば</small> 乳 小麦 <small>かに</small> 小麦 <small>卵</small> <small>乳</small> <small>えび</small> <small>かに</small> 小麦 乳	牛乳 なると メンチカツ	ぶたにく わかめ ベーコン	にんにく にんじん ねぎ えのきたけ	しょうが もやし ほうれんそう とうもろこし	ちゅうかめん パンこ バター	ごまあぶら あぶら	679	26.2	
										803	30.9		
30	金		ごはん 牛乳 じゃがいものそばろに サバのカレーふうみやき もやしのおかかえ	<small>小麦</small> 乳 小麦 小麦 小麦	牛乳 サバ	ぶたにく かつおぶし	にんじん だけのこ もやし こまつな	たまねぎ えだまめ キャベツ	ごはん じゃがいも でんぶん	あぶら さとう	723	27.3	
										846	30.9		
材料入荷の都合により献立を変更することがあります。						太字は吉見産の食材を使用しています。 			実施回数	小 20回 中 20回			

()の中は、つけるもの、または、かけるものです。
 ☆印のついているものは給食センターで容器を回収します。