

※牛乳(赤の仲間)は毎日つきます。

※食材入荷の都合により、献立及び食材を変更することがあります。

※加工品は枠の中に原材料及びアレルギー表示を記載しています。

《よく使用する調味料のアレルギー表示》

淡口(しょうゆ) 塩・砂糖・脱脂大豆・小麦・甘味料(小麦・大豆)	(濃口)しょうゆ 脱脂大豆・小麦・塩・砂糖・甘味料(小麦・大豆)	麦みそ 大麦・大豆・食塩・水あめ・酒精・甘味料(大豆)	赤みそ 大麦・大豆・食塩・酒精(大豆)	がらスープ 鶏肉(鶏肉)	ウスターソース たまねぎ・トマト・りんご・大豆・砂糖・酢・食塩・香辛料・カラメル色素(なし)	デミグラスソース 小麦粉・ラード・トマトペースト・たまねぎ・大豆油・チキンエキス・にんじん・砂糖・でんぶん・食塩・香辛料・酵母エキス(小麦・鶏肉)
濃縮トマトソース トマト・たまねぎ・パプリカ・大豆油・砂糖・にんにく・塩・香辛料(大豆)	ケチャップ トマト・砂糖・果糖ぶどう糖液・糖・醸造酢・食塩・たまねぎ・香辛料(なし)	ブイヨン 塩・砂糖・酵母エキス・トマトエキス・オニオンパウダー・ガーリック・香味食用油・香辛料(なし)	コンソメ 食塩・デキストリン・麦芽糖・チキンエキス・ぶどう糖・酵母エキス・たん白加水分解物・鶏脂・チキンコンソメ・砂糖・魚醤・香辛料・トマト・オニオン・酸味料(鶏肉・豚肉)		洋風スープ 塩・砂糖・豚脂・コーンスターク・でん粉・大豆・ゼラチン・酵母エキス・トマトエキス・かつおエキス・香辛料(大豆・豚肉・ゼラチン)	中華だし 塩・コーンスターク・砂糖・ガーリック・はくさいエキス・ジンジャー・パウダー・香味食用油・香辛料(なし)
こしょう 黒こしょう・大麦粉(大豆)	Fホワイトルウ 小麦粉・ラード・パーム油・砂糖・塩・チキンエキス・チーズ・脱脂乳・たまねぎ・ガーリック・香辛料(小麦・乳・大豆・鶏肉)		クリームポタージュ 小麦粉・ホエイパウダー・パーム湯・菜種油・大豆油・コーンスターク・脱脂粉乳・ぶどう糖・食塩・砂糖・酵母エキス・全粉乳・野菜パウダー・豚脂・香辛料・デキストリン・ポークエキス・増粘剤・調味料香辛料抽出物・着色料(乳・小麦・大豆・豚肉)		Fカレールウ 小麦粉・ラード・パーム油・塩・カレー粉・砂糖・たまねぎ・にんにく・トマト・酵母エキス・香辛料・カラメル色素(小麦・大豆)	とろけるカレーブレーク 小麦粉・パーム湯・なたね油・砂糖・とうもろこしでん粉・食塩・カレー粉・デキストリノ・さつまいも・酵母エキス・白菜エキス・香辛料・キャベツ・オニオン・カラメル色素(小麦)

《小学校》

令和7年度 山之口学校給食センター

	献立名		食 材 料				原材料およびアレルギー表示	エネルギー小中	たんぱく質小中
	主食	おかず	血や肉になるもの(赤)	力や熱になるもの(黄)	からだの調子をととのえるもの(緑)	調味料・その他			
毎日	牛乳	ぎゅうにゅう							
1/ 8 正月の食材メニュー	ごはん 正月の食材メニュー 木	ぶりフライ きざこんぶの炒め物 だいこん大根のみそ汁	ぶりフライ ぶり、パン粉、小麦粉、塩(小麦) ぶたにく こんぶ ちくわ とうふ あぶらあげ みそ	こめあぶら 魚肉・でん粉・砂糖・塩・植物油(大豆) 大豆・植物油(大豆)	にんじん だいこん にんじん たまねぎ だいこんば	ウスター 酒 みりん 濃口 淡口 煮干し		658	24.8
1/ 9 金	チーズパン 小麦粉・ショートニング・脱脂粉乳・砂糖・塩・イースト・チーズ(小麦・乳)	マロニーのスープ 洋風卵とじ	とりにく にくだんご たまご ベーコン	マロニー 鶏肉・玉ねぎ・大豆・にんじん・パン粉・でん粉・砂糖・香辛料・塩(小麦・大豆・鶏肉) 豚肉・塩・砂糖・香辛料(豚肉)	たまねぎ にんじん たまねぎ にんじん ブロッコリー	しお 淡口 チキンスープ 洋風スープ 白ワイン 淡口 洋風スープ 塩		573	26.2
1/ 13 火	ごはん 火	マーボー豆腐 かみかみごぼうサラダ	ぶたにく とうふ まぐろみずし	こめあぶら でんぶん さとう ごま	たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ たけのこ にんじん きゅうり ごぼう	卸しようが 卸しにんにく 麻婆豆腐の素 淡口 淡口 卵不使用マヨネーズ	【マーボー豆腐の素】しょうゆ・砂糖・にんにく・しょうが・塩・みそ・ラーフィン・チキンエキス・でん粉・ボーケエキス(小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン) 【卵不使用マヨネーズ】なたね油・大豆油・酢・塩・砂糖・大豆たん白・香辛料・酵母エキス・でん粉・調味料(大豆)	646	25.4
1/ 14 水	ミルクパン 小麦粉・ショートニング・牛乳・脱脂粉乳・砂糖・塩・イースト(小麦・乳)	ほうれん草卵スープ ミートボールと豆のトマト煮 ミルメーク	ペーパー たまご ミートボール だいす ミルメーク	豚肉・塩・砂糖・香辛料(豚肉) 鶏肉・豚肉・たまねぎ・パン粉・小麦・でん粉・塩・香辛料(小麦・豚肉・鶏肉)	たまねぎ にんじん たまねぎ あらごしトマト	チキンスープ 淡口 しお 洋風スープ 卸しにんにく トマトソース ウスター ケチャップ しお 洋風スープ		596	26.2
1/ 15 木	ごはん ひむか地産地消の日	すきうどん あづあ厚揚げのみそ炒め	ぶたにく とりにく あつあげ みそ	うどん さとう こめあぶら さとう	はくさい たまねぎ にんじん しめじ ほししいたけ ねぎ たまねぎ こまつな あおまめ	濃口 淡口 酒 みりん 水 かつおだし 卸しようが 酒 濃口 淡口		640	24.7
1/ 16 金	コッペパン 小麦粉・ショートニング・脱脂粉乳・砂糖・塩・イースト(小麦・乳)	マカロニのクリーム煮 もやしのカレー和え くろまめ黒豆きなこクリーム	ににく だっしにゅう ハム くろまめ 黒豆きなこクリーム	マカロニ こめあぶら さとう 食用油脂・砂糖・きなこ・乳製品(乳・大豆・ごま)	にんじん たまねぎ しめじ りょくとうもやし にんじん きゅうり	チキンスープ クリームポタージュ Fホワイト しお こしょう カレー粉 酢 淡口		622	23.1
1/ 19 月	あかあかぶ青葉ごはん ごはん・赤かぶ・塩・乳糖・梅酢・大根葉・青じそ(乳)	うま煮 あおまめ青豆サラダ	ににく こうやどうふ ハム	じゃがいも さとう 豚肉・塩・砂糖・香辛料(大豆・豚肉)	こんにゃく ほししいたけ さやいんげん ごぼう キャベツ にんじん きゅうり あおまめ	みりん 濃口 和風ドレッシング	【和風ドレッシング】大豆油・酢・砂糖・しょうゆ・玉ねぎ・塩・マスタード・こしょう・にんにく・小麦・大豆・豚肉・りんご)	615	25.5
1/ 20 火	ごはん 受験応援メニュー	とんかつ やさいの野菜カレー かいそう海藻サラダ	とんかつ とりにく ひよこまめ かいそう	こめあぶら はちみつ ごまあぶら ごま	たまねぎ にんじん あおまめ スイートコーン りんご キャベツ きゅうり	卸しにんにく Fカレールウ チキンスープ とろけるカレー 青じそドレッシング	【青じそドレッシング】砂糖・しょうゆ・酢・かつお節・塩・昆布だし・ほくさいエキス・オニオンエキス・青じそ・香辛料(小麦・大豆)	641	22.5
								826	29.7

	献立名		食 材 料				材料およびアレルギー表	エネル ギー 小 中	たんぱく 質小 中
	主食	おかず	血や肉になるもの (赤)	力や熱になるもの (黄)	からだの調子をととのえる もの (緑)	調味料・その他			
1/ 21 水	ペジ活の日 小学校約150g 中学校約180g 減量コッペパン 小麦粉・ショート ニング・脱脂粉 乳・砂糖・塩・イースト (小麦・乳)	や 焼きそば あお 青じそドレッシングサラダ かたぬ 型抜きチーズ	ぶたにく かまぼこ あおさのり まぐろみずし チーズ	タラ・イトヨリ・でん粉・みりん・塩・着色料 (なし) こめあぶら ちゃんぽんめん キハダマグロ・野菜エキス・塩 (大豆)	キャベツ たまねぎ にんじん りょくとうもやし ブロッコリー きゅうり にんじん	しお こしょう ウスター やきそばソース(粉) 青じそドレッシング	【焼きそばソース】 砂糖・塩・粉末ソース・豚脂・かつおぶし・香辛料・いわし・むろぶし・トマト・カラメル色素 (大豆・豚肉・りんご) 【青じそドレッシング】 砂糖・しょうゆ・酢・かつお節・塩・昆布だし・はくさいエキス・オニオンエキス・青じそ・香辛料 (小麦・大豆)	605 745	26.7 31.7
1/ 22 木	給食感謝週間メニュー ごはん そくせきづ 即席漬け しめじとほうれん草のみそ汁 ミルクプリン	いわしみぞれに いわしみぞれに 大豆・植物油 (大豆)	いわしみぞれに ごま ミルクプリン	いわし・大根・砂糖・しょうゆ・でん粉・本みりん・塩 (大豆) 大豆・植物油 (大豆) 練乳・脱脂粉乳・香料 (乳・大豆)	きゅうり たくあん たまねぎ にんじん しめじ ほうれんそう	煮干し		608 722	22.0 25.5
1/ 23 金	マヨネーズパン 小麦粉・ショート ニング・脱脂粉乳 砂糖・塩・イースト 卵不使用マヨ ネーズ (小麦・乳・大豆)	はくさい 白菜とミートボールのクリーム煮 やさしい 野菜炒め	ミートボール なまクリーム ぶたにく	ひよこまめ チーズ 鶏肉・豚肉・たまねぎ・パン粉・小麦・でん粉・塩・香辛料 (小麦・豚肉・鶏肉) こめあぶら	たまねぎ にんじん はくさい りょくとうもやし キャベツ にんじん チンゲンサイ	チキンスープ Fホワイト 卸しにんにく 濃口 淡口 しお 洋風スープ		598 741	23.8 28.9
1/ 26 月	あつあ 厚揚げのそぼろ煮 せんぎりいこん 千切大根のマヨネーズ和え	あつあ 厚揚げのそぼろ煮 まぐろみずし	ぶたにく あつあげ キハダマグロ・野菜エキス・塩 (大豆)	こめあぶら さとう でんぶん さとう ごま	たまねぎ いとこんにやく にんじん はくさい あおまめ せんぎりだいこん きゅうり にんじん	卸しようが 酒 淡口 濃口 みりん 淡口 酢 卵不使用マヨネーズ	【卵不使用マヨネーズ】なたね油・大豆油・酢・塩・砂糖・大豆たん白・香辛料・酵母エキス・でん粉・調味料 (大豆)	658 784	25.5 29.2
1/ 27 火	山之口中リクエストメニュー わかめごはん はるさめ 春雨サラダ いっしょく 一食タルタルソース キムチ汁 や 焼きプリンタルト	なんばん チキン南蛮 春雨サラダ 豚肉・塩・砂糖・香辛料 (大豆・豚肉)	とりにく ハム ぶたにく とうふ、みそ	でんぶん こめあぶら さとう はるさめ こめあぶら さとう じゃがいも やきプリンタルト	にんじん きゅうり にんじん だいこん キムチ 白菜・かつお節・昆布・パブリカ・唐辛子・にんにく・でん粉・塩 (なし)	しお 濃口 酢 こしょう 淡口 濃口 酢 タルタルソース 淡口 煮干し		878 1034	28.4 34.4
1/ 28 水	コッペパン 小麦粉・ショート ニング・脱脂粉 乳・砂糖・塩・イースト (小麦・乳)	にんじんポタージュ ひゅうがなつ 日向夏ドレッシングのサラダ ミックスジャム	とりにく ひよこまめ ハム いちごミックスジャム	じゃがいも いちごミックスジャム	たまねぎ にんじん にんじん パセリ ブロッコリー きゅうり スイートコーン 砂糖・りんご・いちご (りんご)	チキンスープ Fホワイト しお 洋風スープ 日向夏ドレッシング	【日向夏ドレッシング】なたね油・大豆油・日向夏みかん果汁・酢・しょうゆ・からし (小麦・大豆)	572 710	21.7 26.3
1/ 29 木	だいす 大豆とじゃがいもの磯煮 ぶたじる 豚汁	だいす 大豆とじゃがいもの磯煮 豚肉・塩・砂糖・みりん・塩・植物油脂 (なし)	とりにく てんぷら ひじき ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ	さとう じゃがいも 魚肉・でん粉・砂糖・みりん・塩・植物油脂 (なし)	にんじん あおまめ だいこん にんじん ほししい たけ こんにゃく ねぎ	酒 淡口 濃口 みりん 卸しようが 煮干し		610 726	25.7 29.4
1/ 30 金	こめこ 米粉パン 米粉・小麦たん 白・ショートニン グ・砂糖・脱脂粉 乳・塩・イースト (小麦・乳)	ポトフ スパゲティサラダ げんき元気ヨーグルト	ぶたにく ウィンナー まぐろみずし げんきヨーグルト	豚肉・豚脂・でん粉・塩・砂糖・香辛料 (豚肉) キハダマグロ・野菜エキス・塩 (大豆) 脱脂粉乳・全粉乳・ゼラチン・寒天・砂糖・香料 (ゼラチン)	キャベツ ブロッコリー たまねぎ にんじん パセリ スイートコーン きゅうり にんじん	チキンスープ 野菜ブイヨン 淡口 しお 淡口 卵不使用マヨネーズ	【卵不使用マヨネーズ】なたね油・大豆油・酢・塩・砂糖・大豆たん白・香辛料・酵母エキス・でん粉・調味料 (大豆)	636 770	27.1 32.6