

※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)	チキンスープ 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・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・パブリカ・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・バーム油・砂糖・塩・チキンエキス・チーズ・脱脂粉乳・たまねぎ・ガーリック・香辛料		クリームポタージュ 小麦粉・ホエイパウダー・バーム湯・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・バーム油・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)	とろけるカレーフレーク 小麦粉・バーム湯・なたね油・砂糖・とうもろこし・にんにく・食塩・カレー粉・デキストリン・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)

令和7年度 山之口学校給食センター

	主食	献立名 主食およびおかず	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
			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			
全給食日	牛乳	ぎゅうにゅう							
2/ 2 月	ごはん おやこどん 親子丼	タラ・イヨリ・でん粉・みりん・塩・着色料 (なし)	とりにく かまぼこ たまご さとう	たまねぎ にんじん ほししいたけ みつば	淡口 濃口 みりん にぼしだし	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)	621	28.2
2/ 3 火	ごはん 節分 メニュー	キハダマグロ・野菜エキス・塩 (大豆)	まぐろみずしに	ごぼう きゅうり にんじん				733	32.7
2/ 4 水	ごはん 焼きうどん 小麦粉・ショートニング・脱脂粉乳・砂糖・塩・イースト・黒糖 (小麦・乳)	いわしかんろに いわし・砂糖・しょうゆ・本みりん・でん粉・糖蜜 (小麦・大豆)	ぶたにく こんぶ だいす わぎりちくわ 魚肉・でん粉・砂糖・塩・植物油 (大豆)	にんじん	酒 みりん 濃口 淡口			627	25.9
2/ 5 木	ごはん みぞれ汁 とうふ クレープ(いちご)	大豆・植物油 (大豆)	とうふ あぶらあげ みそ	たまねぎ にんじん かぼちゃ ねぎ	にぼしだし			752	30.4
2/ 6 金	減量黒糖パン や 焼きうどん 小麦粉・ショートニング・脱脂粉乳・砂糖・塩・イースト・黒糖 (小麦・乳)	ぶたにく かつおぶし	うどん こめあぶら	キヤベツ たまねぎ にんじん ほししいたけ	塩 濃口 淡口 和風だし こしょう		【和風だし】 砂糖・塩・かつお節・昆布エキス (なし)		
2/ 9 月	揚げパン あ 揚げパン 冬野菜炒め にく 肉だんごと春雨のスープ	豚肉・塩・砂糖・香辛料 (大豆・豚) ハム	じゃがいも さとう	きゅうり にんじん	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)	592	20.3
2/ 10 火	ごはん せんぎりいこん 干大根のマヨネーズ和え ちゃんぽん麺 ちゃんぽんスープ	豚肉・豚脂・でん粉・塩・砂糖・香辛料 (豚肉)	ウインナー	こめあぶら	酒 淡口 濃口 しお			754	25.0
2/ 10 火	ごはん キムチそぼろ丼 ちゃんぽん麺 ちゃんぽんスープ	こくさんとりとぶたのミートボール 鶏肉・豚肉・たまねぎ・パン粉・小麦・でん粉・塩・香辛料 (小麦・鶏肉・豚肉)	きなこ 小麦粉・ショートニング・脱脂粉乳・砂糖・塩・イースト (小麦・乳)	こめあぶら さとう コッペパン	卸しにんにく しお 淡口 洋風スープ			616	23.5
2/ 10 火	ごはん キムチそぼろ丼 ちゃんぽん麺 ちゃんぽんスープ	鶏肉・でん粉・えんどう豆・玉ねぎ・砂糖・海藻ミネラル・塩・香辛料 (鶏肉)	ノンフライつけ麺 てんぶら あつあげ キハダマグロ・野菜エキス・塩 (大豆)	にんじん こんにゃく じゃがいも さとう	淡口 しお チキンスープ 洋風スープ			765	28.1
2/ 10 火	ごはん キムチそぼろ丼 ちゃんぽん麺 ちゃんぽんスープ	まぐろみずしに	豚肉・でん粉・砂糖・みりん・塩・植物油 (なし)	せんぎりだいこん きゅうり にんじん	みりん 濃口 淡口 水		【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)	650	22.7
2/ 10 火	ごはん キムチそぼろ丼 ちゃんぽん麺 ちゃんぽんスープ	卵・だし汁・でん粉・砂糖・塩・なたね油 (卵・小麦・大豆)	とりにく スクランブルエッグ	こめあぶら さとう 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)	酒 卸しがう 卸しにんにく みりん 濃口 淡口			775	26.2
2/ 10 火	ごはん キムチそぼろ丼 ちゃんぽん麺 ちゃんぽんスープ	チヤンポンめん 小麦粉・小麦たん白・塩・でん粉・こんにゃく・クチナシ色素 (小麦)	こめあぶら	はくさいキムチ あおまめ りょくとうもやし	白豚湯 中華だし 淡口 しお		【白豚湯】 豚脂・ポークエキス・塩・ゼラチン・でん粉・マッシュルーム・着色料 (豚肉・ゼラチン)	645	25.3
2/ 10 火	ごはん キムチそぼろ丼 ちゃんぽん麺 ちゃんぽんスープ	タラ・イヨリ・でん粉・みりん・塩・着色料 (なし)	ぶたにく かまぼこ	こめあぶら				768	29.4

	主食	献立名 主食およびおかず	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	
			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				
全給食日	牛乳	ぎゅうにゅう								
2/ 12 木	ごはん さつま汁	こうや どうふ たまご 高野豆腐の卵とじ さつまじる	ぶたにく こうやどうふ たまご	こめあぶら さとう	たまねぎ にんじん たけのこ さやいんげん	淡口 濃口 みりん にぼしだし 卸しょうが 酒		614	25.9 30.0	
2/ 13 金	バーガーパン チキンパティ スライスチーズ やさい 野菜のミルクスープ キャベツとツナのサラダ	ペジ活の日 小学校約110g 中学校約130g	とりにく とうふ みそ チーズ ベーコン だつしふんにゅう リーム まぐろみずには キハダマグロ・野菜	さつまいも こめあぶら にんじん たまねぎ スイートコーン キャベツ きゅうり	鶏肉・玉ねぎ・パン粉・豚脂・大豆たん白・砂糖・魚醤・塩・香辛料・みりん・しょうゆ・チキンエキス・ワイン・しょうが・カラメル色素・酒精・なたね油・バーム油（小麦・大豆・鶏肉・豚肉）	チキンスープ クリームポタージュ 塩 洋風スープ こしょう たまねぎドレッシング	【たまねぎドレッシング】調味酢・しょうゆ・大豆油・なたね油・玉ねぎ・砂糖・椎茸・かつおだし・にんにく（小麦・大豆・豚肉）	681 821	30.6 36.1	
2/ 16 月	ひむか地産 池消の日 ごはん ひじきとツナのマヨネーズサラダ ふりかけ	おでん	とりにく あつあげ あげボール まめちくわ まぐろみずには ひじき おさかなふりかけ	さといも さとう ごま	魚肉・にんじん・たまねぎ・砂糖・塩・砂糖・こぼう・大豆油・大豆たん白・でん粉（大豆） 魚肉・植物油・砂糖・塩・でん粉・（なし） キハダマグロ・野菜エキス・塩（大豆） ドロマイド・かつお節・砂糖・ごま・塩・しょうゆ・みりん・じゃかいも・でん粉・青のり・黒のり・かばちゃ・昆布・カロテ ン色素（小麦・ごま・さば・大豆）	だいこん こんにゃく ブロッコリー スイートコーン ごぼう にんじん	かつおだし 濃口 淡口 みりん 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）	608 720	25.9 30.3
2/ 17 火	五目釜めし いももち汁 ごもくまめ 五目豆	じる	大豆・植物油（大豆） あぶらあげ みそ とりにく てんぶら こんぶ だいす	じゃがいも・小麦粉・植物油脂・塩・でん粉（小麦） ひとくちいももち 魚肉・でん粉・砂糖・みりん・塩・植物油脂（なし） さとう	だいこん にんじん えのきたけ ごぼう にんじん	にぼしだし 濃口 淡口 みりん		604 722	21.3 24.6	
2/ 18 水	チーズパン かぼちゃコロッケ フレンチサラダ 卵とコーンの中華スープ	地産地消週間	カボチャコロッケ 豚肉・塩・砂糖・香辛料（豚肉） ベーコン たまご	こめあぶら さとう こめあぶら	かぼちゃコロッケ きゅうり キャベツ ブロッコリー スイートコーン たまねぎ チンゲンサイ	かぼちゃ・じゃがいも・たまねぎ・小麦粉・砂糖・バーム油・塩・パン粉・でん粉（小麦・大豆） しお 酢 こしょう 酒 中華だし 淡口 塩 チキンスープ		634 819	23.2 28.9	
2/ 19 木	ごはん ワンタンスープ スイートポテト	どん	ぎゅうにく とりにく	こめあぶら さとう ごま ワンタン スイートポテト	にんじん りょくどうもやし ほうれんそう さんさいミックス たまねぎ にんじん チンゲンサイ さつまいも・砂糖・植物油脂・食物繊維・塩（なし）	卸しうが 卸しにんにく トウバンジヤン 淡口 濃口 みりん 淡口 中華だし しお 酒 チキンスープ		636 746	22.3 25.8	
2/ 20 金	ミルクパン 野菜のカレー炒め	どん いため	ぶたにく だいす とりにく	じゃがいも さとう こめあぶら	たまねぎ にんじん トマトピューレ たまねぎ キャベツ りょくどうもやし	ウスター 赤ワイン ケチャップ しお 洋風スープ デミグラスソース 卸しにんにく カレー粉 塩 洋風スープ こしょう		611 757	29.4 35.8	
2/ 24 火	ごはん グリーンサラダ	火	ぶたにく ひよこまめ グリーンサラダ	こめあぶら じゃがいも はちみつ	にんじん たまねぎ りんご きゅうり キャベツ ブロッコリー	卸しにんにく Fカレールウ チキンスープ カレーN たまねぎドレッシング	【たまねぎドレッシング】調味酢・しょうゆ・大豆油・なたね油・玉ねぎ・砂糖・椎茸・かつおだし・にんにく（小麦・大豆・豚肉）	608 724	19.9 23.1	
2/ 25 水	減量コッペパン 和風きのこスパゲティ ひゅうがなつ 日向夏ドレッシングサラダ ソフール（プレーン）	わふう ひゅうがなつ	ベーコン ヨーグルト	スパゲティ こめあぶら バター 脱脂粉乳・クリーム・ぶどう糖・砂糖・全粉乳・ゼラチン・寒天（乳・ゼラチン）	たまねぎ にんじん しめじ えのきたけ エリンギ ねぎ きゅうり キャベツ ブロッコリー	卸しにんにく 和風だし しお 淡口 こしょう 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）	643 784	25.3 29.7	
2/ 26 木	ごはん 白菜のみそ汁	甘辛鶏ごぼう じる	とりにく あぶらあげ わかめ とうふ みそ	でんぶん こめあぶら ごまあぶら さとう ごま はくさい たまねぎ	ごぼう れんこん はくさい たまねぎ	卸しうが 酒 淡口 濃口 みりん こしょう にぼしだし		612 730	24.1 27.9	
2/ 27 金	マヨネーズパン グラタン ベーコンとキャベツのソテー チキンスープ	火	べーべー とりにく ベーコン	やさいグラタン 豚肉・塩・砂糖・香辛料（豚肉） じゃがいも	ショートニング・じゃがいも・豆乳・おから・じゃがいも・たまねぎ・米粉・にんじん・スイートコーン・砂糖・ほうれん草・植物油・塩・大豆粉・香辛料（大豆） キャベツ にんじん チンゲンサイ スイートコーン たまねぎ にんじん パセリ	野菜ブイヨン しお 白ワイン チキンスープ 野菜ブイヨン 淡口 しお		617 797	21.1 28.6	