



令和4年度6月 学校給食予定献立表



※ 給食には、毎日「牛乳(2群)」が付きます。
※ 都合により献立を変更する場合があります。

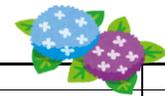
時津町学校給食公社第一調理場 鳴北中

| 日 | 曜 | 献立 | 主な働きと材料名 | | | | | | 栄養価 | |
|----|---|-------------------------------------------|------------------------------------|-----------------|---------------------------------|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|----|-------|-------|
| | | | 体をつくるものになる | | 体の調子を整えるものになる | | エネルギーのもとになる | | エネルギー | たんぱく質 |
| | | | 1群 | 2群 | 3群 | 4群 | 5群 | 6群 | | |
| 1 | 水 | 小コッペパン 五目うどん にらともやし炒めもの クリームゴールド | とりにく あけかまぼこ | | にんじん | たまねぎ ごぼう ふかねぎ | 小コッペパン うどん | | 834 | 29.6 |
| 2 | 木 | ハヤシライス キャベツとウィンナーのソテー びわ | ぶたにく ウィンナー | だっしぶんじゅう | にんじん トマト にんじん | たまねぎ グリーンピース マッシュルーム キャベツ びわ | こめ むぎ ごぼう さとう 油 バター | | 884 | 28.8 |
| 3 | 金 | 麦ごはん 貝だくさんみそ汁 いかの煮つけ きんぴら | とりにく むぎみそ あつあげ | | にんじん | ふかねぎ だいこん しょうが ごぼう | こめ むぎ じゃがいも さとう さとう ごま油 | | 756 | 32.4 |
| 6 | 月 | ごはん 野菜スープ 彩り野菜のミンチカツ ズッキーニのソテー | とりにく | | にんじん | セロリ キャベツ たまねぎ たまねぎ ズッキーニ ヤングコーン | こめ じゃがいも 油 | | 831 | 28.3 |
| 7 | 火 | ごはん 八宝菜 焼きぎょうざ 温野菜のナムル | ぶたにく はんぺん うずらたまご いか | | にんじん | しいたけ たけのこ たまねぎ はくさい しょうが | こめ さとう でんぷん さとう ごま油 | | 887 | 33.7 |
| 8 | 水 | 小コッペパン トマトクリームスパゲッティ いんげんとツナのソテー | ベーコン | なまクリーム ごなチーズ | ほうれんそう トマト さやいんげん にんじん | たまねぎ マッシュルーム にんにく | 小コッペパン スパゲッティ 油 | | 876 | 32.7 |
| 9 | 木 | ごはん つくね汁 納豆煮 きゅうりの塩もみ | つくね | わかめ | にんじん | たまねぎ ふかねぎ しょうが きゅうり | こめ さとう | | 788 | 30.6 |
| 10 | 金 | スタミナライス ポテトスープ キャベツとコーンのソテー | ぎゅうにく うずあげ とりにく | | にんじん | ごぼう しめじ えだまめ たまねぎ パセリ | こめ さとう じゃがいも 油 | | 777 | 30.0 |
| 13 | 月 | ごはん 春雨スープ ヤムニョんチキン | ぶたにく はんぺん | | にんじん | こねぎ チンゲンサイ たまねぎ にんにく たまねぎ えだまめ | こめ はるさめ でんぷん さとう ごま油 ごま | | 926 | 32.1 |
| 14 | 火 | ごはん じゃがいものそぼろ煮 きゅうりとわかめの酢のもの | とりにく ほうてん | | にんじん | さやいんげん たまねぎ きゅうり | こめ じゃがいも さとう でんぷん さとう 油 | | 788 | 26.0 |
| 15 | 水 | 米粉パン 白花豆スープ パンネのミートソース 冷凍みかん | ベーコン とりにく しょういんげん まめのピューレ | ぎゅうにゅう | にんじん パセリ | たまねぎ たまねぎ マッシュルーム れいとうみかん | 米粉パン じゃがいも パンネ 油 デミグラスソース | | 867 | 36.5 |
| 16 | 木 | ごはん みそけんちん汁 さばのしょうが煮 ひじきの炒り煮 | とりにく とうふ むぎみそ | | にんじん | ごぼう だいこん こんにゃく ふかねぎ | こめ 油 | | 814 | 31.8 |
| 17 | 金 | チキンカレーライス コールスロー チーズ | とりにく | ぎゅうにゅう ごなチーズ | にんじん | たまねぎ グリーンピース りんご にんにく キャベツ きゅうり とうもろこし | こめ むぎ じゃがいも さとう 油 カレーウ油 | | 860 | 26.3 |
| 20 | 月 | ごはん キムチスープ チャブチェ | ぶたにく こめみそ うずあげ | | チンゲンサイ にんじん | はくさい キムチ ふかねぎ しいたけ キャベツ | こめ トック 油 マロニー さとう ごま油 ごま | | 826 | 31.0 |
| 21 | 火 | 給食はありません | | | | | | | | |
| 22 | 水 | はちみつパン ちゃんぽん 大豆と小魚の揚げ煮 | ぶたにく あけかまぼこ はんぺん いか | | にんじん | キャベツ もやし たまねぎ しょうが | はちみつパン ちゃんぽんめん 油 | | 972 | 37.2 |
| 23 | 木 | とうもろこしごはん 白玉汁 野菜炒め | とりにく | | チンゲンサイ にんじん | とうもろこし たまねぎ えのきたけ しょうが キャベツ たまねぎ | こめ しらたまもち 油 | | 705 | 23.8 |
| 24 | 金 | ごはん ジュリアンスープ ハンバーグ ラタトゥイユ | とりにく | | にんじん | たまねぎ キャベツ セロリ トマト ピーマン パプリカ | こめ 油 | | 721 | 25.8 |
| 27 | 月 | ごはん わかめスープ 回鍋肉 | とりにく | わかめ | にんじん | こねぎ たけのこ たまねぎ | こめ ごま油 | | 779 | 31.2 |
| 28 | 火 | 豚丼 野菜のみみ漬け | ぶたにく | | にんじん | ピーマン たまねぎ しいたけ ふかねぎ キャベツ きゅうり | こめ さとう 油 | | 755 | 27.7 |
| 29 | 水 | 黒砂糖パン ポークビーンズ ベーコンのソテー メロン | ぶたにく だいす | | にんじん | トマト たまねぎ グリーンピース キャベツ メロン | くろざとうパン じゃがいも さとう 油 | | 815 | 33.7 |
| 30 | 木 | ごはん マーボー豆腐 三色ナムル | あつあげ ぶたにく あかみそ | | にんじん | たまねぎ グリーンピース しいたけ たけのこ しょうが ピーマン にんじん | こめ さとう でんぷん ごま油 油 さとう ごま油 ごま | | 783 | 28.0 |



令和4年度 6月 食物アレルギー原因食品一覧表

※牛乳は、毎日つきます。



鳴北中

| 日 | 曜 | 献立 | 使用されている原因食品 () 添加食品に含まれる原因食品 | | | | アレルギー表示 | | |
|----|---|----------------|-------------------------------|-------------------------------------------------|-----------------------|---------------|---------|-----------|--------|
| | | | 乳製品類 | 卵・肉・魚介・甲殻類・豆類 | 穀類・雑穀類 | 果物・野菜・他 | 特定7品目 | その他21品目 | |
| 1 | 水 | 小 Coppéパン | (マーガリン、脱脂粉乳) | | (小麦粉) | | 乳、小麦 | | |
| | | 五目うどん | | あけかまぼこ(魚のすりみ)、だし(かつお節) | | うどん(小麦粉) | | 小麦 | |
| | | にらともやしの炒めもの | | | | | | | |
| | | クリームゴールド | (紅いんげん、全粉乳、脱脂粉乳) | | | | | 乳 | |
| 2 | 木 | ハヤシライス | バター、脱脂粉乳 | | 小麦粉 | | 乳、小麦 | | |
| | | キャベツとウィンナーのソテー | | | | | | | |
| 3 | 金 | びわ | | | | びわ | | | |
| | | 麦ごはん | | | | | | | |
| | | 具だくさんみそ汁 | | だし(煮干し) | | | | | |
| | | いかの煮つけ | | いか | | | | いか | |
| 6 | 月 | きんぴら | | | ごま | | | ごま | |
| | | ごはん | | | | | | | |
| | | 野菜スープ | | | | | | | |
| | | 彩り野菜のミンチカツ | | (粒状植物性たん白(大豆)) | (パン粉(小麦粉)) | (えだまめ) | 小麦 | 大豆、(えだまめ) | |
| 7 | 火 | ズッキーニのソテー | | | | | | | |
| | | ごはん | | | | | | | |
| | | 八宝菜 | | いか、はんぺん(魚のすりみ)、うずらの卵(貝カルシウム)、(粒状植物性たん白・大豆粉(大豆)) | (小麦粉) | | | 卵 | いか |
| | | 焼きぎょうざ | | | | | | 小麦 | 大豆 |
| 8 | 水 | 温野菜のナムル | | | | | | | |
| | | 小 Coppéパン | (マーガリン、脱脂粉乳) | | (小麦粉) | | 乳、小麦 | | |
| | | トマトクリームスパゲッティ | 生クリーム、粉チーズ | | | スパゲッティ(小麦粉) | | 乳、小麦 | |
| | | いんげんとツナのソテー | | ツナ(キハダマグロ) | | | | | |
| 9 | 木 | ごはん | | | | | | | |
| | | つくね汁 | | つくね(粒状大豆たん白)、だし(煮干し) | | | | | 大豆 |
| | | 納豆煮 | | 納豆 | | | | | (納豆) |
| | | きゅうりの塩もみ | | | | | | | (えだまめ) |
| 10 | 金 | スタミナライス | | | | えだまめ | | (えだまめ) | |
| | | ポテトスープ | | | | | | | |
| | | キャベツとコーンのソテー | | | | | | | |
| | | ごはん | | | | | | | |
| 13 | 月 | 春雨スープ | | はんぺん(魚のすりみ) | | | | | |
| | | ヤムニョンチキン | | | ごま | えだまめ | | ごま、(えだまめ) | |
| | | ごはん | | | | | | | |
| | | じゃがいものそぼろ煮 | | 樺天(魚のすりみ) | | | | | |
| 14 | 火 | きゅうりとわかめの酢のもの | | | | | | | |
| | | 米粉パン | (マーガリン、脱脂粉乳) | | (小麦粉) | | 乳、小麦 | | |
| | | 白花生スープ | 牛乳 | | | | 乳 | | |
| | | ペンのミートソース | | | ペン(小麦粉)、デミグラスソース(小麦粉) | | 小麦 | | |
| 15 | 水 | 冷凍みかん | | | | みかん | | (みかん) | |
| | | ごはん | | | | | | | |
| | | みそけんちん汁 | | だし(煮干し) | | | | | |
| | | さばのしょうが煮 | | (さば) | | | | さば | |
| 16 | 木 | ひじきの炒り煮 | | あけかまぼこ(魚のすりみ) | | | | | |
| | | チキンカレーライス | 牛乳、粉チーズ | | | カレーパウダー(小麦粉) | りんご | 乳、小麦 | りんご |
| | | コールスロー | | | | | | | |
| | | チーズ | チーズ | | | | | 乳 | |
| 20 | 月 | ごはん | | | | | | | |
| | | キムチスープ | | キムチ(さばエキス) | | | りんご | | さば、りんご |
| | | チャプチェ | | | | ごま | だけのこ | | ごま |
| | | ごはん | | | | | | | |
| 21 | 火 | 給食はありません | | | | | | | |
| 22 | 水 | はちみつパン | (マーガリン、脱脂粉乳) | | (小麦粉) | | 乳、小麦 | | |
| | | ちゃんぽん | | いか、だし(煮干し)、あけかまぼこ・はんぺん(魚のすりみ) | | ちゃんぽんゆめん(小麦粉) | | 小麦 | いか |
| | | 大豆と小魚の揚げ煮 | | 大豆、かえり煮干し | | | | | 大豆 |
| | | とうもろこしごはん | | | | | | | |
| 23 | 木 | 白玉汁 | | はんぺん(魚のすりみ)、だし(煮干し) | | | | | |
| | | 野菜炒め | | | | | | | |
| | | ごはん | | | | | | | |
| | | ジュリアンスープ | | | | | | | |
| 24 | 金 | ハンバーグ | | (粒状植物性たん白(大豆)) | | | | 大豆 | |
| | | ラタトゥイユ | | | | | | | |
| | | ごはん | | | | | | | |
| | | わかめスープ | | | | | だけのこ | | |
| 27 | 月 | 回鍋肉 | | | | | | | |
| | | 豚丼 | | | | | | | |
| | | 野菜のもみ漬け | | | | | | | |
| | | 黒砂糖パン | (マーガリン、脱脂粉乳) | | (小麦粉) | | 乳、小麦 | | |
| 29 | 水 | ポークビーンズ | | 大豆 | | | | 大豆 | |
| | | ベーコンのソテー | | | | | | | |
| | | メロン | | | | | メロン | | |
| | | ごはん | | | | | | | |
| 30 | 木 | マーボー豆腐 | | | | | だけのこ | | |
| | | 三色ナムル | | | ごま | | | | ごま |
| | | ごはん | | | | | | | |
| | | ごはん | | | | | | | |

※ 時津中、鳴北中および時津東小において、食物アレルギーの原因として報告された食品について抜き出しています。
なお、アレルギー表示28品目についても同様に報告された分について記入しています。

※ コンタミの資料が必要な場合は、時津町学校給食公社第1調理場(☎095-882-2326)まで、ご連絡ください。
(コンタミとは、製造工程の管理食品を製造する際に、原材料としては使用していないにもかかわらず、特定原材料等が感知せずして最終製品に混入してしまう場合があることをいいます。アレルギーとしては、極微量です。)

毎月「食物アレルギー原因食品一覧表」(この表)と「献立表」の両方を見て、食物アレルギーの原因となる食品をまちがって食べないように注意しましょう。

