



令和4年11月 学校給食予定献立表

※ 給食には、毎日「牛乳(2群)」が付きまます。
※ 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		エネルギーのものになる		エネルギー	たんぱく質
			1群	2群	3群	4群	5群	6群		
1	火	チキンライス ポテトスープ キャベツとウィンナーのソテー	とりにく ベーコン ウィンナー		にんじん にんじん にんじん	たまねぎ マッシュルーム グリーンピース たまねぎ とうもろこし キャベツ	こめ じゃがいも 油		788	27.1
2	水	小コッペパン 皿うどん ぎょうざ カラフルソテー			にんじん にんじん ピーマン パプリカ	たまねぎ キャベツ もやし たまねぎ とうもろこし	小コッペパン チャーメン さとう てんぷん 油		941	34.8
3	木	文化の日								
4	金	ごはん 筑前煮 きゅうりと春雨の酢のもの ひじきのり	とりにく		にんじん さやいんげん にんじん	こんにゃく だけのこ ごぼう しいたけ きゅうり	こめ じゃがいも さとう はるさめ さとう ごま ごま油		787	22.9
7	月	ごはん うずら卵のスープ 焼き肉	とりにく はんぺん うずらたまご		にんじん にんじん ピーマン	ふかねぎ たまねぎ ししいたけ キャベツ たまねぎ にんじく りんご	こめ さとう 油		876	35.7
8	火	ごはん のっぺい汁 さんまのみぞれ煮 キャベツのレモン漬	とりにく あつあげ さんまのみぞれに		にんじん にんじん	こんにゃく ふかねぎ だいこん キャベツ きゅうり レモン	こめ さといも てんぷん さとう		770	27.9
9	水	米粉パン 白菜と肉団子のスープ 大学芋	とりにくだんご		にんじん	はくさい たまねぎ ふかねぎ	こめこパン はるさめ さつまいも さとう みずあめ 油 くるごま		861	26.8
10	木	麦ごはん マーボー豆腐 三色ナムル	とうふ ぶたにく あかみそ		にんじん さやいんげん にんじん ピーマン	たまねぎ だけのこ ししいたけ しょうが もやし	こめ むぎ さとう てんぷん さとう ごま油 油 ごま油		751	27.4
11	金	豚丼 野菜炒め	ぶたにく ベーコン		にんじん にんじん	たまねぎ ししいたけ しらたき ふかねぎ キャベツ たまねぎ	こめ さとう 油 油		801	29.6
14	月	ごはん 中華スープ 上対馬とんちゃん	とりにく うずらたまご ぶたにく あかみそ		にんじん チンゲンサイ にんじん ピーマン	しいたけ たまねぎ しょうが たまねぎ にんにく	こめ はるさめ さとう 油 ごま ごま油		949	29.2
15	火	お弁当の日								
16	水	小コッペパン 五目うどん にらともやしの炒めもの いちごジャム	とりにく あげかまぼこ ベーコン		にんじん にら にんじん	たまねぎ ごぼう ふかねぎ もやし	小コッペパン うどん 油 ごま油 いちごジャム		772	29.4
17	木	ポークカレーライス ごぼうサラダ	ぶたにく ごなチーズ きゅうりゆゆう		にんじん	たまねぎ グリンピース りんご にんにく ごぼう とうもろこし きゅうり	こめ むぎ じゃがいも さとう ごま ごま油 油		843	25.7
18	金	ごはん 豚汁 あじフライ ひじきの炒り煮 みかん	ぶたにく あつあげ むぎみそ あじフライ とりにく うずあげ あげかまぼこ		にんじん にんじん	だいこん ごぼう こんにゃく ふかねぎ みかん	こめ じゃがいも 油 さとう 油		857	33.8
21	月	ごはん うま煮 きゅうりとわかめの酢のもの ふりかけ	とりにく あげかまぼこ		にんじん さやいんげん	たまねぎ こんにゃく きゅうり ふりかけ(おかか)	こめ じゃがいも さとう さとう ごま		779	24.6
22	火	ごはん 野菜スープ 油淋鶏	ぶたにく ベーコン とりにく		にんじん	セロリ キャベツ たまねぎ しょうが ふかねぎ	こめ じゃがいも でんぷん さとう 油 ごま油		925	32.0
23	水	勤労感謝の日								
24	木	さつまいもごはん 沢煮椀 さばのゆず味噌煮 きんぴらごぼう	ぶたにく さばゆずみそに		にんじん にんじん	だけのこ こんにゃく ふかねぎ だいこん ししいたけ ごぼう	こめ さつまいも さとう 油		752	27.1
25	金	ごはん 春雨スープ 擬製豆腐 煮なます	ぶたにく はんぺん とりにく たまご とうふ		にんじん にんじん にんじん	たまねぎ ふかねぎ グリーンピース だいこん	こめ はるさめ さとう さとう 油 油		781	28.6
28	月	ごはん みそしる 豚肉の生姜炒め	うずあげ むぎみそ ぶたにく	わかめ		たまねぎ ふかねぎ キャベツ たまねぎ しょうが	こめ じゃがいも さとう 油		790	27.3
29	火	そぼろ丼 白玉スープ	とりにく ぶたにく はんぺん		ピーマン にんじん チンゲンサイ にんじん	グリーンピース しょうが たまねぎ えのきだけ しょうが ふかねぎ	こめ さとう しらたまもろ		777	38.0
30	水	はちみつパン ポークビーンズ コールスロー 角チーズ	ぶたにく だいず		にんじん さやいんげん トマト にんじん	たまねぎ キャベツ きゅうり とうもろこし	はちみつパン じゃがいも さとう さとう 油		825	33.4



令和4年度11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 ()は加工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・種実類	果物・野菜・他	特定7品目	その他21品目
1	火	チキンライス ポテトスープ キャベツとウィンナーのソテー						
2	水	小 Coppapan 皿うどん ぎょうざ カラフルソテー	(マーガリン、脱脂粉乳)	イカ、はんぺん・ちくわ(魚のすりみ) (魚介エキス)	(小麦粉) チャーメン(小麦粉)		乳、小麦 小麦	イカ
3	木	ぶんか ひ 文化の日						
4	金	ごはん 筑前煮 きゅうりと春雨の酢のもの ひじきのり		(無干し)、(かつお)	ごま	たけのこ		ごま
7	月	ごはん うずらの卵のスープ 焼き肉		うずらの卵、はんぺん(魚のすりみ)		りんご	卵	りんご
8	火	ごはん のっぺい汁 さんまのみぞれ煮 キャベツのレモン漬		だし(無干し) (サンマ)		レモン		(レモン)
9	水	米粉パン 白菜と肉団子のスープ 大学芋	(マーガリン、脱脂粉乳)	肉団子(粒状植物性たん白(大豆))	(小麦粉) 肉団子(パン粉(小麦粉)) 黒ごま		乳、小麦 小麦	大豆 ごま
10	木	麦ごはん マーボー豆腐 三色ナムル				たけのこ		
11	金	豚丼 野菜炒め						
14	月	ごはん 中華スープ 上刈馬とんちゃん		うずらの卵	ごま		卵	ごま
15	火	お弁当の日						
16	水	小 Coppapan 五目うどん にらともやしの炒めもの いちごジャム	(マーガリン、脱脂粉乳)	あげかまぼこ(魚のすりみ)、 だし(かつお節)	(小麦粉) うどん(小麦粉)		乳、小麦 小麦	(いちご)
17	木	ポークカレーライス ごぼうサラダ	牛乳、粉チーズ		カレールウ(小麦粉) ごま	りんご	乳、小麦	りんご ごま
18	金	ごはん 豚汁 あじフライ ひじきの炒り煮 みかん		だし(無干し) (マアジ)、(パン粉(大豆)) あげかまぼこ(魚のすりみ)	(パン粉(小麦粉))		小麦 小麦	大豆 (みかん)
21	月	ごはん うま煮 きゅうりとわかめの酢のもの ふりかけ		あげかまぼこ(魚のすりみ)	ごま			ごま
22	火	ごはん 野菜スープ 油淋鶏						
23	水	きんろうかんしゃ ひ 勤労感謝の日						
24	木	さつまいもごはん 沢煮椀 さばのゆず味噌煮 きんぴらごぼう		だし(かつお節) (サバ)		たけのこ (ゆずペースト)		サバ、(ゆず)
25	金	ごはん 春雨スープ 揚げ豆腐 煮なます		はんぺん(魚のすりみ) 卵			卵	
28	月	ごはん みそしる 豚肉の生姜炒め		だし(無干し)				
29	火	そぼろ丼 白玉スープ		はんぺん(魚のすりみ)				
30	水	はちみつパン ポークピーンズ コールスロー 角チーズ	(マーガリン、脱脂粉乳)	大豆	(小麦粉)		乳、小麦	大豆

※ 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、製造工程等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、特定原材料等が意図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。