

令和5年4月分学校給食献立表

日曜日	曜日	献立名	食品の種類と体内でのたらしき						エネルギー(kcal) 小学校 中学校	メモらん	
			①主に体の組織をつくる食品群		②主に体の調子を整える食品群		③主にエネルギーになる食品群				
			1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海そう	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂 (種実)			
12	水	(小)ごはん (中)赤飯 牛乳 チキンカツ ゆでやさい だんご汁 (中)お祝いいちごゼリー	Pソース	とり肉	牛乳				(小)ごはん(中)赤飯 パン粉 米油 いももち (中)砂糖	599 802	小学校(2~6年)、中学校 給食開始 赤飯(中):入学・進級祝い 献立
13	木	ミルクロール 牛乳 とりのてり焼き 春キャベツのサラダ コーンクリームスープ	Pおまじろ	とり肉	牛乳	にんじん	キャベツ、きゅうり	ミルクロール 砂糖 ごまドレッシング 米油	692 852	ミルクロール:小麦粉は50% 愛知県産	
14	金	麦ごはん 牛乳 いわしのしょうが煮 こんぶ豆 いなか汁		いわし	牛乳		しょうが	砂糖		594 755	
18	火	ごはん 牛乳 ハンバーグの和風あんかけ そえやさい みそ汁	小魚	豚肉、とり肉	牛乳、小魚	にんじん	たまねぎ キャベツ	ごはん 砂糖、でん粉 米油		603 770	小1給食開始
19	水	(小)赤飯(中)ごはん 牛乳 さけのミンチカツ そえやさい すまし汁 (小)お祝いいちごゼリー	(中)スティックチーズ	さけ、たら	牛乳 (中)スティックチーズ	にんじん、さやいんげん	たまねぎ キャベツ	小麦粉 米油 米油		643 785	赤飯(小):入学・進級祝い 献立
20	木	ロールパン 牛乳 やさいサラダ 米粉のホワイトシチュー	Pコーン・ミニレタ	とり肉、白いんげん豆	牛乳	ブロッコリー、にんじん	キャベツ、きゅうり たまねぎ、えだまめ マッシュルーム	ロールパン コーン・ミニレタ 米油		640 803	ロールパン:小麦粉は50% 愛知県産
21	金	ごはん 牛乳 すりみ入りコーンしゅうまい (小2こ、中3こ) そえやさい マーボー豆腐		たら	牛乳	にんじん	コーン、たまねぎ もやし	ごはん 砂糖、でん粉 ごま油、米油		643 835	
24	月	ごはん 牛乳 ぎょうざ(小2こ、中3こ) そえやさい 中華いため煮	おさかなそぼろ	おさかなそぼろ 豚肉	牛乳	にんじん、さやえんどう	キャベツ もやし たまねぎ、たけのこ、キャベツ きくらげ	ごはん 小麦粉 米油 でん粉 ごま油、米油		625 814	
25	火	麦ごはん 牛乳 ハムとやさいのいためもの カレーライス		ロースハム 豚肉、豆乳	牛乳	にんじん、ごまつな にんじん	キャベツ、コーン たまねぎ、えだまめ	麦ごはん 米油 米油		596 760	
26	水	白玉うどん 牛乳 米粉ほきフライ 大豆サラダ 五目うどん	P卵無マヨネーズ	ほき 大豆 油揚げ、とり肉、かまぼこ	牛乳	にんじん、葉ねぎ	キャベツ、きゅうり、えだまめ たまねぎ、しいたけ	白玉うどん 米粉 米油 卵無マヨネーズ でん粉 ごま油		639 748	白玉うどん:小麦粉は100% 愛知県産
27	木	麦ごはん 牛乳 やさいソテー とりだんごのスープ煮 あまなつ	しそひじきの佃煮	ウインナー とりだんご、豆腐	牛乳 しそひじきの佃煮	にんじん、チンゲンサイ	キャベツ、コーン、もやし たまねぎ、たけのこ、しいたけ あまなつ	麦ごはん 米油 ごま、米油、ごま油		603 760	
28	金	ごはん 牛乳 和風あえ じゃがいものそぼろ煮 かしわもち	P和風ドレッシング	油揚げ 豚肉、揚げはんぺん 小豆	牛乳 糸寒天、わかめ	にんじん、さやいんげん	もやし、きゅうり、切干しいたけ たまねぎ、こんにゃく、たけのこ	ごはん 和風ドレッシング 米油		660 813	かしわもち:5月5日は端午の節句

- 献立は都合により変更する場合があります。
- スプーンマーク はスプーンをつけます。
- 献立名の①は学校へ直送します。
- 小学校のエネルギー(kcal)は、中学年の量を表示しています。
- P(バック)…卓上調味料のことで、各学級1本です。
- 太文字は愛知県産の予定です。

※給食についてのご意見、ご質問は南部給食センター電話 45-4512 または保健給食課電話 51-2835 へお問合せください。

お知らせ



28品目のアレルギーを含む商品の情報は裏面に表示しています。28品目以外のアレルギーを含む食品の情報が必要な場合は、担当給食センターか保健給食課にてご確認ください。

毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日」です

備蓄カレーについて

豊橋市の学校給食では、災害時等により給食センターが緊急停止した際には、給食で「備蓄カレー」を提供します。備蓄カレーの原材料は以下のとおりです。食物アレルギーをもつお子さんにつきましては、喫食の可否をご確認いただき、備蓄カレーの喫食ができない場合は、学校へご連絡をお願いいたします。

野菜(玉ねぎ、じゃがいも、にんじん)、パーム油、砂糖、デキストリン、カレーパウダー、トマトペースト、食塩、ガーリックペースト、ローストココナッツペースト、酵母エキス、かつおぶしエキス、香辛料/増粘剤(加工デンプン、キサンタンガム)、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、乳化剤、酸化防止剤(ビタミンC)、香料、香辛料抽出物

※さらに詳しい配合割合等の情報が必要な場合は、お近くの給食センター又は保健給食課にてご確認ください。



※この面は、すべての食品が表示されているわけではありません。(加工品で配合割合が少ない食品は表示されていません。)
※この面は、すべての調味料が表示されているわけではありません。
※同じ献立名でも使用する食品が異なる場合があります。裏面をご確認ください。

給食調理の様子や農家さんへのインタビューなど、豊橋市の学校給食についての情報を発信しています。4月に提供されるマーボー豆腐とカレーライスの調理動画を掲載中です!ぜひご覧ください!






献立表HP



保健給食課公式YouTube

令和5年4月分 28品目アレルギー表示

豊橋市南部学校給食センター

日 曜	配膳例	献立名	表示義務品目			表示推奨品目
			卵 	乳 	小麦 	アーモンド、いか、オレンジ、牛肉、ごま、さけ、さば 大豆、鶏肉、豚肉、もも、やまいも、りんご、セラチン
12 水		(小) ごはん (中) 赤飯				
		チキンカツ			チキンカツ	チキンカツ(大豆、鶏肉)
		Pソース				Pソース(大豆、りんご)
		ゆでやさい				
		だんご汁			しょうゆ	豚肉、油揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆)
		(中) お祝いいちごゼリー [㊦]			(中) お祝いいちごゼリー(大豆)	
13 木		ミルクロール		ミルクロール	ミルクロール	ミルクロール(大豆)
		とりのてり焼き				とりのてり焼き(大豆、鶏肉)
		春キャベツのサラダ				
		Pごまドレッシング			Pごまドレッシング	Pごまドレッシング(大豆、ごま)
		コーンクリームスープ		牛乳、生クリーム		ベーコン(豚肉)、チキンパイオン(鶏肉)
14 金		麦ごはん				
		いわしのしょうが煮			いわしのしょうが煮	いわしのしょうが煮(大豆)
		こんぶ豆			しょうゆ	大豆、油揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆)
		いなか汁			しょうゆ	豚肉、生揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆)
18 火		ごはん				
		ハンバーグの和風あんかけ			ハンバーグ、しょうゆ	ハンバーグ(大豆、鶏肉、豚肉)、しょうゆ(大豆)
		そえやさい				
		みそ汁				豆腐(大豆)、油揚げ(大豆)、赤みそ(大豆)、白みそ(大豆)
		小魚				
19 水		(小) 赤飯 (中) ごはん				
		さけのミンチカツ			さけのミンチカツ	さけのミンチカツ(さけ、大豆)
		そえやさい				
		すまし汁			しょうゆ	豆腐(大豆)、しょうゆ(大豆)
		(小) お祝いいちごゼリー [㊦]				(小) お祝いいちごゼリー(大豆)
		(中) スティックチーズ	(中) スティックチーズ			
20 木		ロールパン		ロールパン	ロールパン	ロールパン(大豆)
		やさいサラダ				
		Pコーンクリームドレッシング				
		米粉のホワイトシチュー		牛乳、チーズ、生クリーム		鶏肉、えだまめ(大豆)、洋だし(大豆、豚肉)
21 金		ごはん				
		すりみ入りコーンしゅうまい (小2こ、中3こ)			すりみ入りコーンしゅうまい	すりみ入りコーンしゅうまい(大豆、豚肉)
		そえやさい				
		マーボー豆腐			しょうゆ	豆腐(大豆)、豚肉、大豆、とりレバー(鶏肉)、赤みそ(大豆)、トウバンジャン(大豆) しょうゆ(大豆)、ごま油(ごま)
24 月		ごはん				
		ぎょうざ (小2こ、中3こ)			ぎょうざ	ぎょうざ(大豆、豚肉、ごま)
		そえやさい				
		中華いため煮			しょうゆ、オイスターソース	豚肉、しょうゆ(大豆)、オイスターソース(大豆)、ごま油(ごま)
		おさかなそぼろ			おさかなそぼろ	おさかなそぼろ(大豆)
25 火		麦ごはん				
		ハムとやさいのいためもの				ロースハム(豚肉)
		カレーライス			カレールウ、オイスターソース	豚肉、えだまめ(大豆)、豆乳(大豆)、カレールウ(豚肉、りんご)、オイスターソース(大豆)
26 水		白玉うどん			白玉うどん	
		米粉ほきフライ				
		大豆サラダ				大豆、えだまめ(大豆)
		P卵無マヨネーズ				P卵無マヨネーズ(大豆)
		五目うどん			しょうゆ	鶏肉、油揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆)、ごま油(ごま)
27 木		麦ごはん				
		やさいソテー				ウインナー(豚肉)
		とりだんごのスープ煮			しょうゆ	とりだんご(鶏肉)、豆腐(大豆)、しょうゆ(大豆)、ごま、ごま油(ごま)
		しそひじきの佃煮			しそひじきの佃煮	しそひじきの佃煮(大豆)
		あまなつ				
28 金		ごはん				
		和風あえ				油揚げ(大豆)
		P和風ドレッシング				
		じゃがいものそぼろ煮			しょうゆ	豚肉、しょうゆ(大豆)
		かしわもち				

必ずお読みください

【原材料として使用しない表示義務品目及び表示推奨品目】
※微量混入する場合があります(右記参照)

1 表示義務品目
8品目のうち、以下の6品目は学校給食で使用しません。
× えび、かに、くるみ、そば、落花生(ピーナッツ)、生卵※
※マヨネーズ等の調味料は、卵不使用の物を提供します。

2 表示推奨品目
20品目のうち、以下の6品目は学校給食で使用しません。
× あわび、いくら、カシューナッツ、キウイフルーツ、
バナナ、まつたけ

以下の情報は、この面には記載されていません。給食センター又は保健給食課にてご確認ください

★28品目以外のアレルギーを含む食品
★28品目の微量混入(コンタミネーション、調味料、香料)

〔コンタミネーション〕
食品を生産する際に、原材料として使用していないにも関わらず、工場内や自然界での食物連鎖などで微量混入するものがあります。例えば、「のり」などの海藻類、小魚類は採取方法や捕食等により「えび」「かに」が含まれるものがあります。

〔調味料〕
例えば、「えび」「かに」は学校給食の原材料として使用しませんが、魚醤など海から捕れた材料の品種を選別せずにそのまま原材料として用いた調味料などに含まれるものがあります。

令和5年5月分学校給食献立表

豊橋市南部学校給食センター

日	曜日	配膳例	献立名	食品の種類と体内でのほたらき						エネルギー(kcal) 小学校 中学校	メモらん
				①主に体の組織をつくる食品群		②主に体の調子を整える食品群		③主にエネルギーになる食品群			
				1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海そう	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂 (種実)		
1	月		ごはん 牛乳 めひかりフライ(小2こ、中3こ) 茎わかめのきんぴら 白みそ汁	めひかり 揚げはんぺん 油揚げ、豆腐、白みそ	牛乳 わかめ	にんじん 葉ねぎ	こんにゃく、れんこん たまねぎ、だいこん、ぶなしめじ、根深ねぎ	ごはん パン粉 米油 ごま、米油	581 765		
2	火		中華あえ 牛乳 とり肉と生揚げの甘酢いため レモンマフィン	とり肉、生揚げ 豆乳	牛乳 わかめ	にんじん、さやいんげん	きゅうり、だいこん、もやし、コーン たまねぎ、れんこん、たけのこ、ぶなしめじ レモン	ごはん 塩ドレッシング 米油	624 769		
8	月		ごはん 牛乳 ひじき入りぎょうざ(小2こ、中3こ) ゆでやさい 中華コーンスープ	小魚 とり肉	牛乳、小魚 ひじき		キャベツ、たまねぎ もやし たまねぎ、コーン、エリンギ	ごはん 小麦粉 米油	586 780		
9	火		ごはん 牛乳 ぶりのみりん焼き 青じそサラダ がんもどきとやさいの煮つけ	ぶり 豚肉、がんもどき	牛乳	青じそ にんじん、さやいんげん	キャベツ、もやし、きゅうり こんにゃく、たけのこ、しいたけ	ごはん 和風ドレッシング 米油	625 791		
10	水		ごはん 牛乳 ドライカレー やさいのスープ煮 一口アセロラゼリー	豚肉、大豆 ロースハム	牛乳	パプリカ、ピーマン にんじん、ハセリ	たまねぎ、しょうが、にんにく キャベツ、コーン アセロラ	麦ごはん じゃがいも 米油 砂糖	596 753		
11	木		ロールパン 牛乳 ジャーマンポテト ポークビーンズ	ベーコン 豚肉、大豆	牛乳	ハセリ にんじん、トマト	コーン たまねぎ	ロールパン じゃがいも 米油	649 825	ロールパン：小麦粉は50%愛知県産	
12	金		ごはん 牛乳 青じそ春巻 そえやさい マーボー豆腐	とり肉 豚肉、大豆、とりレバー 豆腐、赤みそ	牛乳	青じそ にんじん 葉ねぎ	もやし にんにく、しょうが、たけのこ たまねぎ	ごはん 小麦粉 米油 砂糖、でん粉 ごま油、米油	699 884		
15	月		麦ごはん 牛乳 ごぼう入りつくね(小2こ、中3こ) コーンソテー 中華スープ煮	とり肉 豚肉、豆腐、なると巻	牛乳		たまねぎ、ごぼう コーン、えだまめ たまねぎ、しいたけ、しょうが	麦ごはん 米油 ごま油、米油	608 799		
16	火		ごはん 牛乳 生揚げのごまみそいため もずく汁	豚肉、生揚げ、赤みそ すりみボール	牛乳 もずく	にんじん にんじん	たまねぎ、たけのこ、しょうが 根深ねぎ、もやし、だいこん、えだまめ	ごはん 砂糖、でん粉 ごま、米油、ごま油	596 750		
17	水		ソフトめん 牛乳 ハムとやさいのソテー ミートソース	ロースハム 豚肉、大豆	牛乳		キャベツ、コーン たまねぎ、マッシュルーム、えだまめ	ソフトめん 米油 砂糖	635 762	ソフトめん：小麦粉は50%愛知県産	
18	木		ごはん 牛乳 さばのみそ煮 そえやさい じゃがいもの含め煮	さば、赤みそ、白みそ とり肉、揚げはんぺん	牛乳	にんじん にんじん、さやいんげん	キャベツ、えだまめ こんにゃく、たまねぎ、ぶなしめじ たけのこ	ごはん 砂糖 米油 じゃがいも、砂糖	618 779		
19	金		ごはん 牛乳 とりの竜田揚げ やさしいため かんぴょうの卵とじ汁	とり肉 豆腐、卵	牛乳	にんじん にんじん、葉ねぎ	キャベツ、もやし かんぴょう、だいこん	ごはん 米油 でん粉	580 732	かんぴょうの卵とじ汁：栃木県の郷土料理	
22	月		ごはん 牛乳 あじフライ ゆでやさい 打ち豆汁	あじ 打ち豆、生揚げ、白みそ	牛乳	にんじん にんじん、葉ねぎ	キャベツ だいこん、ごぼう、根深ねぎ	ごはん パン粉 米油	620 788	打ち豆汁：福井県の郷土料理	
23	火		ごはん 牛乳 たけのこの土佐煮 いり豆腐	お抹茶大豆 ちくわ、油揚げ、かつおぶし とり肉、豆腐、卵	牛乳	さやえんどう にんじん、葉ねぎ	こんにゃく、たけのこ たまねぎ	ごはん 砂糖 砂糖 米油	598 758		
24	水		ごはん 牛乳 ピリ辛ひじき丼 やさいスープ	角チーズ 豚肉、赤みそ ウインナー	牛乳、角チーズ ひじき	パプリカ にんじん、ハセリ	たまねぎ、えだまめ、しょうが キャベツ	ごはん 砂糖 じゃがいも 米油	608 763		
25	木		麦ごはん 牛乳 ハンバーグカレーライス(ハンバーグ) アスパラサラダ ハンバーグカレーライス(カレー)	豚肉、とり肉 とり肉、豆乳	牛乳	グリーンアスパラ にんじん	たまねぎ きゅうり、コーン、キャベツ たまねぎ、えだまめ	麦ごはん コーンクリームソープ 米油	651 821		
26	金		ごはん 牛乳 コロケ そえやさい 豚汁	ベーコン 豚肉、豆腐、赤みそ	牛乳		キャベツ ごぼう、切干しいたけ	ごはん じゃがいも、パン粉 米油 米油	685 857		
29	月		ごはん 牛乳 ミンチカツ そえやさい 若竹汁	豚肉 とり肉、豆腐	牛乳	にんじん わかめ	たまねぎ キャベツ たけのこ、たまねぎ、えのきたけ	ごはん パン粉 米油 米油	620 779		
30	火		スライスパン 牛乳 ミニトマト(小1こ、中2こ) ウインナーとやさいのソテー マカロニのクリーム煮	大豆チョコスプレッド ウインナー とり肉、白いんげん豆	牛乳	ミニトマト ハセリ にんじん、グリーンアスパラ	キャベツ、コーン たまねぎ	スライスパン 大豆チョコスプレッド 米油 マカロニ、でん粉 バター、米油	689 826	スライスパン：小麦粉は50%愛知県産	
31	水		ごはん 牛乳 さんまのみぞれ煮 そえやさい 肉だんごとやさいのうま煮	さんま 肉だんご、生揚げ、うずら卵	牛乳		だいこん もやし、キャベツ たまねぎ、れんこん、しいたけ	ごはん 米油 じゃがいも、砂糖	654 833		

- 献立は都合により変更する場合があります。
- スプーンマーク はスプーンをつけます。
- 献立名の①は学校へ直送します。
- 小学校のエネルギー(kcal)は、中学年の量を表示しています。
- P(パック)…卓上調味料のことで、各学級1本です。
- 太文字は愛知県産の予定です。

※給食についてのご意見、ご質問は南部給食センター電話 45-4512 または保健給食課電話 51-2835 へお問合せください。

28品目のアレルギーを含む商品の情報は裏面に表示しています。28品目以外のアレルギーを含む食品の情報が
必要な場合は、担当給食センターか保健給食課にてご確認ください。

お知らせ

★献立紹介★

「もずく汁」

1人分材料

- すりみボール… 25g
- にんじん… 10g(せん切り)
- もやし… 10g
- だいこん… 30g(せん切り)
- 根深ねぎ… 10g(小口切り)
- むきえだまめ… 10g

もずくは、ネバネバしています。これは、「フコイダン」という水溶性の食物繊維です。血糖値の上昇を抑え、血中コレステロール値を下げる効果や、腸内の環境を整えるため、便秘の予防や美容に効果があるといわれています。

- もずく… 12g
- 削節… 3.5g
- みりん… 2g(小さじ1/2)
- しょうゆ… 5g(小さじ1)
- 塩… 少々

作り方

- ① 削節でだしをとる。
- ② ①ににんじん、だいこんを入れる。
- ③ もやし、すりみボール、もずく、根深ねぎを入れて煮る。aで味つけをする。
- ④ むきえだまめを入れ、仕上げる。味をみて、塩を追加する。

毎月19日は『食育の日～おうちでごはんの日』です

とよはし産学校給食の日

5月に使用するミニトマト、青じそは豊橋産です。豊橋市は全国でも有数のミニトマト、青じその産地です。

※この面は、すべての食品が表示されているわけではありません。(加工品で配合割合が少ない食品は表示されていません。)
※この面は、すべての調味料が表示されているわけではありません。
※同じ献立名でも使用する食品が異なる場合があります。裏面をご確認ください。

5月に提供される
ミートソース・茎わかめの
きんぴらの調理風景や、
ミニトマト農家さんの
インタビュー動画を掲載中です！
ぜひご覧ください！





献立表HP



保健給食課公式 YouTube

令和5年5月分 28品目アレルギー表示

豊橋市南部学校給食センター

日 曜	配膳例	献立名	表示義務品目			表示推奨品目
			卵 	乳 	小麦 	アーモンド、いか、オレンジ、牛肉、ごま、さけ、さば 大豆、鶏肉、豚肉、もも、やまいも、りんご、セラチン
1 月		ごはん めひかりフライ(小2こ、中3こ) 茎わかめのきんぴら 白みそ汁			めひかりフライ しょうゆ	ごま、しょうゆ(大豆) 豆腐(大豆)、油揚げ(大豆)、白みそ(大豆)
2 火		ごはん 中華あえ P塩ドレッシング とり肉と生揚げの甘酢いため レモンマフィン			P塩ドレッシング しょうゆ	P塩ドレッシング(大豆、鶏肉、ごま) 鶏肉、生揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆) レモンマフィン(大豆)
8 月		ごはん ひじき入りぎょうざ(小2こ、中3こ) Pしょうゆ ゆでやさい 中華コーンスープ 小魚			ひじき入りぎょうざ Pしょうゆ しょうゆ	ひじき入りぎょうざ(大豆、鶏肉、豚肉、ごま) Pしょうゆ(大豆) 豚肉、豆腐(大豆)、チキンピヨ中華(鶏肉)、しょうゆ(大豆)
9 火		ごはん ぶりのみりん焼き 青じそサラダ P和風ドレッシング がんもどきとやさいの煮つけ			ぶりのみりん焼き しょうゆ	ぶりのみりん焼き(大豆) がんもどき(大豆)、豚肉、しょうゆ(大豆)
10 水		麦ごはん ドライカレー やさいのスープ煮 一口アセロラゼリー			カレールウ、しょうゆ しょうゆ	豚肉、大豆、カレールウ(豚肉、りんご)、洋だし(大豆、豚肉)、しょうゆ(大豆) ロースハム(豚肉)、チキンピヨ中華(鶏肉)、しょうゆ(大豆)
11 木		ロールパン ジャーマンポテト ポークビーンズ	ロールパン	ロールパン	ロールパン(大豆) ベーコン(豚肉) 豚肉、大豆、洋だし(大豆、豚肉)	
12 金		ごはん 青じそ春巻 そえやさい マーボー豆腐			青じそ春巻 しょうゆ	青じそ春巻(大豆、鶏肉) 豆腐(大豆)、豚肉、大豆、とりレバー(鶏肉)、赤みそ(大豆)、トウバンジャン(大豆) しょうゆ(大豆)、ごま油(ごま)
15 月		麦ごはん ごぼう入りつくね(小2こ、中3こ) コーンソテー 中華スープ煮			しょうゆ	ごぼう入りつくね(大豆、鶏肉、豚肉) えだまめ(大豆) 豆腐(大豆)、豚肉、チキンピヨ中華(鶏肉)、しょうゆ(大豆)、ごま油(ごま)
16 火		ごはん 生揚げのごまみそいため もずく汁 型抜きいちごレアチーズ		型抜きいちごレアチーズ	しょうゆ しょうゆ	豚肉、生揚げ(大豆)、赤みそ(大豆)、トウバンジャン(大豆)、しょうゆ(大豆)、ごま、ごま油(ごま) えだまめ(大豆)、しょうゆ(大豆)
17 水		ソフトめん ハムとやさいのソテー ミートソース		ソフトめん ハヤシルウ	ハヤシルウ	ロースハム(豚肉) 豚肉、大豆、えだまめ(大豆)、ハヤシルウ(大豆、豚肉)
18 木		ごはん さばのみそ煮 そえやさい じゃがいもの含め煮			しょうゆ	さばのみそ煮(さば、大豆) えだまめ(大豆) 鶏肉、しょうゆ(大豆)
19 金		ごはん とりの竜田揚げ やさいいため かんぴょうの卵とじ汁	卵		しょうゆ	とりの竜田揚げ(大豆、鶏肉) 豆腐(大豆)、しょうゆ(大豆)
22 月		ごはん あじフライ Pソース ゆでやさい 打ち豆汁			あじフライ	あじフライ(大豆) Pソース(大豆、りんご) 打ち豆(大豆)、生揚げ(大豆)、長いも(やまいも)、白みそ(大豆)
23 火		ごはん たけのこの土佐煮 いり豆腐 お抹茶大豆	卵		しょうゆ しょうゆ	油揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆) 豆腐(大豆)、鶏肉、しょうゆ(大豆) お抹茶大豆(大豆)
24 水		ごはん ピリ辛ひじき丼 やさいスープ 角チーズ		角チーズ	しょうゆ しょうゆ	豚肉、えだまめ(大豆)、赤みそ(大豆)、トウバンジャン(大豆)、しょうゆ(大豆) ウインナー(豚肉)、チキンピヨ中華(鶏肉)、しょうゆ(大豆)
25 木		麦ごはん ハンバーグカレーライス(ハンバーグ) アスパラサラダ Pコーンクリーミードレッシング ハンバーグカレーライス(カレー)			ハンバーグ カレールウ、オイスターソース	ハンバーグ(大豆、鶏肉、豚肉) 鶏肉、えだまめ(大豆)、豆乳(大豆)、カレールウ(豚肉、りんご)、オイスターソース(大豆)
26 金		ごはん コロッケ そえやさい 豚汁			コロッケ	コロッケ(牛肉、大豆、豚肉) ベーコン(豚肉) 豚肉、豆腐(大豆)、赤みそ(大豆)
29 月		ごはん ミンチカツ そえやさい 若竹汁			ミンチカツ しょうゆ	ミンチカツ(大豆、豚肉) 鶏肉、豆腐(大豆)、しょうゆ(大豆)
30 火		スライスパン ミニトマト(小1こ、中2こ) ウインナーとやさいのソテー マカロニのクリーム煮 大豆チョコスプレッド	スライスパン		スライスパン マカロニ	スライスパン(大豆) ウインナー(豚肉) 鶏肉、洋だし(大豆、豚肉) 大豆チョコスプレッド(大豆)
31 水		ごはん さんまのみぞれ煮 そえやさい 肉だんごとやさいのうま煮			さんまのみぞれ煮 しょうゆ	さんまのみぞれ煮(大豆) 肉だんご(鶏肉、豚肉、大豆)、生揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆)

必ずお読みください

【原材料として使用しない表示義務品目及び表示推奨品目】
※微量混入する場合があります(右記参照)

1 表示義務品目
8品目のうち、以下の6品目は学校給食で使用しません。
× えび、かに、くるみ、そば、落花生(ピーナッツ)、生卵※
※マヨネーズ等の調味料は、卵不使用の物を提供します。

2 表示推奨品目
20品目のうち、以下の6品目は学校給食で使用しません。
× あわび、いくら、カシューナッツ、キウイフルーツ、バナナ、まつたけ

以下の情報は、この面には記載されていません。給食センター又は保健給食課にてご確認ください

★28品目以外のアレルギーを含む食品
★28品目の微量混入(コンタミネーション、調味料、香料)

【コンタミネーション】
食品を生産する際に、原材料として使用していないにも関わらず、工場内や自然界での食物連鎖などで微量混入するものがあります。例えば、「のり」などの海藻類、小魚類は採取方法や捕食等により「えび」「かに」が含まれるものがあります。

【調味料】
例えば、「えび」「かに」は学校給食の原材料として使用しませんが、魚醤など海から捕れた材料の品種を選別せずにそのまま原材料として用いた調味料などに含まれるものがあります。


令和5年6月分学校給食献立表

豊橋市南部学校給食センター

日	曜日	配膳例	献立名	食品の種類と体内でのほたらき						エネルギー (kcal) 小学校 中学校	メモらん
				①主に体の組織をつくる食品群		②主に体の調子を整える食品群		③主にエネルギーになる食品群			
				1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海そう	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂 (種実)		
1	木	麦ごはん 青じそとトマトの豊橋豚キムチ だんご汁 (小)メロン	(中)小魚	豚肉 油揚げ、かまぼこ	牛乳、(中)小魚	トマト、にら、青じそ にんじん、葉ねぎ	にんにく、しょうが、れんこん、白菜キムチ、たまねぎ だいこん (小)メロン	麦ごはん 砂糖 いももち	米油	596 749	青じそとトマトの豊橋豚キムチ： 青じそは豊橋産
2	金	ごはん にしんの塩焼き やさしいおひたし 肉じゃが	Pしょうゆ	にしん 豚肉、揚げはんぺん	牛乳	にんじん にんじん、さやいんげん	キャベツ、もやし たまねぎ、こんにやく	ごはん じゃがいも、砂糖	米油	592 761	
5	月	ごはん コールスローサラダ 豚肉とトマトのすき焼き ブルーベリータルト	Pコールスローサラダ	豚肉、焼豆腐 豆乳	牛乳	にんじん トマト	キャベツ、きゅうり、コーン たまねぎ、えだまめ、こんにやく ブルーベリー	ごはん ふ、砂糖 砂糖、米粉	コールスローサラダ 米油	661 812	
6	火	ごはん いかフライ ゆでやさしい じゃがいものカレーいため	味付乾燥豆腐 Pソース	味付乾燥豆腐 いか	牛乳		キャベツ たまねぎ、にんにく	ごはん パン粉	米油	661 833	いかフライ、味付乾燥豆腐：6 月4日から10日は、歯と口の 健康週間
7	水	中華めん じゃがいもとウインナーのソテー ジャージャーめん (中)メロン	(小)小魚	ウインナー 豚肉、とりばら、大豆、赤みそ	牛乳、(小)小魚	にんじん、パプリカ、葉ねぎ	コーン、エリンギ たまねぎ、たけのこ、しょうが (中)メロン	中華めん じゃがいも 砂糖、でん粉	米油 ごま油、米油	644 784	中華めん：小麦粉100%愛知 県産
8	木	ごはん 米粉ほきフライ ひきなすり こづゆ 一口ももゼリー		ほき 高野豆腐、油揚げ ほたて貝柱、ちくわ	牛乳	にんじん、さやいんげん にんじん、みつば	だいこん こんにやく、たけのこ、きくらげ、しいたけ もも	ごはん パン粉 砂糖 ふ 砂糖	米油 米油	637 794	ひきなすり、こづゆ：福島県の 郷土料理
9	金	ごはん ハンバーグの和風あんかけ やさしいため みそ汁		豚肉、とり肉 ロースハム 生揚げ、赤みそ	牛乳		たまねぎ キャベツ、コーン ごぼう、だいこん	ごはん 砂糖、でん粉	米油	633 796	
12	月	ごはん かぼちゃコロッケ そえやさしい 豆腐とミートボールのスープ煮		豆腐、豆腐ミートボール	牛乳	かぼちゃ	キャベツ、もやし たまねぎ、しょうが	ごはん パン粉	米油 米油	634 799	
13	火	ごはん さばの銀紙焼き ミニトマト(小1こ、中2こ) 親子煮		さば、赤みそ とり肉、卵、高野豆腐	牛乳	ミニトマト にんじん、みつば	たまねぎ、たけのこ、しいたけ	ごはん 砂糖		622 789	ミニトマト：豊橋産
14	水	ごはん 白はんぺんの米粉いそべ揚げ あわせみそ汁	ひじきふりかけ	白はんぺん 生揚げ、とり肉、赤みそ、白みそ	牛乳、ひじきふりかけ 青のり	にんじん、葉ねぎ	たまねぎ、だいこん、ぶなしめじ	ごはん 米粉	米油	587 741	
15	木	ミルクロール ツナとアスパラのソテー ハヤシチュー		まぐろ 豚肉、豆乳	牛乳	グリーンアスパラ にんじん	キャベツ、コーン たまねぎ、えだまめ	ミルクロール	米油 米油	607 764	ミルクロール：小麦粉は50% 愛知県産
16	金	麦ごはん しそじゅうまい(小2こ、中3こ) そえやさしい 夏！！マーボー お茶プリン		とり肉 豚肉、とりばら、大豆、豆腐、赤みそ 豆乳	牛乳	青じそ にんじん トマト、葉ねぎ 緑茶	たまねぎ もやし にんにく、しょうが、たまねぎ、なす	麦ごはん 小麦粉 砂糖	ラード 米油 ごま油、米油	708 916	愛知を食べる学校給食の日 お茶プリン：緑茶は豊橋産
19	月	ごはん チキンカツ そえやさしい かき玉汁		とり肉 豆腐、かまぼこ、卵	牛乳	にんじん にんじん、葉ねぎ	キャベツ、えだまめ たまねぎ、えのきたけ	ごはん パン粉	米油 米油	599 757	
20	火	ごはん ウインナーソーセージ(小1こ、中2こ) キャベツサラダ じゃこボールのケチャップいため	Pごまドレッシング	ウインナー いか、生揚げ、じゃこボール	牛乳	にんじん にんじん	キャベツ、きゅうり たまねぎ、たけのこ、えだまめ、しょうが、にんにく	ごはん 砂糖、でん粉	ごまドレッシング 米油	620 819	
21	水	麦ごはん とりのてり焼き そえやさしい 五目煮	しそひじきの佃煮	とり肉 豚肉、大豆、揚げはんぺん	牛乳、しそひじきの佃煮		キャベツ こんにやく、たけのこ、ごぼう、しいたけ	麦ごはん 砂糖	米油 米油	626 785	
22	木	米粉パン(小麦入り) 愛知の大豆入りナゲット(小2こ、中3こ) 豊橋やさしいたっぷりラタトゥイユ 一口蒲郡みかんゼリー		大豆、とり肉 豚肉	牛乳	にんじん、トマト、かぼちゃ、青じそ	にんにく、なす、たまねぎ、スッキーニ みかん	米粉パン(小麦入り) 砂糖	米油 オリーブ油	648 848	愛知を食べる学校給食の日 米粉パン(小麦入り)・米粉は100% 愛知県産、小麦粉は50%愛知県産 豊橋やさしいたっぷりラタトゥイユ： 青じそは豊橋産
23	金	ごはん いわしの梅煮 そえやさしい やさしい炊き合せ		いわし とり肉、生揚げ	牛乳	にんじん にんじん、さやいんげん	梅 キャベツ こんにやく、たまねぎ、れんこん、しいたけ	ごはん 砂糖	米油	589 752	
26	月	ごはん ずりみ入りしのだの含め煮 五目きんぴら		豆腐、たら、油揚げ 豚肉、揚げはんぺん	牛乳	にんじん、さやいんげん	こんにやく、ごぼう、たけのこ	ごはん 砂糖 砂糖	ごま、ごま油、米油	630 768	
27	火	ごはん 春巻 そえやさしい 豊橋いりどりみどり		豚肉 とり肉、うずら卵	牛乳	にんじん、青じそ	キャベツ、もやし もやし とうがん、ごぼう、コーン、たまねぎ、こんにやく、しょうが	ごはん 小麦粉 でん粉	米油 米油 米油	634 804	豊橋いりどりみどり：とうがん、 青じそは豊橋産 令和4年度アイデア料理コンテ スト入賞作品
28	水	麦ごはん コーンサラダ 豆乳カレーライス	Pコーン・ミートドレッシング	まぐろ、豆乳	牛乳	にんじん、かぼちゃ	キャベツ、えだまめ、コーン たまねぎ	麦ごはん じゃがいも	コーンクリームドレッシング 米油	641 808	
29	木	スライスパン フィッシュサンド(たらフライ) フィッシュサンド(ゆでやさしい) ポテトクリームスープ	ケチャップソース	たら とり肉、白いんげん豆	牛乳		キャベツ たまねぎ、コーン	スライスパン パン粉	米油	685 794	スライスパン：小麦粉は50% 愛知県産
30	金	ごはん ひき肉とキャベツのみそいため 中華スープ煮 冷凍みかん		豚肉、赤みそ 豆腐、ずりみボール	牛乳 わかめ	にんじん、ピーマン にんじん、にら	しょうが、にんにく、たけのこ、キャベツ、切干しいたけ たまねぎ、もやし、しいたけ みかん	ごはん 砂糖、でん粉 はるさめ	米油 ごま油、米油	599 756	

※給食についてのご意見、ご質問は南部給食センター電話 45-4512 または保健給食課電話 51-2835 へお問合せください。

お知らせ

- 献立は都合により変更する場合があります。
- スプーンマーク  はスプーンをつけます。
- 献立名の①は学校へ直送します。
- 小学校のエネルギー(kcal)は、中学年の量を表示しています。
- P(バック)…卓上調味料のことで、各学級1本です。
- 太文字は愛知県産の予定です。

★献立紹介★

「こづゆ」

1人分材料

- | | |
|--------------------------------------|------------------|
| ほたて貝柱(水煮)… 3g | 白玉ふ… 1.5g(水でもどす) |
| ちくわ… 20g(小口切り) | みつば… 1.5g(2cm) |
| にんじん… 20g(いちょう切り) | 削節… 2g |
| たけのこ… 20g(短冊切り) | しょうゆ… 小さじ2/3 |
| 突こんにやく… 20g(ボイル) | みりん… 小さじ1/6 |
| きくらげ… 0.2g(水でもどして、せん切り) ^a | 塩… 少々 |
| 干しいたけ… 0.3g(水でもどして、せん切り) | |

「こづゆ」、「ひきなすり」は、福島県の郷土料理です。
豊橋市は、連続テレビ小説「エール」をきっかけに、ドラマの主役である福島市出身の作曲家・古閑裕而と豊橋市出身の妻・古閑金子の入籍日である2月9日に福島市とパートナーシティ協定を結びました。

毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日」です

とよはし産学校給食の日

- 6月に使用するトマト、なすは豊橋産です。
- 豊橋市は全国でも有数のトマト、なすの産地です。

作り方

- ① 削節でだしをとる。
- ② ①ににんじん、たけのこ、突こんにやく、しいたけを入れて煮る。
- ③ aで味付けをし、ほたて、ちくわ、きくらげを煮る。
- ④ 塩を入れて味を調える。
- ⑤ 白玉ふとみつばを入れて仕上げる。

親子フード・カルチャー・インサマー開催!

普段入ることができない給食センターの見学や、作ったメニューを食べることが出来るイベントです。
開催日程、会場、申し込み方法等詳細はホームページをご覧ください。



※この面は、すべての食品が表示されているわけではありません。
(加工品で配合割合が少ない食品は表示されていません。)
※この面は、すべての調味料が表示されているわけではありません。
※同じ献立名でも使用する食品が異なる場合があります。
裏面をご確認ください。

豊橋市学校給食
アイデア料理コンテスト
6月に提供する「豊橋いりどりみどり」は、令和4年度学校給食アイデア料理コンテストにて、青陵中2年生(当時)小野麗さんが豊橋農業協同組合長賞を受賞した献立です。






献立表HP



保健給食課公式YouTube

令和5年6月分 28品目アレルギー表示

豊橋市南部学校給食センター

日 曜	配膳例	献立名	表示義務品目			表示推奨品目
			卵 	乳 	小麦 	アーモンド、いか、オレンジ、牛肉、ごま、さけ、そば、大豆、鶏肉、豚肉、もも、やまいも、りんご、セラチン
1 木		麦ごはん 青じそとトマトの豊橋豚キムチ だんご汁 (小) メロン (中) 小魚			白菜キムチ、しょうゆ しょうゆ	豚肉、白菜キムチ(大豆、りんご)、しょうゆ(大豆) 油揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆)
2 金		ごはん にしんの塩焼き やさいのおひたし Pしょうゆ 肉じゃが			Pしょうゆ しょうゆ	Pしょうゆ(大豆) 豚肉、しょうゆ(大豆)
5 月		ごはん コールスローサラダ Pコールスロードレッシング 豚肉とトマトのすき焼き ブルーベリータルト			ふ、しょうゆ	豚肉、焼豆腐(大豆)、えだまめ(大豆)、しょうゆ(大豆) ブルーベリータルト(大豆)
6 火		ごはん いかフライ Pソース ゆでやさい じゃがいものカレーいため 味付乾燥豆腐 中華めん			いかフライ しょうゆ 味付乾燥豆腐 中華めん	いかフライ(いか、大豆) Pソース(大豆、りんご) 豚肉、生揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆) 味付乾燥豆腐(大豆)
7 水		中華めん じゃがいもとウインナーのソテー ジャージャーめん (小) 小魚 (中) メロン			しょうゆ、テンメンジャン	ウインナー(豚肉) 豚肉、大豆、とりレバー(鶏肉)、赤みそ(大豆)、しょうゆ(大豆)、トウバンジャン(大豆)、テンメンジャン(大豆、ごま)、ごま油(ごま)
8 木		ごはん 米粉ほきフライ ひきなすり ごつゆ 一口ももゼリー			しょうゆ ふ、しょうゆ	高野豆腐(大豆)、油揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆) しょうゆ(大豆) 一口ももゼリー(もも)
9 金		ごはん ハンバーグの和風あんかけ やさいいため みそ汁			ハンバーグ、しょうゆ	ハンバーグ(大豆、鶏肉、豚肉)、しょうゆ(大豆) ロースハム(豚肉) 生揚げ(大豆)、赤みそ(大豆)
12 月		ごはん かぼちゃコロッケ そえやさい 豆腐とミートボールのスープ煮			かぼちゃコロッケ しょうゆ、豆腐ミートボール、とりガラスープ	かぼちゃコロッケ(大豆、鶏肉) 豆腐(大豆)、豆腐ミートボール(大豆、鶏肉、豚肉)、ごま、しょうゆ(大豆)、とりガラスープ(鶏肉)
13 火		ごはん さばの銀紙焼き ミニトマト(小1こ、中2こ) 親子煮	卵		しょうゆ、白しょうゆ	さばの銀紙焼き(さば、大豆) 鶏肉、高野豆腐(大豆)、しょうゆ(大豆)、白しょうゆ(大豆)
14 水		ごはん 白はんぺんの米粉いそへ揚げ あわせみそ汁 ひじきふりかけ			ひじきふりかけ	鶏肉、生揚げ(大豆)、赤みそ(大豆)、白みそ(大豆) ひじきふりかけ(大豆、ごま)
15 木		ミルクロール ツナとアスパラのソテー ハヤシシチュー	ミルクロール		ミルクロール ハヤシルウ、ドミグラスソース	ミルクロール(大豆) 豚肉、えだまめ(大豆)、豆乳(大豆)、洋だし(大豆、豚肉)、ハヤシルウ(大豆、豚肉)、ドミグラスソース(鶏肉)、トマトソース(大豆)
16 金		麦ごはん しそしゅうまい(小2こ、中3こ) そえやさい 夏!!マーボー お茶プリン			しそしゅうまい テンメンジャン、しょうゆ	しそしゅうまい(大豆、鶏肉、豚肉、ごま) 豆腐(大豆)、豚肉、大豆、とりレバー(鶏肉)、赤みそ(大豆)、トウバンジャン(大豆)、テンメンジャン(大豆、ごま)、しょうゆ(大豆)、ごま油(ごま) お茶プリン(大豆)
19 月		ごはん チキンカツ そえやさい かき玉汁	卵		チキンカツ しょうゆ	チキンカツ(大豆、鶏肉) えだまめ(大豆) 豆腐(大豆)、しょうゆ(大豆)
20 火		ごはん ウインナーソーセージ(小1こ、中2こ) キャベツサラダ Pごまドレッシング じゃこボールのケチャップいため				ウインナーソーセージ(豚肉) Pごまドレッシング(大豆、ごま) 生揚げ(大豆)、いか、えだまめ(大豆)、トウバンジャン(大豆)、オイスターソース(大豆)、しょうゆ(大豆)
21 水		麦ごはん とりのてり焼き そえやさい 五目煮 しそひじきの佃煮			とりのてり焼き しょうゆ しそひじきの佃煮	とりのてり焼き(大豆、鶏肉) 豚肉、大豆、しょうゆ(大豆) しそひじきの佃煮(大豆)
22 木		米粉パン(小麦入り) 愛知の大豆入りナゲット(小2こ、中3こ) 豊橋やさいたっぷりラタトゥイユ 一口蒲郡みかんゼリー	米粉パン		米粉パン	米粉パン(大豆) 愛知の大豆入りナゲット(大豆、鶏肉) 豚肉、洋だし(大豆、豚肉)
23 金		ごはん いわしの梅煮 そえやさい やさいの炊き合せ			いわしの梅煮 しょうゆ	いわしの梅煮(大豆) 鶏肉、生揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆)
26 月		ごはん すりみ入りしのだの含め煮 五目きんぴら			しょうゆ しょうゆ	すりみ入りしのだ(大豆)、しょうゆ(大豆) 豚肉、しょうゆ(大豆)、ごま、ごま油(ごま)
27 火		ごはん 春巻 そえやさい 豊橋いりどりみどり	うずら卵		春巻 しょうゆ	春巻(大豆、豚肉、ごま) 鶏肉、えだまめ(大豆)、しょうゆ(大豆)
28 水		麦ごはん コーンサラダ Pコーンクリーミードレッシング 豆乳カレーライス			カレールウ、しょうゆ	えだまめ(大豆) カレールウ(豚肉、りんご)、豆乳(大豆)、洋だし(大豆、豚肉)、しょうゆ(大豆)
29 木		スライスパン フィッシュサンド(たらフライ) ケチャップソース フィッシュサンド(ゆでやさい) ポテトクリームスープ	スライスパン		スライスパン たらフライ	スライスパン(大豆) たらフライ(大豆) ケチャップソース(大豆) 鶏肉、チキンブイヨン(鶏肉)
30 金		ごはん ひき肉とキャベツのみそいため 中華スープ煮 冷凍みかん			しょうゆ、オイスターソース しょうゆ、とりガラスープ	豚肉、赤みそ(大豆)、オイスターソース(大豆)、しょうゆ(大豆) 豆腐(大豆)、しょうゆ(大豆)、ごま油(ごま)、とりガラスープ(鶏肉)

必ずお読みください

【原材料として使用しない表示義務品目及び表示推奨品目】
※微量混入する場合があります(右記参照)

1 表示義務品目
8品目のうち、以下の6品目は学校給食で使用しません。
× えび、かに、くるみ、そば、落花生(ピーナッツ)、生卵※
※マヨネーズ等の調味料は、卵不使用の物を提供します。

2 表示推奨品目
20品目のうち、以下の6品目は学校給食で使用しません。
× あわび、いくら、カシューナッツ、キウイフルーツ、バナナ、まつたけ

以下の情報は、この面には記載されていません。給食センター又は保健給食課にてご確認ください

★28品目以外のアレルゲンを含む食品
★28品目の微量混入(コンタミネーション、調味料、香料)

〔コンタミネーション〕
食品を生産する際に、原材料として使用していないにも関わらず、工場内や自然界での食物連鎖などで微量混入するものがあります。例えば、「のり」などの海藻類、小魚類は採取方法や捕食等により「えび」「かに」が含まれるものがあります。

〔調味料〕
例えば、「えび」「かに」は学校給食の原材料として使用しませんが、魚醤など海から捕れた材料の品種を選別せずにそのまま原材料として用いた調味料などに含まれるものがあります。

令和5年7月分学校給食献立表

豊橋市南部学校給食センター

日	曜日	配膳例	献立名	食品の種類と体内でのたらしき						エネルギー(kcal) 小学校 中学校	メモらん
				①主に体の組織をつくる食品群		②主に体の調子を整える食品群		③主にエネルギーになる食品群			
				1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海そう	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂 (種実)		
3	月		ごはん あじフライ ゆでやさい すまし汁 七夕ゼリー④	牛乳 Pソース	あじ 牛乳	にんじん	キャベツ	ごはん 小麦粉 米油	660 819	七夕献立 七夕ゼリー：マスカット味	
4	火		ナン スパニッシュオムレツ ツナとキャベツのソテー キーマカレー	牛乳	卵 まぐろ 豚肉、ひよこ豆、大豆 豆乳	にんじん	たまねぎ キャベツ にんにく、なす、グリーンピース たまねぎ	ナン じゃがいも 米油 米油	612 764	ナン：小麦粉は50%愛知県産	
5	水		中華めん 米粉ぎょうざ(小2こ、中3こ) そえやさい やさいラーメン	牛乳 小魚	豚肉 牛乳、小魚	キャベツ	キャベツ もやし たまねぎ、キャベツ、根深ねぎ コーン、きくらげ	中華めん 米粉 米油 米油 でん粉 ごま油、米油	625 776	中華めん：小麦粉は100% 愛知県産	
6	木		ごはん いわしの八丁みそ煮 こんぶ豆 じゃがいものそぼろ煮	牛乳	赤みそ、いわし 大豆、油揚げ 豚肉、揚げはんぺん	にんじん、さやいんげん	たまねぎ、こんにゃく、たけのこ	ごはん 砂糖 じゃがいも、砂糖 米油	676 857		
7	金		ごはん ごぼう入りつくね(小2こ、中3こ) そえやさい ごま汁	牛乳	とりにく とりにく、豆腐、油揚げ 豆乳、白みそ	にんじん、葉ねぎ	ごぼう、たまねぎ キャベツ、コーン だいこん、たまねぎ、しいたけ	ごはん 米油 ごま	570 742		
10	月		麦ごはん ビビンバ わかめスープ 豆乳プリン④	牛乳	豚肉 豆腐、なると巻 豆乳	にんじん、チンゲンサイ にら	にんにく、わらび、ぜんまい たけのこ、えのきたけ、しいたけ 切干しだいこん たまねぎ、たけのこ、エリンギ	麦ごはん 砂糖 米油 ごま、米油、ごま油 砂糖	620 770		
11	火		ごはん えだまめコロケ ゆでやさい カレーいため煮	牛乳 Pソース	豚肉 豚肉、生揚げ	にんじん、ピーマン	えだまめ キャベツ にんにく、たまねぎ、たけのこ	ごはん じゃがいも、小麦粉 米油 じゃがいも、砂糖 米油	697 874		
12	水		ロールパン ハンバーグのケチャップソースかけ そえやさい コーンクリームスープ	牛乳	豚肉、とりにく とりにく、白いんげん豆 豆乳	にんじん にんじん、パセリ	たまねぎ キャベツ、えだまめ たまねぎ、コーン	ロールパン 砂糖、でん粉 米油 じゃがいも 米油	696 877	ロールパン：小麦粉は50% 愛知県産	
13	木		ごはん もずくサラダ マーボーとうがん 一口アセロラゼリー	牛乳 P塩ドレッシング	もずく 豚肉、とりレバー、大豆 豆腐、赤みそ	にんじん 葉ねぎ	きゅうり、キャベツ にんにく、しょうが、たまねぎ とうがん アセロラ	ごはん 塩ドレッシング でん粉、砂糖 ごま油、米油 砂糖	612 770		
14	金		麦ごはん ツナそぼろ丼 豚汁 冷凍みかん	牛乳	まぐろ 豚肉、生揚げ、赤みそ わかめ	にんじん 葉ねぎ	コーン、しょうが えのきたけ、ごぼう、たまねぎ みかん	麦ごはん 砂糖 米油	655 824		
18	火		ごはん さんまのみぞれ煮 とりともやしのおかかいため かぼちゃのみそ汁	牛乳	さんま とりにく、かつお節 豆腐、油揚げ、赤みそ 白みそ	にんじん かぼちゃ、葉ねぎ	だいこん もやし たまねぎ、ぶなしめじ、だいこん	ごはん 米油	607 772		
19	水		麦ごはん 星形ミンチカツ そえやさい うずら卵のスープ	牛乳 ひじきふりかけ	豚肉 とりにく、うずら卵	にんじん、オクラ	たまねぎ キャベツ、えだまめ もやし、たまねぎ	麦ごはん 小麦粉 米油 米油 ごま油	648 811		

お知らせ

- 献立は都合により変更する場合があります。
- スプーンマーク はスプーンをつけます。
- 献立名の④は学校へ直送します。
- 小学校のエネルギー(kcal)は、中学年の量を表示しています。
- P(パック)…卓上調味料のことで、各学級1本です。
- 太文字は愛知県産の予定です。

※給食についてのご意見、ご質問は南部給食センター電話 45-4512 または保健給食課電話 51-2835 へお問合せください。

28品目のアレルギーを含む商品の情報は裏面に表示しています。28品目以外のアレルギーを含む食品の情報が
必要な場合は、担当給食センターか保健給食課にてご確認ください。

毎月19日は『食育の日～おうちでごはんの日』です

※この面は、すべての食品が表示されているわけではありません。
(加工品で配合割合が少ない食品は表示されていません。)
※この面は、すべての調味料が表示されているわけではありません。
※同じ献立名でも使用する食品が異なる場合があります。
裏面をご確認ください。

★献立紹介★

「マーボーとうがん」

1人分材料

- 豚ひき肉…………… 35g
- 豆腐…………… 100g(さいの目切り)
- ひきわり大豆…………… 10g
- とりレバーペースト… 1.5g
- たまねぎ…………… 60g(あらみじん)
- とうがん…………… 40g(さいの目切り)
- 葉ねぎ…………… 8g(小口切り)
- にんにく…………… 0.3g(みじん切り)
- しょうが…………… 0.3g(みじん切り)
- 赤みそ…………… 大さじ1/2
- 砂糖…………… 少々
- a たまりしょうゆ…………… 小さじ1/2
- 中華だし…………… 小さじ1/2
- ケチャップ…………… 小さじ1/3

マーボー豆腐は豊橋市の小中学生に人気のある献立の1つです。そのマーボー豆腐に今が旬の豊橋産のとうがんを入れた献立です。とうがんの旬は、7月から9月までですが、冬まで保存がきくので「冬瓜」と名付けられました。体を冷やすはたらきがあるため、夏にびっぴりの食材です。

- トウバンジャン… 少々
- ごま油…………… 小さじ1/8
- サラダ油…………… 小さじ1/4
- でん粉…………… 小さじ1/3

作り方

- ① サラダ油でトウバンジャンをいため、香りをたてる。
にんにく、しょうがを入れて、いためる。
- ② ①に豚ひき肉、とりレバーを入れ、ほぐしながらいためる。
- ③ 豚ひき肉によく火が通ったら、たまねぎ、ひきわり大豆をいためる。
- ④ とうがんをいため、aで調味し、豆腐を加えて煮る。
- ⑤ 葉ねぎを加えて、水溶きでん粉でとろみをつけ、ごま油で香りづけをし、仕上げる。



とよはし産学校給食の日

7月に使用するとうがんは豊橋産です。
豊橋市は全国でも有数のとうがんの産地です。



(大豆のよさ)




- 大豆は、成長期に必要なたんぱく質(植物性)が多く、糖質の代謝にかかわるビタミンB1、脂質の代謝にかかわるビタミンB2が含まれています。また、骨や歯をつくるカルシウムも多く含まれています。
- 筋力アップ
 - コレステロールを下げる
 - オリゴ糖が腸内環境を整える
 - 免疫力を上げる
 - 骨粗しょう症の予防
 - 神経伝達物質を合成するレシチンがあり、集中力を高める



保健給食課公式 YouTube

令和5年7月分 28品目アレルギー表示

豊橋市南部学校給食センター

日 曜	配膳例	献立名	表示義務品目			表示推奨品目
			卵 	乳 	小麦 	アーモンド、いか、オレンジ、牛肉、ごま、さけ、さば 大豆、鶏肉、豚肉、もも、やまいも、りんご、ゼラチン
3 月		ごはん				
		あじフライ			あじフライ	あじフライ(大豆)
		Pソース				Pソース(大豆、りんご)
		ゆでやさい				
		すまし汁			しょうゆ	鶏肉、豆腐(大豆)、油揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆)
七タゼリー①						
4 火		ナン			ナン	
		スパニッシュオムレツ	スパニッシュオムレツ			スパニッシュオムレツ(鶏肉)
		ツナとキャベツのソテー				洋だし(大豆、豚肉)
キーマカレー			カレールウ、オイスターソース	豚肉、大豆、豆乳(大豆)、カレールウ(豚肉、りんご)、オイスターソース(大豆)		
5 水		中華めん			中華めん	
		米粉ぎょうざ(小2こ、中3こ)				米粉ぎょうざ(大豆、豚肉)
		そえやさい				
		やさいラーメン			しょうゆラーメンの素、しょうゆ とりガラスープ	豚肉、しょうゆラーメンの素(大豆、鶏肉)、しょうゆ(大豆)、とりガラスープ(鶏肉) ごま油(ごま)
小魚						
6 木		ごはん				
		いわしの八丁みそ煮				いわしの八丁みそ煮(大豆)
		こんぶ豆			しょうゆ	大豆、油揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆)
		じゃがいものそぼろ煮			しょうゆ	豚肉、しょうゆ(大豆)
7 金		ごはん				
		ごぼう入りつくね(小2こ、中3こ)				ごぼう入りつくね(大豆、鶏肉、豚肉)
		そえやさい				
		ごま汁				鶏肉、豆腐(大豆)、油揚げ(大豆)、豆乳(大豆)、ごま、白みそ(大豆)
10 月		麦ごはん				
		ビビンバ			オイスターソース、しょうゆ	豚肉、オイスターソース(大豆)、トウバンジャン(大豆)、しょうゆ(大豆)
		わかめスープ			しょうゆ	豆腐(大豆)、ごま、しょうゆ(大豆)、チキンブイヨン中華(鶏肉)、ごま油(ごま)
		豆乳プリン①				豆乳プリン(大豆)
11 火		ごはん				
		えだまめコロッケ			えだまめコロッケ	えだまめコロッケ(大豆、豚肉)
		Pソース				Pソース(大豆、りんご)
		ゆでやさい				
カレーいため煮			しょうゆ	豚肉、生揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆)		
12 水		ロールパン		ロールパン	ロールパン	ロールパン(大豆)
		ハンバーグのケチャップソースかけ			ハンバーグ	ハンバーグ(大豆、鶏肉、豚肉)
		そえやさい				えだまめ(大豆)
		コーンクリームスープ		牛乳、生クリーム		鶏肉、豆乳(大豆)、チキンブイヨン(鶏肉)
13 木		ごはん				
		もずくサラダ				
		P塩ドレッシング			P塩ドレッシング	P塩ドレッシング(大豆、鶏肉、ごま)
		マーボーとうがん			しょうゆ	豆腐(大豆)、豚肉、とりレバー(鶏肉)、大豆、赤みそ(大豆)、しょうゆ(大豆) トウバンジャン(大豆)、ごま油(ごま)
一口アセロラゼリー						
14 金		麦ごはん				
		ツナそぼろ丼			しょうゆ	しょうゆ(大豆)
		豚汁				豚肉、生揚げ(大豆)、赤みそ(大豆)
		冷凍みかん				
18 火		ごはん				
		さんまのみぞれ煮			さんまのみぞれ煮	さんまのみぞれ煮(大豆)
		とりともやしのおかかいため			しょうゆ	鶏肉、しょうゆ(大豆)
かぼちゃのみそ汁				豆腐(大豆)、油揚げ(大豆)、赤みそ(大豆)、白みそ(大豆)		
19 水		麦ごはん				
		星形ミンチカツ			星形ミンチカツ	星形ミンチカツ(大豆、豚肉)
		そえやさい				えだまめ(大豆)
		うずら卵のスープ	うずら卵		しょうゆ	鶏肉、チキンブイヨン中華(鶏肉)、しょうゆ(大豆)、ごま油(ごま)
ひじきふりかけ			ひじきふりかけ	ひじきふりかけ(大豆、ごま)		

必ずお読みください

【原材料として使用しない表示義務品目及び表示推奨品目】

※微量混入する場合があります(右記参照)

1 表示義務品目

8品目のうち、以下の6品目は学校給食で使用しません。

× えび、かに、くるみ、そば、落花生(ピーナッツ)、生卵※

※マヨネーズ等の調味料は、卵不使用の物を提供します。

2 表示推奨品目

20品目のうち、以下の6品目は学校給食で使用しません。

× あわび、いくら、カシューナッツ、キウイフルーツ、
バナナ、まつたけ



以下の情報は、この面には記載されていません。給食センター又は保健給食課にてご確認ください

★28品目以外のアレルギーを含む食品

★28品目の微量混入(コンタミネーション、調味料、香料)

〔コンタミネーション〕

食品を生産する際に、原材料として使用していないにも関わらず、工場内や自然界での食物連鎖などで微量混入するものがあります。例えば、「のり」などの海藻類、小魚類は採取方法や捕食等により「えび」「かに」が含まれるものがあります。

〔調味料〕

例えば、「えび」「かに」は学校給食の原材料として使用しませんが、魚醤など海から捕れた材料の品種を選別せずにそのまま原材料として用いた調味料などに含まれるものがあります。





令和5年9月分学校給食献立表

豊橋市南部学校給食センター

日	曜日	配膳例	献立名	食品の種類と体内でのほたらき						エネルギー(kcal) 小学校 中学校	メモらん
				①主に体の組織をつくる食品群		②主に体の調子を整える食品群		③主にエネルギーになる食品群			
				1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海そう	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂 (種実)		
5	火		ごはん 牛乳 米粉ほぎフライ ツナやさしいため 白みそ汁	ほぎ まぐろ 豆腐、油揚げ、白みそ	牛乳	にんじん 葉ねぎ	キャベツ たまねぎ、だいこん、ぶなしめじ	ごはん 米粉 米油 米油	602 759		
6	水		大豆サラダ 牛乳 Pコーンクリーム ドレッシング 備蓄カレーライス ーロアセロラゼリー	大豆	牛乳	にんじん	キャベツ、きゅうり、コーン えだまめ たまねぎ アセロラ	麦ごはん コーンクリーム ドレッシング じゃがいも 砂糖	638 754	災害・緊急時用の備蓄カレー	
7	木		ミルクロール 牛乳 ジャーマンポテト かぼちゃのポタージュース	ウインナー とり肉、白いんげん豆 豆乳	牛乳	パセリ にんじん、かぼちゃ	コーン たまねぎ	ミルクロール じゃがいも 米油 米油	611 771	ミルクロール：小麦粉の50% は愛知県産	
8	金		ごはん 牛乳 サーモンフライ ゆでやさい ずまし汁	Pソース さけ 豆腐、とり肉、油揚げ	牛乳		キャベツ たまねぎ、たけのこ、しいたけ	ごはん 小麦粉 米油	613 767		
11	月		ごはん 牛乳 ハンバーグの和風あんかけ コーンとさやいんげんのソテー 根菜汁	豚肉、とり肉	牛乳	さやいんげん にんじん、葉ねぎ	たまねぎ コーン こんにゃく、切干しだいこん ごぼう、れんこん、ぶなしめじ	ごはん 砂糖、でん粉 米油 じゃがいも	600 758		
12	火		ロールパン 牛乳 チキンピカタ キャベツソテー お豆のトマト煮	とり肉、卵 豚肉、大豆、金時豆 いんげん豆	牛乳 チーズ	にんじん、トマト	キャベツ たまねぎ、えだまめ	ロールパン 小麦粉 米油 米油	643 814	ロールパン：小麦粉の50%は 愛知県産	
13	水		麦ごはん 牛乳 ミンチカツ そえやさい とうがんのカレースープ	豚肉 まぐろ	牛乳	にんじん、こまつな にんじん、さやいんげん	たまねぎ キャベツ とうがん、たまねぎ	麦ごはん 小麦粉 米油 米油	641 807		
14	木		ごはん 牛乳 いわしの梅煮 大豆の煮つけ 五目汁	いわし 大豆、油揚げ とり肉、かまぼこ	牛乳	にんじん にんじん、こまつな	梅 だいこん、ごぼう、えのきたけ たけのこ	ごはん 砂糖 米油 でん粉	604 772		
15	金		ごはん 牛乳 だいこんサラダ 肉だんごのうま煮	小魚 Pごまドレッシング 豆腐ミートボール、うずら卵	牛乳、小魚	にんじん、さやいんげん	だいこん、きゅうり、コーン れんこん、たけのこ、たまねぎ しいたけ	ごはん ごまドレッシング 砂糖、でん粉	592 745		
19	火		麦ごはん 牛乳 ツナそぼろ丼 みそ汁	さつまいもチップス まぐろ 豆腐、油揚げ、赤みそ	牛乳	にんじん 葉ねぎ	コーン、しょうが ごぼう、だいこん、えのきたけ	麦ごはん さつまいもチップス 砂糖 じゃがいも	624 791		
20	水		白玉うどん 牛乳 冷やしいか天ぷらうどん カレーいため	めんつゆ いか 豚肉、高野豆腐	牛乳	にんじん、こまつな	たまねぎ、たけのこ、ぶなしめじ にんにく	白玉うどん 小麦粉 米油 米油 じゃがいも、砂糖	652 777	白玉うどん：小麦粉は100% 愛知県産	
21	木		ごはん 牛乳 やさいたっぷりチャブチェ マーボー豆腐	揚げはんぺん 豚肉、豆腐、大豆 赤みそ、とりレバー	牛乳	チンゲンサイ、青じそ にんじん 葉ねぎ	キャベツ、しいたけ にんにく、しょうが、たまねぎ たけのこ	ごはん はるさめ、砂糖 ごま、ごま油、米油 でん粉、砂糖 米油	636 808		
22	金		ごはん 牛乳 チキンカツ そえやさい かき玉汁	しそひきの佃煮 とり肉 豆腐、かまぼこ、卵	牛乳、しそひきの佃煮	にんじん、葉ねぎ	キャベツ、コーン たまねぎ、だいこん、えのきたけ	ごはん 小麦粉 米油 米油 でん粉	595 750		
25	月		麦ごはん 牛乳 しゅうまい(小2こ、中3こ) 茎わかめのきんぴら 生揚げの中華いため煮	豚肉 茎わかめ 豚肉、生揚げ、なると巻	牛乳	にんじん にんじん、さやえんどう	たまねぎ れんこん はくさい、たまねぎ、たけのこ	麦ごはん 小麦粉 ごま、米油 米油 でん粉	590 772		
26	火		ごはん 牛乳 さばのてり焼き そえやさい 五目きんぴら	さば 豚肉、揚げはんぺん	牛乳	にんじん、さやいんげん	キャベツ ごぼう、こんにゃく、たけのこ	ごはん 砂糖 ごま、ごま油、米油	639 807		
27	水		ごはん 牛乳 ざといもコロッケ ゆでやさい 豆腐汁 月見ゼリー	Pソース とり肉 豆腐、かまぼこ、油揚げ	牛乳	こまつな にんじん、葉ねぎ	キャベツ だいこん、ごぼう、しいたけ りんご、みかん、ブルーベリー	ごはん ざといも、小麦粉 米油 ごま油 砂糖	655 810	9月29日は中秋の名月	
28	木		ごはん 牛乳 にしんの塩焼き ミニサラダ 肉じゃが	にしん 豚肉、揚げはんぺん	牛乳	にんじん にんじん、さやいんげん	キャベツ、きゅうり、えだまめ こんにゃく、たまねぎ	ごはん 卵無マヨネーズ 米油	612 783		
29	金		ごはん 牛乳 チキンハムカツ そえやさい 生揚げのくず煮	とり肉 豚肉、生揚げ	牛乳	にんじん にんじん、チンゲンサイ	キャベツ、えだまめ だいこん、たまねぎ、たけのこ しいたけ、しょうが	ごはん でん粉 米油 米油 でん粉	636 810		

- 献立は都合により変更する場合があります。
- スプーンマーク はスプーンをつけます。
- 献立名の④は学校へ直送します。
- 小学校のエネルギー(kcal)は、中学年の量を表示しています。
- P(パック)…卓上調味料のことで、各学級1本です。
- **太文字**は愛知県産の予定です。

※給食についてのご意見、ご質問は南部給食センター電話 45-4512 または保健給食課電話 51-2835 へお問合せください。

28品目のアレルギーを含む商品の情報は裏面に表示しています。28品目以外のアレルギーを含む食品の情報が必要な場合は、担当給食センターまたは保健給食課にてご確認ください。

※この面は、すべての食品が表示されているわけではありません。(加工品で配合割合が少ない食品は表示されていません。)
※この面は、すべての調味料が表示されているわけではありません。
※同じ献立名でも使用する食品が異なる場合があります。裏面をご確認ください。

毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日」です

備蓄カレーについて

災害等により給食センターから給食が提供できなくなった時のためのレトルトタイプの備蓄食品です。防災の日(9月1日)にちなんで給食の献立として提供します。防災意識を高めるとともに提供した分を買い足すことで賞味期限切れすることなく、備蓄食材を有効活用します。(ローリングストック)ご家庭でも「もしも」の時の備えについて確認してみてください。備蓄カレーの原材料は以下のとおりです。食物アレルギー等の理由で食べることができない方は、学校へご連絡ください。



野菜(玉ねぎ、じゃがいも、にんじん)、パーム油、砂糖、デキストリン、カレーパウダー、トマトペースト、食塩、ガーリックペースト、ローストココナッツペースト、酵母エキス、かつおぶしエキス、香辛料、増粘剤(加工デンプン、キサンタンガム)、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、乳化剤、酸化防止剤(ビタミンC)、香料、香辛料抽出物

※さらに詳しい配合割合等の情報が必要な場合は、お近くの給食センターまたは保健給食課にてご確認ください。

この献立も〜んだ? 『チキンピカタ』
「ピカタ」とは、肉や魚に小麦粉をまぶし、チーズを混ぜた溶き卵を絡めて焼いたイタリア料理です。今月は、とり肉のピカタを提供します。






保健給食課HP

保健給食課公式 YouTube

令和5年9月分 28品目アレルギー表示

豊橋市南部学校給食センター

日 曜	配膳例	献立名	表示義務品目			表示推奨品目
			卵 	乳 	小麦 	アーモンド、いか、オレンジ、牛肉、ごま、さけ、さば 大豆、鶏肉、豚肉、もも、やまいも、りんご、ゼラチン
5 火		ごはん 米粉ほきフライ ツナやさしいため 白みそ汁				豆腐(大豆)、油揚げ(大豆)、白みそ(大豆)
6 水		麦ごはん 大豆サラダ Pコーンクリーミードレッシング 備蓄カレーライス 一口アセロラゼリー				大豆、えだまめ(大豆)
7 木		ミルクロール ジャーマンポテト かぼちゃのポタージュスープ	ミルクロール 牛乳、生クリーム	ミルクロール		ミルクロール(大豆) ウインナー(豚肉) 鶏肉、豆乳(大豆)、チキンピジョン(鶏肉)、洋だし(大豆、豚肉)
8 金		ごはん サーモンフライ Pソース ゆでやさい すまし汁		サーモンフライ しょうゆ		サーモンフライ(さけ、大豆) Pソース(大豆、りんご) 鶏肉、豆腐(大豆)、油揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆)
11 月		ごはん ハンバーグの和風あんかけ コーンとさやいんげんのソテー 根菜汁		ハンバーグ、しょうゆ		ハンバーグ(豚肉、鶏肉、大豆)、しょうゆ(大豆) 鶏肉、赤みそ(大豆)、白みそ(大豆)
12 火		ロールパン チキンピカタ キャベツソテー お豆のトマト煮	チキンピカタ チキンピカタ	ロールパン チキンピカタ		ロールパン(大豆) チキンピカタ(鶏肉、大豆、豚肉、ゼラチン) 豚肉、ミックスビーンズ(大豆)、えだまめ(大豆)、洋だし(大豆、豚肉)
13 水		麦ごはん ミンチカツ そえやさい とうがんのカレースープ		ミンチカツ カレールウ、しょうゆ		ミンチカツ(豚肉、大豆) カレールウ(豚肉、りんご)、しょうゆ(大豆)、洋だし(大豆、豚肉)
14 木		ごはん いわしの梅煮 大豆の煮つけ 五目汁		いわしの梅煮 しょうゆ しょうゆ		いわしの梅煮(大豆) 大豆、油揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆) 鶏肉、しょうゆ(大豆)
15 金		ごはん だいこんサラダ Pごまドレッシング 肉だんごのうま煮 小魚	うずら卵	Pごまドレッシング 豆腐ミートボール、しょうゆ		Pごまドレッシング(ごま、大豆) 豆腐ミートボール(鶏肉、大豆、豚肉)、しょうゆ(大豆)
19 火		麦ごはん ツナそぼろ丼 みそ汁 ざつまいもチップス		しょうゆ		しょうゆ(大豆) 豆腐(大豆)、油揚げ(大豆)、赤みそ(大豆)
20 水		白玉うどん 冷やしいか天ぶらうどん カレーいため めんつゆ		白玉うどん いか天ぶら しょうゆ めんつゆ		いか天ぶら(いか) 豚肉、高野豆腐(大豆)、しょうゆ(大豆) めんつゆ(大豆)
21 木		ごはん やさいたつぷりチャブチェ マーボー豆腐		オイスターソース、しょうゆ しょうゆ		ごま、オイスターソース(大豆)、しょうゆ(大豆)、ごま油(ごま) 豆腐(大豆)、豚肉、大豆、とりレバー(鶏肉)、赤みそ(大豆)、トウバンジャン(大豆)、しょうゆ(大豆)
22 金		ごはん チキンカツ そえやさい かき玉汁 しそひじきの佃煮	卵	チキンカツ しょうゆ しそひじきの佃煮		チキンカツ(鶏肉、大豆) 豆腐(大豆)、しょうゆ(大豆) しそひじきの佃煮(大豆)
25 月		麦ごはん しゅうまい(小2こ、中3こ) 茎わかめのきんぴら 生揚げの中華いため煮		しゅうまい しょうゆ しょうゆ、オイスターソース		しゅうまい(豚肉) しょうゆ(大豆)、ごま 生揚げ(大豆)、豚肉、しょうゆ(大豆)、オイスターソース(大豆)
26 火		ごはん さばのてり焼き そえやさい 五目きんぴら		さばのてり焼き しょうゆ		さばのてり焼き(さば、大豆) 豚肉、ごま、しょうゆ(大豆)、ごま油(ごま)
27 水		ごはん ざといもコロッケ Pソース ゆでやさい 豆腐汁 月見ゼリー(画)		ざといもコロッケ しょうゆ		ざといもコロッケ(鶏肉、大豆) Pソース(大豆、りんご) 豆腐(大豆)、油揚げ(大豆)、しょうゆ(大豆)、ごま油(ごま) 月見ゼリー(りんご)
28 木		ごはん にしんの塩焼き ミニサラダ P卵無マヨネーズ 肉じゃが		しょうゆ		えだまめ(大豆) P卵無マヨネーズ(大豆) 豚肉、しょうゆ(大豆)
29 金		ごはん チキンハムカツ そえやさい 生揚げのくず煮		しょうゆ		チキンハムカツ(鶏肉、大豆) えだまめ(大豆) 生揚げ(大豆)、豚肉、しょうゆ(大豆)

必ずお読みください

【原材料として使用しない表示義務品目及び表示推奨品目】
※微量混入する場合があります(右記参照)

1 表示義務品目
8品目のうち、以下の6品目は学校給食で使用しません。
× えび、かに、くるみ、そば、落花生(ピーナッツ)、生卵※
※マヨネーズ等の調味料は、卵不使用の物を提供します。

2 表示推奨品目
20品目のうち、以下の6品目は学校給食で使用しません。
× あわび、いくら、カシューナッツ、キウイフルーツ、
バナナ、まつたけ

以下の情報は、この面には記載されていません。給食センター又は保健給食課にてご確認ください

★28品目以外のアレルギーを含む食品
★28品目の微量混入(コンタミネーション、調味料、香料)

【コンタミネーション】
食品を生産する際に、原材料として使用していないにも関わらず、工場内や自然界での食物連鎖などで微量混入するものがあります。例えば、「のり」などの海藻類、小魚類は採取方法や捕食等により「えび」「かに」が含まれるものがあります。

【調味料】
例えば、「えび」「かに」は学校給食の原材料として使用しませんが、魚醤など海から捕れた材料の品種を選別せずにそのまま原材料として用いた調味料などに含まれるものがあります。