


令和7年7月





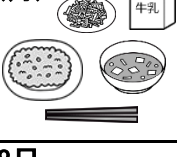




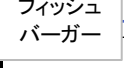


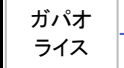
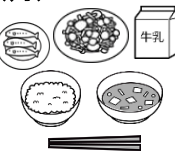




## 給食予定(アレルギー詳細)献立表

座間味調理場

TEL: 098-987-2707

食品群	体内でのたらし	<div>きゅうしゅうもくひょう 今月の給食目標</div> <div>あつ ま 暑さに負けない 食事をしよう</div>	<div>学校給食の 栄養基準量</div> <div></div>		E=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
赤の食品	血や肉、骨をつくる			小学校	650 Kcal	21.1～32.5 g	14.4～21.7g
黄の食品	働く力や体温となる			中学校	830 Kcal	26.9～41.5 g	18.4～27.6g
緑の食品	体の調子をととのえる						
特定原材料(義務表示)8品目				特定原材料に準ずるもの(推奨表示)20品目			
卵、乳、小麦、そば、落花生(ピーナッツ)、えび、かに、くるみ				豚肉、牛肉、鶏肉、ゼラチン、さけ、さば、いか、いくら、あわび、やまいも、ごま、大豆 もも、オレンジ、キーウイフルーツ、バナナ、りんご、カシューナッツ、アーモンド、マカダミアナッツ			
【「詳細献立表」には、使用する食材と、食品表示法に定められている上記28品目を記載しています。】							
※ 食材名の後( )内にアレルギーを表示しています。 ※ 加工食品は、原材料すべての記載ではなく、アレルギーのみを表示しています。							
※ しょうゆ(小麦・大豆)、酢は(小麦)の成分を含んでいます。月で使用した初回のみ、アレルギーを表示しています。その日以降は表示していませんが、アレルギーは同じです。							
※ 該当のアレルギーが含まれていないか、各ご家庭での事前チェック、並び、給食配ぜん時の再確認をしっかりと行ってください。							
【 黒丸印(●)が表示された献立は、食物アレルギー除去食対応児童生徒へ除去食の提供があります。 】							
※ 献立名の後( )内の食品は、除去対象アレルギーを表示しています。除去食対応アレルギー7品目「 そば、落花生(ピーナッツ)、卵、乳、小麦、えび、かに 」が対象です。							
【 海藻類(あおさ・もずく・ひじき)、小魚(しらす・チリメン・カエリ)などは、「えび・かに」が混ざる漁法で採取されていることから、「えび・かに」が混入することがあります。 】							
【 あさりなどの二枚貝には「かに」が共生しています。】 / 【 調味料欄に表示がなくても、塩、こしょう、砂糖、酢(小麦)、しょうゆ(小麦・大豆)、みりん、でんぷん、こめ油を使用する場合があります。】							
【 天候やその他の都合により、献立や食材を変更することがあります。献立食材に関するご質問・ご不明な点がある場合は、「座間味調理場 栄養士」までお気軽にお問い合わせください。】							

日	献立名	赤(あか)の食品 体をつくる たんぱく質・無機質	黄(き)の食品 エネルギーになる 炭水化物・脂質	緑(みどり)の食品 体の調子を整える ビタミン類	その他調味料など
1日 (火) 	牛乳	牛乳			
	冷やし中華	麺	中華めん (小麦・大豆・ごま)		
		具	ハム(豚肉・鶏肉)わかめ たまご	にんじん もやし きゅうり 小松菜	
		つゆ	三温糖 ごま油		花かつお しょうゆ(小麦・大豆) 酢(小麦)りんご酢 みりん
	野菜のかき揚げ	大豆 しらす たまご	小麦粉 サラダ油	ごぼう ゴーヤー 玉ねぎ にんじん	シママース
	くだもの			オレンジ【予定】	
2日※座小5・6年欠食 (水) 	牛乳	牛乳			
	クガニごはん	豚肉 アーサ	米 麦 こめ油	にんじん 玉ねぎ しいたけ しょうが	うっちゃん みりん しょうゆ シママース 花かつお ポークビヨン(豚肉・鶏肉)
	まぐろの照り焼き	まぐろ	三温糖	しょうが にんにく	しょうゆ 酒 みりん
	モーウイの甘酢あえ		三温糖 はちみつ	モーウイ きゅうり	酢(小麦)シママース ゆかり
	島野菜のみそ汁	豆腐(大豆) 麦みそ(大豆)		冬瓜 へちま しめじ にんじん	花かつお
3日※座小5・6年欠食 (木) 	牛乳	牛乳			
	もずく丼	麦ごはん	米 麦		
		豚ひき肉 もずく	こめ油 三温糖 でんぷん	玉ねぎ にんじん ピーマン コーン しょうが	みりん 酒 しょうゆ シママース ポークビヨン(豚肉・鶏肉) 花かつお
	冬瓜のすり流し汁	たまご	でんぷん	冬瓜 小松菜 にんじん	花かつお シママース 薄口しょうゆ(小麦・大豆)
	紅芋ごま団子	牛乳	紅芋 もち粉 三温糖 白ごま サラダ油		
4日※座小3～6年欠食 (金) 	牛乳	牛乳			
	もちきびごはん		米 もちきび		
	ウンチュー炒め	豚肉 厚揚げ(大豆)	こめ油 三温糖 でんぷん ごま油	ようさい にんじん 玉ねぎ もやし しょうが にんにく	しょうゆ みりん トウバンジャン
	シカムドウチ	豚肉 白かまぼこ		こんにゃく しいたけ 冬瓜 ねぎ	しょうゆ シママース 花かつお 豚骨
	くだもの			すいか【予定】	
7日 (月) 七夕献立 	牛乳	牛乳			
	ちらしずし	さけ 油揚げ(大豆)たまご	米 三温糖 白ごま	れんこん にんじん かんぴょう しいたけ 絹さや	酢 酒 シママース しょうゆ みりん
	豚しゃぶサラダ	豚肉	白ごま 三温糖 ごま油 マヨネーズ(たまご・大豆)	きゅうり ゴーヤー コーン 赤ピーマン キャベツ	しょうゆ 酢 シママース こしょう
	天の川汁	魚そうめん		にんじん えのきたけ オクラ ねぎ	花かつお しょうゆ 酒 シママース
8日 (火) 	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	なすのみそ炒め	豚肉 厚揚げ(大豆) 赤みそ(大豆)	こめ油 三温糖 でんぷん	なす にんじん 玉ねぎ ピーマン しょうが	みりん しょうゆ
	むらくも汁	鶏肉 たまご わかめ	でんぷん	チンゲン菜 にんじん しいたけ	チキンビヨン(鶏肉)しょうゆ シママース こしょう 花かつお
	くだもの			りんご【予定】	

日	献立名	赤(あか)の食品 体をつくる たんぱく質・無機質	黄(き)の食品 エネルギーになる 炭水化物・脂質	緑(みどり)の食品 体の調子を整える ビタミン類	その他調味料など	
9日 (水) ※慶中欠食 	牛乳	牛乳				
	 フィッシュ バーガー	バーガーパン	脱脂粉乳	小麦粉 三温糖 ショートニング マーガリン(乳・大豆)		シママース ドライイースト
		しいらフライ	しいら たまご	小麦粉 パン粉(小麦・大豆) サラダ油		シママース こしょう
		コールスロー サラダ	チーズ(乳)	マヨネーズ(たまご・大豆) 三温糖	キャベツ きゅうり コーン にんじん ピクルス シークワーサー	シママース こしょう 酢
	島野菜のミネストローネ	ベーコン(豚肉) レッドキドニー 白いんげん豆	マカロニ(小麦)	パパイヤ 冬瓜 にんじん 玉ねぎ ズッキーニ セロリ トマト	赤ワイン トマトペースト 鶏がら ウスターソース(りんご・大豆) ケチャップ シママース こしょう	
10日 (木) ※慶中欠食 	牛乳	牛乳				
	もちきびごはん		米 もちきび			
	冬瓜のそぼろ煮	鶏ひき肉 豚レバー 大豆 厚揚げ(大豆)	こめ油 三温糖 でんぷん	冬瓜 にんじん 玉ねぎ いんげん しょうが	しょうゆ みりん 花かつお	
	ゴーヤーのツナ和え	ツナ	三温糖 こめ油	ゴーヤー キャベツ にんじん コーン シークワーサー	シママース 薄口しょうゆ 酢 みりん	
	くだもの			パイン【予定】		
11日 (金) ※慶中欠食 	牛乳	牛乳				
	 ガバオ ライス	麦ごはん	米 麦			
		バジル炒め	鶏ひき肉 大豆 麦みそ(大豆)	三温糖 ごま油	玉ねぎ ゴーヤー にんじん 小松菜 赤ピーマン コーン 長ねぎ バジル しょうが にんにく	オイスターソース(大豆・小麦) しょうゆ 酒 トウバンジャン
		目玉焼き風 オムレツ	目玉焼き風オムレツ(たまご・ 乳・大豆・ゼラチン)			
	冬瓜とあさりのスープ	あさり		冬瓜 にんじん えのきたけ ねぎ しいたけ	しょうゆ シママース こしょう ポークブイオン(豚肉・鶏肉) 花かつお 酒	
14日 (月) 	牛乳	牛乳				
	麦ごはん		米 麦			
	きびなごのシークワーサーソース	きびなご	小麦粉 でんぷん サラダ油 三温糖	シークワーサー	しょうゆ	
	ナーベールランブシー	豚肉 豆腐(大豆) 赤みそ(大豆)	こめ油 三温糖	へちま にんじん 玉ねぎ いんげん	みりん 酒 花かつお ポークブイオン(豚肉・鶏肉)	
	もずく汁	もずく		冬瓜 えのきたけ ねぎ にんじん	花かつお しょうゆ 酒 みりん シママース	
15日 (火) 	牛乳	牛乳				
	キムチャーハン	豚肉 たまご	米 麦 こめ油 ごま油	長ねぎ にんにく にんじん 白菜キムチ(小麦・りんご・ 大豆・さば)玉ねぎ にはら	酒 しょうゆ シママース こしょう オイスターソース(大豆・小麦)	
	もやしのナムル		三温糖 ごま油 白ごま	もやし にんじん 小松菜 コーン	しょうゆ 酢 シママース	
	チンゲンサイのスープ	鶏肉 豆腐(大豆)	ごま油	チンゲン菜 白菜 にんじん たけのこ しいたけ きくらげ	ポークブイオン(豚肉・鶏肉) 鶏がら しょうゆ シママース こしょう	
16日 (水) 	牛乳	牛乳				
	もちきびごはん		米 もちきび			
	魚の梅みそ焼き	さば 甘口白みそ(大豆)	三温糖	梅びしお(りんご)	みりん 酒	
	千草和え	ひじき 鶏ささみ	三温糖 白ごま	小松菜 白菜 にんじん	しょうゆ	
	五目汁	鶏肉		しめじ しいたけ 大根 にんじん ごぼう ほうれん草	花かつお しょうゆ みりん シママース	
17日 (木) 	牛乳	牛乳				
	夏野菜スパゲティ	ベーコン(豚肉)	スパゲティ(小麦)三温糖 オリーブ油	にんじん マッシュルーム 玉ねぎ なす ズッキーニ 黄ピーマン トマト にんにく	ウスターソース(りんご・大豆) ケチャップ 赤ワイン シママース デミグラスソース(小麦・牛肉・大豆・ 豚肉)チキンブイオン(鶏肉) トマトピューレ こしょう	
	アーモンドサラダ	ハム(豚肉・鶏肉)	アーモンド 三温糖 オリーブ油	ブロッコリー キャベツ きゅうり にんじん コーン シークワーサー	酢 シママース こしょう	
	パイナップルケーキ	たまご 牛乳	小麦粉 三温糖 マーガリン(乳・大豆)	パイン缶	ベーキングパウダー シナモン	
18日 (金) 1学期終業式 	牛乳	牛乳				
	ナン		ナン(小麦・大豆)			
	キーマカレー	豚ひき肉 豚レバー 大豆	こめ油	玉ねぎ にんじん なす セロリ ピーマン トマト にんにく しょうが	赤ワイン チャツネ(りんご) カレールウ(小麦・牛肉・鶏肉・大豆) シママース カレー粉 ウスターソース(りんご・大豆)	
	麦のポタージュ	ベーコン(豚肉) 白いんげん豆 牛乳 生クリーム(乳)	麦 こめ油	玉ねぎ にんじん セロリ パセリ	チキンブイオン(鶏肉)豚骨 シママース こしょう	
	フルーツポンチ		カクテルゼリー (りんご・もも・大豆)	みかん缶 パイン缶 黄桃缶 ナタデココ		