

日	曜日	牛乳	こんだてめい 献立名	ち にく ほね 血や肉・骨に なるもの	ねつ ちから 熱や力に なるもの	からだ ちょうし 体の調子を ととのえるもの	アレルギー 下線はコンタミ
エネルギー (Kcal)		しゅしょく 主食					
2	月	ぎゅうにゅう 牛乳	きりぼだいこん あまからどん 切干大根の甘辛丼	ぶたにく	あぶら さとう でんぷん	にんじん たまねぎ きりぼし だいこん	大豆 豚肉
573		ごはん	みそ汁 防災の日	あぶらあげ とうふ わかめ みそ	じゃがいも	たまねぎ えのき ねぎ	大豆
3	火	ぎゅうにゅう 牛乳	いwashしょうがに いわし生姜煮	いわし	さとう	しょうが	小麦 大豆
581		ごはん	に うま煮	ぶたにく	あぶら じゃがいも さとう	にんじん ごぼう たけのこ こんにゃく いんげん	大豆 豚肉
4	水	ぎゅうにゅう 牛乳	ペンネのトマトソース	ぎゅうにく ゼラチン	あぶら さとう ペンネ バター	にんにく たまねぎ トマト	小麦 乳 牛肉 ゼラチン
624		ミルクパン	ポトフ	ポークウィンナー	じゃがいも	たまねぎ にんじん ブロッコ リー キャベツ	大豆 鶏肉 豚肉
5	木	ぎゅうにゅう 牛乳	さといも に 里芋のごまみそ煮	ぶたにく みそ	ごまあぶら さといも さとう ごま	にんにく こんにゃく しめじ いんげん	大豆 豚肉 ごま
606		ごはん	にく 肉だんごスープ	とりにく つくね (とりにく)	あぶら	ごぼう だいこん にんじん こまつな	小麦 卵 乳 大豆 鶏肉
6	金	ぎゅうにゅう 牛乳	いた 炒めごまあえ	ロースハム	ごまあぶら さとう ごま	こまつな もやし	小麦 卵 乳 大豆 豚肉 ごま
556		ごはん	にく 肉じゃが	ぎゅうにく	あぶら じゃがいも さとう	たまねぎ にんじん こんにゃ く きぬさや	牛肉 大豆
9	月	ぎゅうにゅう 牛乳	わかめごはん かみかみ 献立	わかめ	こめ		えび かに
547		わかめ ごはん	かみかみきんぴら	こんぶ	あぶら さとう ごま	ごぼう にんじん	乳 大豆 ごま
			あつあ ちゅうかに 厚揚げの中華煮	ぶたにく いか みそ あつあ げ	ごまあぶら さとう	しょうが しいたけ たまねぎ たけのこ チンゲンサイ	いか 大豆 豚肉 ごま
10	火	ぎゅうにゅう 牛乳	ぶたにく しょうがや 豚肉の生姜焼き	ぶたにく	ごまあぶら	しょうが たまねぎ	大豆 豚肉 ごま
614		ごはん	わふう 和風ポトフ	とりにく	あぶら じゃがいも	にんにく ごぼう たまねぎ にんじん だいこん いんげん	大豆 鶏肉
11	水	ぎゅうにゅう 牛乳	しろみさかな 白身魚フライ	ホキ	あぶら パンこ こむぎこ		小麦 卵 乳 かに 大豆
615		コッペパン	タルタルソース	だいず	あぶら さとう	ピクルス たまねぎ パセリ	大豆
			キャベツスープ	とりにく ベーコン	あぶら	たまねぎ にんじん コーン キャベツ	大豆 鶏肉 豚肉
12	木	ぎゅうにゅう 牛乳	まーぼーとうふ 麻婆豆腐	ぶたにく みそ とうふ	ごまあぶら さとう でんぷん	しょうが たまねぎ しいたけ にら	大豆 豚肉 ごま
563		ごはん	トックのスープ	とりにく	あぶら トック	だいこん たまねぎ チンゲン サイ ねぎ	大豆 鶏肉
13	金	ぎゅうにゅう 牛乳	もやしとハムのソテー	ロースハム	あぶら	もやし ほうれんそう	小麦 卵 乳 大豆 豚肉
585		むぎ 麦ごはん	なつやさい 夏野菜カレー	ぎゅうにく スkimミルク	あぶら じゃがいも	にんにく たまねぎ にんじん かぼちゃ なす にがうり	小麦 乳 牛肉
17	火	ぎゅうにゅう 牛乳	ぶたにく に 豚肉ときのこのしぐれ煮	ぶたにく	でんぷん あぶら さとう	えのき しめじ しいたけ しょうが	大豆 豚肉
532		ごはん	かきたま汁 お月見	とうふ たまご	でんぷん	たまねぎ にんじん ほうれん そう	卵 大豆
			じゅうごや 十五夜ゼリー		さとう	みかんかじゅう	

日	曜日	牛乳	こんだてめい 献立名	ち にく ほね 血や肉・骨に なるもの	ねつ ちから 熱や力に なるもの	からだ ちょうし 体の調子を ととのえるもの	アレルギー 下線はコンタミ
エネルギー (Kcal)		しゅしょく 主食					
18	水	ぎゅうにゅう 牛乳	こまつな 小松菜のソテー	ツナ	あぶら	こまつな コーン	大豆
588		こくとう 黒糖パン	チキンのトマトビーンズ煮込み	とりにく だいず	あぶら じゃがいも さとう	たまねぎ にんじん	小麦 卵 乳 落花生 えび かに 大豆 鶏肉
19	木	ぎゅうにゅう 牛乳	なすのみそ炒め	ぶたにく みそ	あぶら さとう	しょうが たまねぎ なす ピーマン	大豆 豚肉
547		ごはん	こんさいむる 根菜汁	とりにく あぶらあげ	あぶら さつまいも	ごぼう にんじん れんこん こんにゃく ねぎ	大豆 鶏肉
20	金	ぎゅうにゅう 牛乳	しょうがに さば生姜煮	さば	さとう	しょうが	小麦 さば 大豆
575		ごはん	とうにゅう しる 豆乳みそ汁	あぶらあげ とうふ とうにゅう みそ わかめ	じゃがいも	にんじん だいこん えのき ねぎ	大豆
24	火	ぎゅうにゅう 牛乳	ぶた どん にら豚キムチ丼	ぶたにく みそ	あぶら さとう	にんにく にんじん たまねぎ はくさいキムチ にら	大豆 豚肉
551		ごはん	すい ちゅうか 水ぎょうざの中華スープ	すいぎょうざ (ぶたにく とり にく) わかめ	はるさめ ごま こむぎこ	にんじん チンゲンサイ キャ ベツ ねぎ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま
25	水	ぎゅうにゅう 牛乳	そう ほうれん草オムレツ	たまご	あぶら	ほうれんそう	小麦 卵 大豆
499		こめこ 米粉パン こがた (小型)	スパゲティナポリタン	ベーコン チキンウインナー ゼラチン こなチーズ	あぶら スパゲティ オリーブ オイル	にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム ピーマン	小麦 卵 乳 鶏肉 豚肉 ゼラチン
26	木	ぎゅうにゅう 牛乳	さんまのみぞれ煮	さんま		だいこん	小麦 大豆
553		ごはん	けんちゃん	とうふ	あぶら さとも うどん	しいたけ だいこん ごぼう にんじん ねぎ	小麦 卵 乳 さば 大豆 鶏肉 豚肉 ゼラチン ごま
27	金	ぎゅうにゅう 牛乳	ちんじゃおろーすー 青椒肉絲	ぎゅうにく	あぶら さとう	しょうが にんにく たけのこ たまねぎ ピーマン	小麦 牛肉 大豆
544		ごはん	みそワントンスープ	ぶたにく みそ	ごまあぶら ワンタン (こむぎ こ)	にんじん もやし キャベツ にら	小麦 大豆 豚肉 ごま
30	月	ぎゅうにゅう 牛乳	にんじんしりしり	ツナ たまご	あぶら さとう	にんじん	卵 大豆
652		ごはん	ハヤシライス	ぎゅうにく なまクリーム	あぶら じゃがいも	たまねぎ にんじん えだまめ	小麦 乳 牛肉 大豆 豚 肉

* 表中では以下を省略しています。

	血や肉・骨に なるもの	熱や力に なるもの	アレル ゲン
牛乳	牛乳		乳
ごはん		こめ	
麦ごはん		こめ おおむぎ	
コッペパン ミルクパン 黒糖パン 米粉パン		パン	小麦 乳 大豆

* アレルギー表示対象食品は、表示義務のある特定原材料8品目及び特定原材料に準ずるもの

20品目です。

* コンタミ（コンタミネーション）とは、製品にはアレルギー物質を含む原材料は使用していないが、食品の製造工程や原材料の漁獲工程などで意図せず混入してしまう可能性があること。食材料のコンタミの他、給食センターでは毎日同じ釜やフライヤーで違う料理を作ることから起こるコンタミの可能性があります。表中アレルギー欄には使用する加工食品のコンタミを下線表示しています。

* 玖珠産食材の使用 米、大麦、乾しいたけ、豆腐、油揚げ、豚肉、

その他、表中に二重下線表示している野菜（天候等により変更になる場合があります）

* 献立は予定であり、都合により献立や材料の一部を変更する場合があります。変更の場合は学校等を通じてお知らせします。