

日	曜日	牛乳 ぎゅうにゅう	献立名 こんだてめい	血や肉・骨に ちにくほね なるもの	熱や力に ねつちから なるもの	体の調子を からだちょうし 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)		主食 しゅしよく					
1	木	牛乳 ぎゅうにゅう	国産カツオカツ こくさん	かつお	あぶら パンこ さとう こむぎこ でんぱん	たまねぎ しょうが	小麦 大豆 卵 乳 えび
607	ごはん		とんかつソース		さとう でんぱん	トマト にんじん たまねぎ ねぎ マッシュルーム ジャロット にんにく	
			ふわふわ卵スープ たまご	ベーコン たまご だい ずのはなフレック こな チーズ	パンこ	たまねぎ にんじん えの き パセリ	小麦 卵 乳 大豆 豚肉
2	金	牛乳 ぎゅうにゅう	麻婆豆腐 まいぼどうふ	とりひきにく みそ と うふ	サラダあぶら さとう でんぱん ごまあぶら	しょうが にんじん たま ねぎ ほししいたけ にら	大豆 鶏肉 ごま
585	ごはん		トックのスープ	ぶたにく	サラダあぶら トック	だいこん にんじん	大豆 豚肉
5	月	牛乳 ぎゅうにゅう	ひじきの煮物 ひじき	ひじき あぶらあげ	サラダあぶら さとう	にんじん	大豆
571	ごはん		塩レモン肉じゃが しお にく	ぶたにく	サラダあぶら じゃがい も	にんにく たまねぎ に んじん いとこんにやく レモンかじゅう えだま め	大豆 豚肉
6	火	牛乳 ぎゅうにゅう	あじ 鰯のカラフル焼き	あじ	ノンエッグマヨネーズ	ミックスベジタブル (にん じん とうもろこし グ リーンピース)	大豆 小麦 いか さけ さば ごま
623	ごはん		けんちん汁 じる	とりにく とうふ	ごまあぶら さとも	ごぼう ほししいたけ に んじん こんにやく ねぎ	大豆 鶏肉 ごま
			国産りんごゼリー こくさん		さとう でんぱん	りんごかじゅう りんご ピューレ	りんご
7	水	牛乳 ぎゅうにゅう	ぶたにく 豚肉のかりん揚げ	ぶたにく	でんぱん あぶら さと う いりごま	しょうが	大豆 豚肉 ごま
718	ミルクパン		ミネストローネ	チキンウインナー ひよ こまめ	オリーブオイル じゃが いも マカロニ	たまねぎ にんじん トマ ト	小麦 鶏肉 卵
8	木	牛乳 ぎゅうにゅう	ぶたにく 豚肉のごままぶし	ぶたにく	ごまあぶら さとう いりごま	しょうが にんじん ごぼ う こんにやく ほうれん そう	大豆 豚肉 ごま
580	ごはん		とり 鶏つくねスープ	にくだんご(とりにく ぶたにく) とうふ	にくだんご(でんぱん さとう) でんぱん	はくさい ねぎ しめじ にくだんご(たまねぎ)	大豆 鶏肉 豚肉 小麦 卵
9	金	牛乳 ぎゅうにゅう	とりにく て 鶏肉の照り煮	とりにく あつあげ う ずらたまご	さとう でんぱん	だいこん	卵 大豆 鶏肉
730	ごはん		こんさい 根菜のごま汁	ぶたにく みそ とうふ	すりごま さつまいも	ねぎ ごぼう れんこん	大豆 豚肉 ごま
13	火	牛乳 ぎゅうにゅう	もやしとハムのソテー	ロースハム	サラダあぶら	もやし ほうれんそう	大豆 豚肉 小麦 卵
626	ごはん		さつま芋のカレー	ぶたにく	サラダあぶら さつまい も	にんにく たまねぎ にん じん	小麦 豚肉
14	水	牛乳 ぎゅうにゅう	アスパラのソテー	ベーコン	サラダあぶら	エリンギ アスパラガス ホールコーン	豚肉 小麦 卵
587	(小型) コッパパン		スパゲティナポリタン	チキンウインナー ゼラ チン	サラダあぶら 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 鶏肉 ゼラチン 卵
15	木	牛乳 ぎゅうにゅう	にら豚キムチ丼 にら ぶた どん	ぶたにく むぎみそ	サラダあぶら さとう	にんにく にんじん たま ねぎ キムチ にら	大豆 豚肉
560	ごはん		きのこスープ	ベーコン とうふ	でんぱん	なめこ えのき はくさい	大豆 豚肉 小麦 卵
16	金	牛乳 ぎゅうにゅう	ぶりの照り煮 ぶり	ぶり	さとう いりごま	しょうが	大豆 ごま いか さけ さば
660	ごはん		だんご汁 じる	ぶたにく あぶらあげ ゼラチン みそ	サラダあぶら さとも やせうま(こむぎこ)	ほししいたけ ごぼう だ いこん にんじん ねぎ	小麦 大豆 ゼラチン 豚肉 卵 さば 鶏 肉 ごま
19	月	牛乳 ぎゅうにゅう	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
592	ごはん		くすさんやさい あき 玖珠産野菜の秋のみそ汁	とうふ わかめ みそ	さつまいも	ほししいたけ だいこん ねぎ かぼちゃ	大豆
20	火	牛乳 ぎゅうにゅう	さんしょく どん 三色そぼろ丼	とりひきにく そぼろた まご	サラダあぶら さとう	いんげん	小麦 卵 大豆 鶏肉
607	ごはん		いしかりじる 石狩汁	あぶらあげ とうふ さ けかくぎり みそ	じゃがいも	たまねぎ コーン ねぎ	さけ 大豆 小麦 乳 いか えび さば ごま

21	水	ぎゅうにゅう牛乳	ぎょうざ	ぶたにく とりにく	だいずこ さとう こむぎこ でんぱん とんし あぶら	キャベツ たまねぎ にんしょうがペースト	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 卵 乳 えび かに ごま
640		こがた(小型)こめこ米粉パン	ぎょうざのタレ		さとう		小麦 大豆
			ちゃんぽん	ぶたにく さつまあげ かまぼこ ゼラチン	ごまあぶら ちゃんぽん (こむぎこ でんぱん)	たまねぎ にんじん キャベツ もやし	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ゼラチン ごま えび かに
22	木	ぎゅうにゅう牛乳	さんまかばすれモン煮	さんま	さとう でんぱん	かばすかじゅう レモン ペースト レモンかじゅう	小麦 大豆
603		ごはん	ぶたじる豚汁	ぶたにく あぶらあげ とうふ みそ	サラダあぶら さといも	ごぼう にんじん だいこん ねぎ	大豆 豚肉
23	金	ぎゅうにゅう牛乳	ぶたにく かんこくいた豚肉の韓国炒め	ぶたにく	サラダあぶら さとう	にんにく たまねぎ にんおろしりんご	大豆 豚肉 りんご
591		ごはん	かんこくふう韓国風スープ		マロニー トック	にんじん えのき キムチ はくさい	小麦 大豆 ごま
26	月	ぎゅうにゅう牛乳	ガバオライス	ぶたにくミンチ	ごまあぶら さとう でんぱん	にんにく たまねぎ にんじん エリンギ ビーマン	小麦 大豆 豚肉 ごま
586		ごはん	もちむぎ やさいのスープ	チキンウインナー	マカロニ もちむぎ オリーブオイル	にんにく たまねぎ にんじん セロリ	小麦 鶏肉 卵 大豆
27	火	ぎゅうにゅう牛乳	いわしのみぞれ煮	いわし	さとう でんぱん	だいこん	小麦 大豆
629		ごはん	じゃがぶた豚キムチ	ぶたにく	サラダあぶら じゃがいも さとう	たまねぎ にんじん いとごんにゃく キムチ にん	大豆 豚肉
28	水	ぎゅうにゅう牛乳	こまつな小松菜のソテー	ツナ	サラダあぶら	こまつな ホールコーン	大豆
582		こがた(小型)コッパパン	や焼きそば	ぶたにく ゼラチン	サラダあぶら ソースやきそば (こむぎこ でんぱん あぶら さとう)	たまねぎ にんじん キャベツ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 もも りんご ゼラチン
29	木	ぎゅうにゅう牛乳	チキンチキンごぼう	とりにく鶏肉の日	でんぱん こめこ あぶら さとう いりごま	ごぼう えだまめ しょうが	大豆 鶏肉 ごま
664		ごはん	どさんこ汁	ぶたにく とうふ みそ	じゃがいも	たまねぎ ホールコーン ねぎ にんじん	大豆 豚肉
30	金	ぎゅうにゅう牛乳	かぼちゃがた型ハンバーグ	とりにく ぶたにく	さとう とんし	たまねぎ トマトペースト にんにくペースト しょうがペースト	大豆 鶏肉 豚肉
659		ごはん	トマトケチャップ		さとう	トマト たまねぎ	
			やさい野菜もりもりカレー	ハロウィン	サラダあぶら さといも	にんにく たまねぎ にんじん ごぼう だいこん	小麦 大豆
			パンプキンババロア	とうにゅう とうにゅう クリーム	さとう	かぼちゃペースト	大豆

＊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	小麦 大豆
コッパパン 米粉パン ミルクパン 黒糖パン		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。

＊落花生・そばの使用はありません(コンタミに含むことはあります)

＊コンタミ（コンタミネーション）：

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、豆腐、油揚げ、豚肉（一部を除く）

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）

＊玖珠町ホームページ掲載版「こんだてひょう」もご利用ください。

＊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。