

A	B	C	献立名	食 材 名				アレルギー表示 ★義務7品目 ☆推奨21品目 (★印)	栄養価 エネルギー (kcal)
				主食およびおかず	血や肉・骨になるもの (赤)	力や熱になるもの (黄)	からだの調子を整えるもの (緑)		
			全給食日	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
26	木	金	げんりょうミルクパン	だっしふんにゅう	ミルクパン			小麦 乳	618
			ミートスパゲティ	ぶたにく ナチュラルチーズ	バター スパゲティ さんおんとう	にんじん たまねぎ グリンピース	塩 こしょう ケチャップ ウスター	小麦 乳 豚肉	24.6
			ブロッコリーのサラダ	さんおんとう こめあぶら	きゅうり スイートコーン ブロッコリー		酢 淡口	小麦 大豆	
26	木	金	しろごはん	とりにく	こめ				
			すとり	とりにく	でんぷん さんおんとう こめあぶら	にんにく たけのこ にんじん たまねぎ ピーマン ほししいたけ しょうが	薄口 酒 酢 ケチャップ	小麦 大豆 鶏肉	587
			ちゅうがスープ	あぶらあげ	こめあぶら	りょくとうほるさめ	たまねぎ にんじん きくらげ チンゲンサイ ねぎ	中華だし 淡口 塩 こしょう	小麦 大豆
27	金	金	しろごはん	とりにく	こめ				
			チキンカレー	とりにく こめあぶら	じゃがいも はちみつ	にんにく たまねぎ にんじん あおまめ	チキンスープ デミグラス カラー Nのカレー Fカラー ウスター	小麦 大豆 鶏肉	681
			ほうれんそうのツナあえ	まぐろ	さんおんとう	ほうれんそう キャベツ にんじん	淡口 みりん	小麦 大豆	27.4
30	月	火	こくとうパン	だっしふんにゅう	こくとうパン				
			チキンチャウダー	とりにく ぎゅうにゅう しろいんげんまめ なまクリーム	じゃがいも	たまねぎ にんじん マッシュルーム パセリ	チキンスープ 塩 こしょう クリームポタージュ(A) 白ワイン	小麦 乳 鶏肉	614
			フルーツカクテル		ダイゼリーあまおういちご きんぎょ ショートニング さとう	もも パインアップル みかん いちご		もも	23.4
31	月	水	しろごはん	とりにく	こめ				
			ドライカレー	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず	じゃがいも マカロニ	にんにく しょうが たまねぎ にんじん あおまめ	カレー粉 ケチャップ ウスター 塩	大豆 牛肉 豚肉	597
			コンソメスープ	とりにく	じゃがいも	たまねぎ にんじん キャベツ パセリ スイートコーン	野菜ブイオン 塩 こしょう 淡口	小麦 大豆	23.8
9	月	木	げんりょうコッパン	だっしふんにゅう	コッパン				
			マーシャルピンズ	ぶたにく だっしふんにゅう	マーシャルピンズ パーム油 コーンゆ きまめ	たまねぎ にんじん キャベツ ピーマン かりぼしだいこん こんにゃく	焼きそばの素 ウスター 塩 こしょう	小麦 大豆 豚肉	639
			きりぼしだいこんりやきそば	ぶたにく	こめ	たまねぎ にんじん キャベツ ピーマン かりぼしだいこん こんにゃく	焼きそばの素 ウスター 塩 こしょう	小麦 大豆 豚肉	25.6
9	月	金	フレッシュサラダ	とりにく	こめ				
			しろごはん	とりにく	こめ				
			しそこんぶふりかけ	しそこんぶふりかけ	いりごめ さとう	あかしそ			
9	月	金	ぶたキムチ	ぶたにく	こめあぶら				
			はるさめスープ	とりにく	りょくとうほるさめ	たまねぎ にんじん ねぎ チンゲンサイ	丸鶏がらスープ 塩 こしょう チキンスープ 淡口	小麦 大豆 鶏肉	27.1
			はるさめスープ	とりにく	りょくとうほるさめ	たまねぎ にんじん ねぎ チンゲンサイ	丸鶏がらスープ 塩 こしょう チキンスープ 淡口	小麦 大豆 鶏肉	27.1
9	月	火	しろごはん	とりにく	こめ				
			いわしのおかか	いわし	いりごめ さとう	あかしそ			
			ほうれんそうとちくわのあえ	とりにく	さんおんとう	ほうれんそう	しょうゆ みりん 塩	小麦 大豆	579
6	月	水	かぼちゃのみそ	あつあげ	みそ				
			げんりょうコッパン	だっしふんにゅう	コッパン				
			なすとベーコンのスパゲティ	ぶたにく	スパゲティ さんおんとう	たまねぎ ピーマン エリンギ トマト	ウスター ケチャップ 塩 こしょう	小麦 豚肉 大豆	593
7	月	木	やさいサラダ	とりにく	こめ				
			やさいサラダ	とりにく	こめ				
			やさいサラダ	とりにく	こめ				
7	月	金	しろごはん	とりにく	こめ				
			けいはん	けいはんのぐ	とりにく	きぬさや にんじん つばづけ	しょうゆ 酢 塩 香辛料	小麦 大豆 鶏肉	627
			きょうりょうり かごしまけん	とりにく	とりにく	きぬさや にんじん つばづけ	しょうゆ 酢 塩 香辛料	小麦 大豆 鶏肉	26.2
8	月	水	やさいのかきあげ	だっしふんにゅう	こめあぶら				
			ヨーグルト(ちよくそう)	だっしふんにゅう	ヨーグルト				
			こくとうパン	だっしふんにゅう	こくとうパン				
8	月	木	ポトフ	とりにく	じゃがいも				
			マカロニサラダ	とりにく	マカロニ				
			しろごはん	とりにく	こめ				
9	月	金	やきにくいため	ぶたにく	さんおんとう				
			さつまいのみそ	さつまいも	たまねぎ				
			しろごはん	とりにく	こめ				
10	月	火	さんまかんろに	さんま	さんまかんろに				
			ひじきのいために	ひじき	さんおんとう				
			すましじる	あぶらあげ	さつまいも				

お知らせ

※ 9/13(月)~9/17(金)の宮崎県産かんばち9/21(火)~9/24(金)のサケフライには骨が残っている場合があります。気をつけて食べてください。
※ まだまだ暑い日が続きます。水分をしっかりとつけて熱中症に気をつけましょう。

今月の調味料

淡口(しょうゆ)	濃口(しょうゆ)
小麦 大豆 塩	小麦 大豆 塩
みそ	赤みそ
大豆 裸麦 塩	裸麦 大豆 塩
酒	みりん
米 米麹 砂糖 塩	もち米 米麹 砂糖
水あめ	
豚清湯(ガラスープ)	チキンスープ
豚肉 小麦 大豆	鶏肉
白ワイン	赤ワイン
白ワイン 塩 砂糖	赤ワイン 塩 砂糖
	ベリイ色素

チリソース
トマト 砂糖 たまねぎ 酢 塩 にんにく 香辛料

ウスター(ソース)
砂糖 塩 たまねぎ 香辛料 トマト
カラメル色素

クリームポタージュ(R)
小麦粉 植物油 卵黄 砂糖 全粉乳
たまねぎ かぼちゃ 豚肉 大豆 豚肉
でん粉 香辛料

クリームポタージュ(A)
小麦粉 塩 脱脂粉乳 たまねぎ 香辛料
乳 鶏肉

米粉のカレー(ルー)
米粉 砂糖 ラード カレー粉 塩 たまねぎ粉
トマト にんにく粉 カラメル色素 パーム油

Fカレー(ブレーク)
小麦粉 ラード 塩 カレー粉 砂糖 たまねぎ
にんにく トマト 大豆 香辛料 カラメル色素
パーム油

カレー(ブレーク)N
でん粉 パーム油 たまねぎ粉 砂糖 塩 カレー粉
さつまいも粉 トマト粉 たまねぎ粉
カラメル色素 香辛料

丸鶏がらスープ
塩 食用油 たまねぎ にんじん キャベツ
こしょう チキンエキス

中華だし(の素)
塩 でん粉 砂糖 にんにく粉 ほうちん粉
しょうが粉 食用油 香辛料

(トマト)ケチャップ
トマト 砂糖 酢 塩 たまねぎ 香辛料

野菜ブイオン
塩 砂糖 トマト粉 たまねぎ粉 にんにく粉
食用油 香辛料

卵不使用マヨネーズ
植物油 水あめ 砂糖 酢 塩 卵 小麦粉 大豆
香辛料

豆板醤
唐からし そら豆 塩 酒

焼きそばの素
砂糖 塩 粉末ソース 豚脂 かつおぶし 香辛料
いわしぶし むろぶし トマト粉 でん粉
カラメル色素

麻婆豆腐の素
しょうゆ 砂糖 にんにく しょうが 塩 みそ
ラージャン チキンエキス でん粉 ポークエキス
カラメル色素 酒 ゼラチン

デミグラス(ソース)
小麦粉 ラード トマト 鶏肉 たまねぎ にんじん
砂糖 でん粉 塩 黒こしょう 植物油

青じそドレッシング
酢 砂糖 しょうゆ 塩 梅肉 ほうたて
かつおだし 青じそ

※食物アレルギーの表示について：都城学校給食センターの献立表は、アレルギー表示義務7品目(★印)、アレルギー表示推奨21品目(☆印)のみの表示です。各献立、使用食材等で御不明な点がございましたら、学校給食センターまでお問い合わせください。(0986-23-2617)