

令和4年度 5月献立表

延岡市立川島小共同調理場

日	曜	献立名	アレルギー食品				
			主 食	ちからやねつなる (きいろ)	ちやにくほねなる (あか)	からだのちょうしをとのえる (みどり)	(27品目)
		◆ぎゅうにゅう(まいにち)		ぎゅうにゅう			乳
2	月	★ チ コ ラ ッ ・ ベ 乳 バ ン ♥★チャンポン	ちゅうかめん あぶら	えび ぶたにく ちくわ	キャベツ もやし にんじん ねぎ きくら げ	にんにく しょうが がらスープ 白豚湯 うすくち 塩 こしょう	えび 豚肉 鶏肉 ゼラ チン 小麦 大豆 牛肉
		●ツナマヨサラダ	いりごま ノンエッグマヨネーズ	まぐろみすに	キャベツ きゅうり にんじん	うすくち 塩 こしょう	ごま 小麦 大豆
6	金	★ ご は ん ♥ひじきごはん	あぶら さとう	とりにく ひじき あぶらあげ あおまめ	こんにゃく にんじん しいたけ たけのこ	酒 みりん こいくち うすくち	鶏肉 大豆 小麦
		♥わかたけじる		わかめ かまぼこ	たけのこ にんじん ねぎ たまねぎ えの きだけ	厚削り節 うすくち 塩	小麦 大豆 牛肉 卵 ゼラチン さば
		◎たいやき	たいやき				小麦 大豆
9	月	★ チ コ ラ ッ ・ ベ 乳 バ ン ♥★カレーラン	あぶら うどん	ぶたにく	たまねぎ にんじん ねぎ	厚削り節 和風カレールウ ウス ターカレー粉 ケチャップ 塩 みりん うすくち	小麦 豚肉 さば 大豆 りんご
		●ごまドレッシングサラダ		ハム	キャベツ きゅうり にんじん	ごまドレッシング うすくち 塩	豚肉 小麦 乳 卵 大 豆
10	火	★ ご は ん ♥はるキャベツのホイコーロー	さとう ごまあぶら でん ぶん	ぶたにく あつあげ みそ	はるキャベツ たけのこ ピーマン にら しめじ	甜麺醤 しょうが にんにく こ いくち 酒 豆板醤 オイスター	ごま 豚肉 大豆 小麦
		●にらたまスープ	でんぶん ごまあぶら ご ま	たまご	しいたけ たまねぎ にんじん にら	がらスープ うすくち 塩	ごま たまご 鶏肉 小 麦 大豆
11	水	★ ご は ん ♥ほきてんたまあげ (●うめちりあえ)	あぶら	ホキてんたまあげ	(もやし きゅうり)	(うめちり)	小麦 大豆 (ごま)
		●たけのこのみそしる		みそ あぶらあげ	たけのこ だいこん えのきだけ にんじん ねぎ	煮干だし 厚削り節	大豆 さば
12	木	★ ご く と う バ ン ♥だいすとかえりのあげに	でんぶん あぶら さつま いも ごま さとう	だいす かえり		みりん こいくち	ごま 大豆
		●チンゲンサイのスープ	はるさめ ごま ごまあぶら	ベーコン	チンゲンサイ たまねぎ にんじん	がらスープ うすくち 塩 こ じょう	ごま 豚肉 卵 乳 大 豆 鶏肉 小麦
13	金	★ ご は ん ♥ハヤシライス	こむぎこ マーガリン	ぶたにく チーズ あおまめ	たまねぎ にんじん エリンギ まいたけ	ケチャップ ウスター デミグラ ス こいくち 赤ワイン 塩 こ じょう とりがらスープ にんにく	豚肉 乳 りんご 大豆 小麦 鶏肉
		●しんたまフレッシュサラダ	あぶら さとう	ハム	たまねぎ きゅうり キャベツ にんじん コーン	塩 酢 うすくち こしょう	豚肉 卵 小麦 乳 大豆
16	月	★ チ コ ラ ッ ・ ベ 乳 バ ン ♥★ナポリタンスパゲティ	スパゲティ あぶら	ぶたにく ウインナー チーズ	たまねぎ にんじん ピーマン	にんにく ケチャップ ウスター 赤ワイン 塩 こしょう	小麦 豚肉 大豆 鶏肉 乳 卵 りんご
		●チーズサラダ	あぶら	チーズ	キャベツ ブロッコリー きゅうり にんじ ん	酢 塩 こしょう うすくち	乳 小麦 大豆
17	火	★ ご は ん ♥こんにゃくきんぴら	ごまあぶら さとう ごま	ぶたにく	ごぼう こんにゃく にんじん	みりん こいくち うすくち 酒	ごま 豚肉 小麦 大豆
		●さといものみそしる	さといも	みそ とうふ あぶらあげ	もやし しめじ にんじん ねぎ	煮干だし 厚削り節	大豆 さば
18	水	★ ご は ん ♥たこやきふうかきあげ	こむぎこ あぶら さとう	たこ ちくわ たまご かつお ぶし あおのり	キャベツ にんじん	ケチャップ ウスター みりん 酒 塩	小麦 大豆 卵 りんご 牛肉 豚肉
		●ブチぎょうさスープ		ぎょうさ	チンゲンサイ たまねぎ たけのこ にんじん ねぎ きくらげ	うすくち 塩 こしょう 白豚湯	小麦 大豆 豚肉 ゼラ チン
19	木	★ ご く と う バ ン ♥グリンポタージュ	じゃがいも あぶら	ベーコン ぎゅうにゅう チー ズ	グリンピース たまねぎ しめじ	クリームポタージュ 塩 こしよ う 白ワイン うすくち とりが らスープ	豚肉 卵 乳 大豆 鶏 肉 小麦
		●ひゅうがなつサラダ	ひゅうがなつドレッシング	ささみ	キャベツ きゅうり にんじん	うすくち 塩 酢	鶏肉 小麦 大豆
23	月	★ チ コ ラ ッ ・ ベ 乳 バ ン ★あげパン	パン さとう あぶら アーモンド	きなこ		塩	アーモンド 小麦 乳 大豆
		♥ミートボールスープ	マロニー ごま ごまあぶ ら	ミートボール	チングンサイ たまねぎ にんじん ねぎ	しょうが うすくち 塩 こしよ う とりがらスープ	ごま 鶏肉 小麦 大豆 豚肉
		●ライチジュレ	ナタデココ ライチジュレ		みかん パイン もも		もも 大豆
24	火	★ ご は ん ♥さばのみそに (●ゆでやし)		さばみそに	(もやし にんじん)	(うすくち)	大豆 さば (小麦 大豆)
		●くずしどうふスープ	でんぶん	とうふ	しめじ たまねぎ にんじん こまつな	しょうが とりがらスープ 厚削 り節 酒 うすくち 塩	大豆 鶏肉 さば 小麦
25	水	★ ご は ん ♥★とりにくとカシュナツツの あげに	カシュナツツ でんぶん あぶら さとう	とりにく あおまめ	コーン にんじん	こいくち みりん	カシュナツツ 鶏肉 大 豆 小麦
		●わかめスープ	ごまあぶら ごま	わかめ	もやし にんじん たまねぎ しいたけ た まねぎ	うすくち とりがらスープ 塩 こしょう	ごま 鶏肉 小麦 大豆
26	木	★ チ コ ラ ッ ・ ベ 乳 バ ン ●ポテトサラダ	じゃがいも ノンエッグマ ヨネーズ	ハム	キャベツ きゅうり にんじん コーン	塩 こしょう うすくち	小麦 大豆 豚肉 卵 乳
		●ミネストローネ	じゃがいも マカロニ	ウインナー ひよこまめ しろ いんげんまめ チーズ	たまねぎ キャベツ トマト にんじん バ セリ	にんにく とりがらスープ 赤ワ イン ウスター うすくち 塩 こしょう	小麦 豚肉 卵 乳 大 豆 鶏肉 りんご
27	金	★ ご く と う バ ン ♥おやこどんぶり	さとう でんぶん	とりにく たまご ちくわ	たまねぎ にんじん ねぎ しいたけ	酒 うすくち 厚削り節 塩	鶏肉 卵 小麦 大豆 牛肉 豚肉
		●ひじきサラダ	ノンエッグマヨネーズ さ とう ごま さとう	ハム ひじき あおまめ	ごぼう れんこん にんじん コーン	うすくち 塩 こしょう	小麦 大豆 ごま 豚肉 卵
30	月	★ チ コ ラ ッ ・ ベ 乳 バ ン ♥とうにゅうシチュー	じゃがいも マーガリン こむぎこ	とりにく チーズ とうにゅう	たまねぎ にんじん キャベツ アスパラガ ス	とりがらスープ 塩 こしょう うすくち 白ワイン	小麦 鶏肉 乳 大豆
		●キャロットサラダ	にんじんドレッシング		コーン キャベツ きゅうり にんじん	塩	小麦 卵 大豆
31	火	★ ご は ん ♥たけのこのうまに	さとう あぶら	とりにく あつあげ あおまめ	にんじん たけのこ こんにゃく しいたけ	うすくち こいくち みりん 酒	鶏肉 大豆 小麦
		●ぶたじる	さといも	ぶたにく とうふ みそ	こんにゃく だいこん ごぼう にんじん ねぎ	煮干だし 厚削り節 うすくち 酒	豚肉 大豆 さば

※主食（しゅしょく）★主にごはん、パン、めん類、主菜（しゅさい）♥主に肉や魚、たまご、だいすきを使ったおかず、副菜（ふくさい）●主に野菜を使ったおかず、牛乳は◆、その他は○で表示します。

※食材料は略語で表示します。・ウスターソース、デミグラスソース、オイスターソース → ウスター、デミグラス、オイスター