

令和8年3月 詳細献立表(アレルギー) 金武町学校給食センター 968-2640

※「詳細献立表」には、使用する食材と、アレルギー表示義務のある8品目及び下記の品目について表示しています。

表示義務(特定原材料)8品目	その他
卵、乳、小麦、落花生(ピーナッツ)、えび、そば、かに、くるみ	あわび、いか、いくら、オレンジ、キウイフルーツ、牛肉、さけ、さば、大豆、鶏肉、豚肉、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、バナナ、ごま、カシューナッツ、アーモンド、マダガミアナツツ

※ちくわに使用している原料にはエビ・カニを食べている魚を含みます。※もずく・アーサ・チリメンはエビ、カニが混入している場合があります。※枝豆・もやし(大豆)が原料です。
 ※揚げ油は複数回使用しています。 ※材料その他の都合により献立を変更することがあります。変更があった場合は学校にお知らせします。
 ※よく使用する調味料等のアレルギーは記載していません。①(しゅうゆ)(小麦・大豆) ②酢(小麦) ③ウスターソース(りんご・大豆) ④とんかつソース・中濃ソース(りんご)
 ⑤卵なしマヨネーズ(大豆) ⑥みそ(大豆) ⑦油(大豆) ⑧ポーグイオン(豚肉・鶏肉) ⑨チキンイオン(鶏肉)

アレルギー除去対応する場合の表示 ⇒ ☆たまご ◇エビ カニ ○イカ △貝類・タコ ▽ピーナッツ
 アレルギー除去対応なしの場合の表示 ⇒ ★たまご ◆エビ カニ ●イカ ▲貝類・タコ ▼ピーナッツ
 ※冷凍カラチキンは、卵由来のたんぱく質を含みますが、除去対応はしていません。 ※オイスターソースは、かきエキスが含まれていますが、除去対応はしていません。

日	曜日	こんだて	(あか) おもに体をつくる もともになる食品	(きいろ) おもにエネルギーの もともになる食品	(みどり) おもに体の調子を 整えるもともになる食品	調味料由来
2	月	牛乳 麦ごはん 大根のみそ汁 豚肉のしょうが焼き ポトサラダ オレンジ	油あげ(大豆)みそ(大麦) ぶた肉 ハム(豚肉・大豆・乳)	米、大麦 さとう、かたくりこ じゃがいも、マカロニ(小麦)、卵なしマヨネーズ、さとう	だいこん、たまねぎ、しめじ、ねぎ しょうが にんじん、きゅうり	しょうゆ しょうゆ
3	火	牛乳 ☆ちらしずし お花のハンバーグ こんにゃくの和え物 中学生デザインあじつけのり オレンジ	油あげ(大豆)鶏糸卵 とり肉、ぶた肉、大豆 ツナ のり、かつおぶし、いりこ、こんぶ	米、大麦、さとう さとう、かたくりこ ごま、卵なしマヨネーズ、さとう さとう	にんじん、しいたけ、いんげん、たくあん たまねぎ、トマト、にんにく、しょうが こんにゃく、キャベツ、こまつな、にんじん しいたけ	酢、しょうゆ しょうゆ、酢
4	水	牛乳 △スリガティボンゴレ 魚のチーズマヨ焼き ごぼうサラダ	あさり、ベーコン(豚肉) 赤魚、チーズ(乳) とり肉	スパゲティ(小麦)、油 アーモンド、卵なしマヨネーズ ドレッシング、さとう、ごま	たまねぎ、しめじ、こまつな、トマト、にんにく たまねぎ、ピーマン、赤ピーマン、コーン ごぼう、きゅうり、コーン	マヨネーズ(小麦・鶏肉) しょうゆ
5	木	牛乳 麦ごはん ☆中華コーンスープ シークワーサーずた りんご	とり肉、とうふ(大豆)、たまご ぶた肉	米、大麦 かたくりこ、油 油、さとう、かたくりこ、ごま油	コーン、たまねぎ たけのこ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、赤ピーマン、にんにく、しょうが、シークワーサー果汁 りんご	しょうゆ、冷凍カラチキン(卵・鶏肉) しょうゆ、ウスターソース
6	金	牛乳 揚げパン ABCスープ 米粉と豆乳のグラタン フルーツポンチ	きな粉(大豆)、スキムミルク(乳) とり肉、ベーコン(豚肉) 豆乳(大豆)、おから(大豆)、大豆粉	小麦粉、油、アーモンド、黒糖、さとう マカロニ(小麦) 油、じゃがいも、さとう、米粉、片栗粉	たまねぎ、キャベツ、にんじん、パセリ、にんにく、トマト ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、コーン パン、もも、みかん	冷凍カラチキン(卵・鶏肉)
9	月	牛乳 高菜チャーハン 揚げ豆腐の肉みそあんかけ ささみ梅サラダ	ぶた肉 とうふ(大豆)、ぶた肉、大豆、みそ(大麦)	米、大麦、ごま油、ごま、油 片栗粉、小麦粉、油、ごま油、さとう	にんじん、たまねぎ、コーン、高菜(ごま・大豆・小麦) 長ねぎ、しょうが キャベツ、きゅうり、にんじん	しょうゆ テンパシジャン(小麦・大豆)、しょうゆ
10	火	牛乳 麦ごはん アーサ汁 さばのみそだれかけ ごまジャコ和え ヨーグルト	アーサ、とうふ(大豆) さば、みそ しらす 生乳、乳製品(乳)	米、大麦 さとう、かたくりこ ごま、さとう さとう	えのき、しょうが	しょうゆ 酢、しょうゆ
11	水	牛乳 じゃんぼおにぎり(むぎごぼん) じゃんぼおにぎり(あぶらみそ) じゃんぼおにぎり(のり) 鶏汁 ひじき炒め	ツナ、みそ(大麦) のり とり肉 ひじき、ぶた肉、だいたい、油あげ(大豆)	米、大麦 アーモンド、油、さとう 油、さとう	だいこん、にんじん、こまつな にんじん、にら、こんにゃく	しょうゆ しょうゆ
12	木	牛乳 麦ごはん イナムドゥチ マーマスターチャンプルー いもてんぷら	ぶた肉、かまぼこ、みそ ぶた肉、厚揚げ(大豆)、かつおぶし	米、大麦 油 さつまいも、小麦粉、油	こんにゃく、しいたけ にんじん、もやし、からしな	しょうゆ

1年をふりかえろう! 給食チェックめいろ

- めいろのルール
- ①すべての質問に答えられるよう、道を探して進むこと。
 - ②同じ道を通らないこと。
 - ③ゴールしたら、答えの合計得点を計算すること。

スタート

Q 給食の前しっかり手を洗えましたか?
 よくできた…5点
 まあまあできた…3点
 できなかった…0点

Q 食事のあいざつができましたか?
 よくできた…5点
 まあまあできた…3点
 できなかった…0点

Q 好ききらいなく食べられましたか?
 食べられた…5点
 まあまあ食べられた…3点
 食べられなかった…0点

Q 給食当番を協力してできましたか?
 よくできた…5点
 まあまあできた…3点
 できなかった…0点

Q よくかんで食べることができましたか?
 よくできた…5点
 まあまあできた…3点
 できなかった…0点

Q おはしを使って上手に食べることができましたか?
 よくできた…5点
 まあまあできた…3点
 できなかった…0点

Q いろいろな食べ物を知ることができましたか?
 よくできた…5点
 まあまあできた…3点
 できなかった…0点

Q 給食時間を楽しめましたか?
 とても楽しめた…5点
 まあまあ楽しめた…3点
 あまり楽しめなかった…0点

ゴール

🌸 35点~40点…よくがんばりました!
 すばらしいです! 1年間、給食の時間をとても大切にすごせましたね。これから、おいしく楽しく、みんなのお手本になれるあなたに期待しています。

😊 25点~34点…よくできました!
 がんばりましたね。給食の時間に大切なことをたくさんできるようになりました。次は、もう少しがんばれるところを探して、挑戦してみましょう。

😊 15点~24点…もう少しがんばろう!
 給食の時間、楽しくすごせていますか? 次は、「これだけがんばろう!」ということを一つ決めて、取り組んでみましょう。

😞 0点~14点…もっとがんばろう!
 できなかったこと、楽しめなかったことなど、先生や友達に相談しながら、一つずつできるようにしていきますよ。きっと、もっと楽しい給食の時間にできますよ!

計算式 [] = [] 合計 [] 点

