

令和5年度 1月分詳細献立表

【特記事項】

- 1 詳細献立表はアレルギー対象食品（特定原材料（7品目）及び特定原材料に準ずるもの（21品目））を表示しています。
- 2 ウインナーなどのように、同一の食品名であっても日によってアレルギーが異なる場合がありますので、日々の詳細献立表をご確認ください。
- 3 製造工場の同一ラインで生産しているもので、微量に混入する可能性（コンタミネーション）のあるものについては、表示していません。
- 4 学校給食で使用する海産物（わかめ、もずく、ひじき、しらす、かえり、こんぶ（煮物・だし、だし用煮干し等））には、生育場所や加工の関係から、微小ないかやたこ及び甲殻類（えび、かに、貝類）等が混入していることがあります。
- 5 一人分量は、調理の過程で多少変更することがあります。
- 6 配合割合その他詳しい情報を確認したい場合は、分かる範囲で回答しますので、下記にお問い合わせください。

光市立学校給食センター（電話：0833-72-0050）

詳細献立表
ホームページ



2024年1月19日 金曜日

料理名／食品名	一人分量 (g)		小麦	そば	卵	乳	落花生	あわび	いか	いくら	えび	オレンジ	かに	キウイフルーツ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	アーモンド
	小学校	中学校																											
	[麦ごはん]																												
精白米	70.00	90.00																											
強化米	0.21	0.27																											
県産押麦	7.00	9.00																											
[ひじきの炒め煮]																													
芽ひじき	1.00	1.30																											
きくらげ入り天	5.00	6.50																	●										
れんこん	15.00	19.50																											
にんじん	8.00	10.40																											
蒸し大豆	10.00	13.00																	●										
さやいんげん	3.00	3.90																											
サラダ油	1.00	1.30																											
ごま	1.00	1.30																											●
三温糖	1.00	1.30																											
こいくちしょうゆ	2.50	3.25	●																●										
清酒	0.70	0.91																											
[けんちょう]																													
鶏肉	8.00	10.40																			●								
木綿豆腐	50.00	65.00																	●										
油揚げ	6.00	7.80																	●										
だいこん	30.00	39.00																											
さといも	25.00	32.50																											
にんじん	8.00	10.40																											
こんにやく	15.00	19.50																											
乾しいたけ	0.50	0.65																											
サラダ油	0.50	0.65																											
上白糖	1.00	1.30																											
本みりん	1.00	1.30																											
清酒	1.00	1.30																											
食塩	0.08	0.10																											
こいくちしょうゆ	2.60	3.38	●																●										
うすくちしょうゆ	3.00	3.90	●																●										
[みかん]																													
みかん	80.00	80.00																											
[牛乳]																													
普通牛乳	206.00	206.00				●																							

●：アレルギー対象食品

2024年1月31日 水曜日

料理名／食品名	一人分量 (g)		小麦	そば	卵	乳	落花生	あわび	いか	いくら	えび	オレンジ	かに	キウイフルーツ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	アーモンド
	小学校	中学校																											
	[麦ごはん]																												
精白米	70.00	90.00																											
強化米	0.21	0.27																											
県産押麦	7.00	9.00																											
[鮭メンチカツ]																													
鮭メンチカツ	50.00	50.00															●		●										
なたね油	6.50	6.50																											
[野菜のアーモンド和え]																													
キャベツ	25.00	32.50																											
こまつな冷凍	10.00	13.00																											
カットわかめ	0.40	0.52																											
にんじん	5.00	6.50																											
アーモンド	3.50	4.55																											●
こいくちしょうゆ	1.00	1.30																											
上白糖	1.00	1.30																											
穀物酢	2.00	2.60																											
[豆腐のみそ汁]																													
はくさい	20.00	26.00																											
木綿豆腐	35.00	45.50																											
油揚げ	5.00	6.50																											
こんにゃく	10.00	13.00																											
にんじん	8.00	10.40																											
えのきたけ	5.00	6.50																											
葉ねぎ	2.00	2.60																											
合わせみそ	10.00	13.00																											
だしiriこ	3.00	3.90																											
[牛乳]																													
普通牛乳	206.00	206.00				●																							

●：アレルギー対象食品