

令和5年度 2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2月2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																											
押麦	7.00	9.00																											
[いわしのアングリーズ]																													
いわし・でん粉付き	45.00	53.50																											
なたね油	6.00	7.80																											
三温糖	2.50	3.25																											
ウスターソース	2.30	2.90																											
パン粉	4.00	5.20	●																										
[かす汁]																													
さつまいも	20.00	26.00																											
こんにゃく	10.00	13.00																											
にんじん	12.00	15.60																											
だいこん	20.00	26.00																											
はくさい	20.00	26.00																											
油揚げ	4.00	5.20																											
葉ねぎ	5.00	6.50																											
酒かす	4.00	5.20																											
合わせみそ	9.80	12.70																											
だしiriこ	2.00	2.60																											
[節分豆]																													
節分豆	8.00	8.00																											
[牛乳]																													
普通牛乳	206.00	206.00				●																							

●：アレルギー対象食品

2024年2月5日 月曜日

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	ごま	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																													
押麦	7.00	9.00																													
[餃子]																															
餃子	48.00	48.00	●																●	●	●										
[中華和え]																															
キャベツ	20.00	26.00																													
もやし	20.00	26.00																													
カットわかめ	0.20	0.26																													
上白糖	1.00	1.30																													
食塩	0.10	0.13																													
穀物酢	1.30	1.69																													
こいくちしょうゆ	0.80	1.00	●																●												
ごま	2.00	2.60																													●
ごま油	1.00	1.30																	●												●
[麻婆大根]																															
豚肉	5.00	6.50																				●									
だいこん	60.00	78.00																													
たまねぎ	30.00	39.00																													
にんじん	5.00	6.50																													
木綿豆腐	60.00	78.00																	●												
にら	2.00	2.60																													
にんにく	0.30	0.39																													
三温糖	1.00	1.30																													
中華だし	0.22	0.29																	●	●	●										●
赤みそ	6.00	7.80																	●	●	●										
こいくちしょうゆ	2.20	2.80	●																●												
ケチャップ	1.80	2.34																													
トウバンジャン	0.25	0.33																													
じゃがいもでん粉	1.00	1.30																													
ごま油	1.00	1.30																	●												●
[牛乳]																															
普通牛乳	206.00	206.00				●																									

●：アレルギー対象食品

2024年2月21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																											
	おにぎらず																												
【麦ごはん】																													
精白米	70.00	90.00																											
強化米	0.21	0.27																											
押麦	7.00	9.00																											
【ハムステーキ】																													
ハムステーキ	40.00	40.00																		●	●								
【ごぼうのサラダ】																													
ごぼう	18.00	23.40																											
キャベツ	20.00	26.00																											
ノンエッグマヨネーズK	4.00	6.00																	●										
うすくちしょうゆ	0.20	0.26	●																●										
食塩	0.05	0.07																											
こしょう	0.01	0.01																											
【焼きのり】																													
大判のり	3.00	3.00																											
【大根と生揚げのみそ汁】																													
だいこん	20.00	26.00																											
生揚げ	20.00	35.00																		●									
じゃがいも	20.00	30.00																											
にんじん	5.00	6.50																											
カットわかめ	0.50	0.65																											
葉ねぎ	5.00	6.50																											
合わせみそ	11.00	14.30																		●									
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

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	ごま	アーモンド	
	小学校	中学校																													
	[コッペパン]																														
小麦粉	49.50	76.50	●																												
米粉	5.50	8.50																													
ショートニング	3.30	5.10																													
小麦グルテン	2.75	4.25	●																												
上白糖	2.75	4.25																													
脱脂粉乳	2.20	3.40				●																									
生イースト	1.38	2.13																													
食塩	0.94	1.45																													
イーストフード	0.06	0.09	●																												
[小籠包]																															
小籠包	40.00	40.00	●																●	●	●										
[チャブチェ]																															
豚肉	5.00	10.00																			●										
緑豆はるさめ	8.00	11.00																													
たまねぎ	12.00	15.60																													
にんじん	8.00	10.40																													
もやし	15.00	19.50																													
にら	4.00	5.20																													
乾しいたけ	0.40	0.52																													
にんにく	0.10	0.13																													
ごま	0.50	0.65																													●
ごま油	0.80	1.50																	●												●
こいくちしょうゆ	1.30	1.69	●																●												
オイスターソース	0.30	0.39																	●												
清酒	0.50	0.65																													
上白糖	0.80	1.04																													
食塩	0.15	0.20																													
こしょう	0.01	0.01																													
[豆腐の五目スープ]																															
木綿豆腐	30.00	45.00																	●												
ベーコン	7.00	9.10																			●										
はくさい	30.00	39.00																													
たまねぎ	20.00	26.00																													
にんじん	6.00	7.80																													
カットチンゲンサイ	10.00	13.00																													
ごま	1.00	1.30																													●
中華だし	0.40	0.52																	●	●	●										●
清酒	0.50	0.65																													
食塩	0.10	0.13																													
うすくちしょうゆ	2.20	2.86	●																●												
こいくちしょうゆ	1.00	1.30	●																●												
こしょう	0.02	0.03																													
ごま油	1.00	1.30																	●												●
[牛乳]																															
普通牛乳	206.00	206.00				●																									

