

令和7年度 9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



2025年9月1日 月曜日

[illegible]

●：アレルギー対象食品

2025年9月2日 火曜日

[illegible]

●：アレルギー対象食品

2025年9月3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	ごま	アーモンド
	小学校	中学校																												
[牛乳]																														
普通牛乳	206.00	206.00				●																								
[麦ごはん]																														
精白米	70.00	90.00																												
強化米	0.21	0.27																												
押麦	7.00	9.00																												
[焼きぎょうざ(2個)]																														
餃子	36.00	36.00	●																●	●	●									
[パンサンスー]																														
緑豆はるさめ	5.00	6.50																		●										
チキンハム	5.00	6.50																		●										
もやし	10.00	13.00																												
きゅうり	5.00	6.50																												
にんじん	5.00	6.50																												
ごま	0.80	1.04																											●	
上白糖	1.00	1.30																												
食塩	0.10	0.13																												
穀物酢	1.50	1.95																												
こいくちしょうゆ	1.50	1.95	●																●											
ごま油	0.80	1.04																	●										●	
[麻婆なす]																														
木綿豆腐	20.00	26.00																	●											
冷凍豆腐	30.00	39.00																	●											
牛肉・豚肉	2.00	2.60													●						●									
豚肉	8.00	10.40																			●									
なす	20.00	26.00																												
たまねぎ	30.00	39.00																												
にんじん	15.00	19.50																												
乾しいたけ	0.10	0.13																												
しょうが	0.30	0.39																												
にんにく	0.30	0.39																												
サラダ油	1.20	1.56																												
赤みそ	6.00	7.80																	●											
こいくちしょうゆ	1.30	1.30	●																●											
ケチャップ	1.80	1.80																												
中華だし	0.20	0.26																	●	●	●								●	
上白糖	1.00	1.30																												
清酒	0.60	0.78																												
オイスターソース	0.10	0.13																												
じゃがいもでん粉	1.50	1.95																												

●：アレルギー対象食品

2025年9月4日 木曜日

[illegible]

●：アレルギー対象食品

2025年9月5日 金曜日

[illegible]

●：アレルギー対象食品

2025年9月8日 月曜日

[illegible]

●：アレルギー対象食品

2025年9月9日 火曜日

[illegible]

●：アレルギー対象食品

2025年9月10日 水曜日

[illegible]

●：アレルギー対象食品

2025年9月11日 木曜日

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																												
[牛乳]																														
普通牛乳	206.00	206.00				●																								
[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	●																											
[メンチカツ]																														
メンチカツ	40.00	40.00	●																	●	●	●								
なたね油	4.80	4.80																												
[コールスローサラダ]																														
キャベツ	25.00	32.50																												
きゅうり	3.00	3.90																												
スイートコーン	10.00	13.00																												
にんじん	7.00	9.10																												
ノンエッグマヨネーズK	4.00	5.20																		●										
穀物酢	1.00	1.30																												
食塩	0.03	0.04																												
上白糖	0.20	0.26																												
こしょう	0.01	0.01																												
[ミネストローネ]																														
ボークウィンナー	5.00	6.50																			●	●								
大豆水煮	10.00	13.00																		●										
マカロニ	5.00	6.50	●																											
たまねぎ	30.00	39.00																												
にんじん	10.00	13.00																												
じゃがいも	15.00	19.50																												
トマト缶詰	9.00	11.70																												
にんにく	0.20	0.26																												
チキンスープ	4.00	5.20																			●									
コンソメ	0.30	0.30	●																	●	●	●								
うすくちしょうゆ	1.50	1.50	●																	●										
赤ワイン	0.70	0.91																												
オリーブ油	0.20	0.26																												
食塩	0.20	0.20																												
こしょう	0.02	0.03																												

●：アレルギー対象食品

2025年9月12日 金曜日

[illegible]

●：アレルギー対象食品

2025年9月16日 火曜日

[illegible]

●：アレルギー対象食品

2025年9月17日 水曜日

[illegible]

●：アレルギー対象食品

2025年9月18日 木曜日

[illegible]

●：アレルギー対象食品

2025年9月19日 金曜日

[illegible]

●：アレルギー対象食品

2025年9月22日 月曜日

[illegible]

●：アレルギー対象食品

2025年9月24日 水曜日

[illegible]

●：アレルギー対象食品

2025年9月25日 木曜日

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																												
[牛乳]																														
普通牛乳	206.00	206.00				●																								
[かぼちゃパン]																														
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	●																											
かぼちゃ	11.00	14.30																												
[オムレツ]																														
プレーンオムレツ	40.00	50.00	●		●														●											
[コーンキャベツ]																														
チキンハム	5.00	6.50																	●											
スイートコーン	13.00	16.90																												
キャベツ	25.00	32.50																												
にんじん	8.00	10.40																												
サラダ油	1.00	1.30																												
コンソメ	0.20	0.26	●																●	●	●									
食塩	0.10	0.13																												
こしょう	0.02	0.03																												
[小松菜とトマトのスープ]																														
豚肉	8.00	10.40																			●									
たまねぎ	40.00	52.00																												
じゃがいも	40.00	52.00																												
にんじん	10.00	13.00																												
セロリ	2.00	2.60																												
こまつな	25.00	32.50																												
トマト缶詰	5.00	6.50																												
にんにく	0.30	0.39																												
オリーブ油	0.50	0.65																												
チキンスープ	3.00	3.90																		●										
コンソメ	0.30	0.39	●																●	●	●									
うすくちしょうゆ	1.50	1.95	●																●											
赤ワイン	0.70	0.91																												
食塩	0.30	0.39																												
こしょう	0.02	0.03																												

●：アレルギー対象食品

2025年9月26日 金曜日

[illegible]

●：アレルギー対象食品

2025年9月29日 月曜日

[illegible]

●：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																												
[牛乳]																														
普通牛乳	206.00	206.00				●																								
[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	●																											
[ハンバーグきのこソース]																														
ハンバーグ	40.00	40.00																	●	●	●									
たまねぎ	4.00	5.20																	●	●	●									
マッシュルーム	3.00	3.90																	●	●	●						●			
デミグラスソース	4.00	5.20	●												●				●	●	●							●		
ケチャップ	3.00	3.90																												
ウスターソース	0.80	1.04																												
上白糖	0.60	0.78																												
赤ワイン	0.30	0.39																												
[ごぼうサラダ]																														
ささみ水煮	5.00	6.50																		●										
ごぼう	15.00	19.50																												
キャベツ	25.00	32.50																												
にんじん	5.00	6.50																												
ノンエッグマヨネーズK	5.00	6.50																	●											
うすくちしょうゆ	0.30	0.39	●																●											
穀物酢	0.20	0.26																												
上白糖	0.20	0.26																												
こしょう	0.02	0.03																												
[野菜のスープ煮]																														
豚肉	5.00	6.50																			●									
じゃがいも	30.00	39.00																												
かぼちゃ	25.00	32.50																												
たまねぎ	50.00	65.00																												
にんじん	20.00	26.00																												
なす	10.00	13.00																												
えだまめ	5.00	6.50																	●											
チキンスープ	4.00	5.20																		●										
コンソメ	0.30	0.39	●																●	●	●									
うすくちしょうゆ	1.50	1.95	●																●	●	●									
食塩	0.20	0.26																												
こしょう	0.03	0.04																												