

# 平成30年度 12月分詳細献立表

## 【特記事項】

- 1 原材料配合表には、特定原材料（7品目）及び特定原材料に準ずるもの（20品目）を含む食品の原材料及びアレルギーを表示しています。
- 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原材料及びアレルギーが異なる場合がありますので、日々の原材料配合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（ごはんを含む。）、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 1人当たりの予定可食量は、調理の過程で多少変更することがあります。
- 6 原材料配合表の表記は、各製造業者の商品カルテの記載方法に準じて記載しているため、同じ原材料を使用している場合でも表記が異なる場合があります。
- 7 原材料配合表に表示されている原材料の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



平成30年12月3日(月) 学校給食献立表

献立名	配合表	食品名	1人当たり予定可食量(g)		
			小学校	中学校	
ごはん		精白米	77.00	99.00	
		強化米	0.23	0.30	
さわらの西京焼き	①	さわらの西京焼き	40.00	50.00	
ほうれんそうのごま酢和え		ほうれんそう	15.00	19.50	
		はなっこりー	15.00	19.50	
		にんじん	8.00	10.40	
		ブラックマッペもやし	15.00	19.50	
		すりごま	0.70	0.91	
		② こいくちしょうゆ	1.70	2.21	
		穀物酢	1.70	2.21	
		上白糖	1.00	1.30	
		食塩	0.10	0.13	
	豚肉と生揚げの煮物		豚肉	15.00	19.50
		③ 生揚げ	35.00	45.50	
		だいこん	50.00	65.00	
		れんこん	15.00	19.50	
		こんにゃく	15.00	19.50	
		たまねぎ	15.00	19.50	
		にんじん	10.00	13.00	
		乾しいたけ	0.20	0.26	
		しょうが	0.20	0.26	
		サラダ油	0.60	0.78	
		和風だし	0.50	0.65	
		清酒	1.00	1.30	
		上白糖	0.80	1.04	
		みりん	0.50	0.65	
		食塩	0.20	0.26	
		② こいくちしょうゆ	4.00	5.20	
牛乳			普通牛乳	206.00	206.00

原材料配合表

① さわらの西京焼き

原材料	アレルギー
さわら	大豆
米味噌	
米麴	
酒粕	
コーンスターチ	

② こいくちしょうゆ

原材料	アレルギー
脱脂加工大豆	大豆 小麦
小麦	
食塩	
アミノ酸液	
砂糖	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
甘味料 (甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

③ 生揚げ

原材料	アレルギー
丸大豆	大豆
凝固剤	
消泡剤	
食用油	

平成30年12月4日(火) 学校給食献立表

献立名	配合表	食品名	1人当たり予定可食量(g)	
			小学校	中学校
メンチカツバーガー 丸パン (よこわり)		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
	カレーメンチカツ	①	カレーメンチカツ	40.00
キャベツとにん じんのソース和 え		なたね油	4.00	5.00
		キャベツ	25.00	32.50
		にんじん	10.00	13.00
		ウスターソース	1.50	1.95
		トンカツソース	5.00	6.50
ミネストローネ	②	ベーコン	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	25.00	32.50
		セロリー	2.00	2.60
		にんにく	0.10	0.13
		トマト缶詰	10.00	13.00
		サラダ油	0.50	0.65
		③ チキンスープ	5.00	6.50
		④ コンソメ	1.00	1.30
		食塩	0.20	0.26
		こしょう	0.02	0.03
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00
コーヒーミルク		コーヒーミルク	5.00	5.00

原材料配合表

① カレーメンチカツ

原材料	アレルゲン
若鶏肉(ムネ)	鶏肉
若鶏レバー	小麦
玉葱	
パン粉(小麦)	
調味液	
カレー粉	
小麦粉	
米粉	
澱粉(とうもろこし)	
マルトデキストリン	
水	

② ベーコン

原材料	アレルゲン
豚ばら肉	豚肉
食塩	
砂糖	
水	

③ チキンスープ

原材料	アレルゲン
鶏ガラ	鶏肉
玉ねぎ	
水	

④ コンソメ

原材料	アレルゲン
食塩	小麦
デキストリン	大豆
ぶどう糖	鶏肉
麦芽糖	豚肉
食用植物油脂	
粉末しょうゆ	
砂糖	
野菜パウダー (玉ねぎ トマト にんじん)	
チキンエキスパウダー	
チキンパウダー	
香辛料	
ボークエキスパウダー	
酵母エキス	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
酸味料	

平成30年12月5日(水) 学校給食献立表

原材料配合表

献立名	配合表	食品名	1人当たり予定可食量(g)	
			小学校	中学校
麦ごはん		精白米	70.00	90.00
		強化米	0.21	0.27
		おおもむぎ米粒麦	7.00	9.00
餃子	①	餃子	18.00	36.00
チャプチェ		牛肉	8.00	10.40
		緑豆はるさめ	8.00	10.40
		たまねぎ	10.00	13.00
		にんじん	8.00	10.40
		にら	4.00	5.20
		きくらげ	0.30	0.39
		にんにく	0.10	0.13
		② ごま油	0.80	1.04
		③ こいくちしょうゆ	1.00	1.30
		オイスターソース	1.50	1.95
		三温糖	0.50	0.65
		食塩	0.14	0.18
		こしょう	0.01	0.01
	わかめスープ	④	木綿豆腐	30.00
		たまねぎ	25.00	32.50
		にんじん	10.00	13.00
		しめじ	6.00	7.80
		葉ねぎ	5.00	6.50
		カットわかめ	0.60	0.78
		⑤ 中華だし	1.00	1.30
		食塩	0.10	0.13
		清酒	0.50	0.65
		③ こいくちしょうゆ	1.00	1.30
		⑥ うすくちしょうゆ	2.00	2.60
		② ごま油	1.00	1.30
		ごま	0.70	0.91
		こしょう	0.02	0.03
ミックスナッツ	⑦	ミックスナッツ	17.00	17.00
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00

① 餃子

原材料	アレルゲン
豚肉	小麦
キャベツ	大豆
玉ねぎ	豚肉
ネギ	
ニラ	
ニンニク	
生姜	
人参	
椎茸	
植物性タンパク	
ポークエキス	
みりん	
砂糖	
しょう油	
食塩	
コショウ	
小麦粉	
醸造調味料	
還元水あめ	
水	

② ごま油

原材料	アレルゲン
食用ごま油	ごま
食用大豆油	大豆

③ こいくちしょうゆ

原材料	アレルゲン
脱脂加工大豆	大豆
小麦	小麦
食塩	
アミノ酸液	
砂糖	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
甘味料 (甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

④ 木綿豆腐

原材料	アレルゲン
丸大豆	大豆
凝固剤	
消泡剤	

⑤ 中華だし

原材料	アレルゲン
食塩	大豆
デキストリン	鶏肉
砂糖	豚肉
たん白加水分解物	ごま
オニオンパウダー	
ガーリックパウダー	
魚醤パウダー	
酵母エキスパウダー	
食用植物油	
ジンジャーパウダー	
調味動物油脂	
こしょう	
乳酸発酵酵母エキスパウダー	
乳酸発酵トマトエキスパウダー	
チキンパウダー	
カラメル色素	

⑥ うすくちしょうゆ

原材料	アレルゲン
アミノ酸液	大豆
食塩	小麦
脱脂加工大豆	
小麦	
ソルビット	
調味料(アミノ酸等)	
ビタミンB1	
甘味料 (甘草・ステビア)	

⑦ ミックスナッツ

原材料	アレルゲン
アーモンド	落花生
落花生	カシューナッツ
カシューナッツ	
ガルバンソー	
植物油	
食塩	

平成30年12月6日(木) 学校給食献立表

原材料配合表

献立名	配合表	食品名	1人当たり予定可食量(g)	
			小学校	中学校
小アップルパン		小麦粉	40.50	58.50
		米粉	4.50	6.50
		ショートニング	2.70	3.90
		小麦グルテン	2.25	3.25
		上白糖	2.25	3.25
		脱脂粉乳	1.80	2.60
		生イースト	1.13	1.63
		食塩	0.77	1.11
		イーストフード	0.05	0.07
		① ドライアップル	9.00	11.70
	たらこスパゲッティ		スパゲッティ(小麦)	30.00
		② ベーコン	8.00	10.40
		たらこ	8.00	10.40
		しめじ	10.00	13.00
		たまねぎ	40.00	52.00
		にんじん	10.00	13.00
		こまつな	10.00	13.00
		サラダ油	0.80	1.04
		③ こいくちしょうゆ	0.80	1.04
		④ コンソメ	1.00	1.30
		食塩	0.20	0.26
		こしょう	0.01	0.01
		白ワイン	1.00	1.30
卵とチーズのオープン焼き	⑤	卵とチーズのオープン焼き	50.00	50.00
かぶのツナサラダ		まぐろ水煮	10.00	13.00
		かぶ	15.00	19.50
		にんじん	8.00	10.40
		キャベツ	10.00	13.00
		はなっこりー	10.00	13.00
		③ こいくちしょうゆ	0.30	0.39
		食塩	0.10	0.13
		こしょう	0.01	0.01
	ノンエッグマヨネーズ	7.00	9.10	
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00

① ドライアップル

原材料	アレルゲン
りんご	りんご
砂糖	
酸味料	
酸化防止剤(V.C)	
仕込水	

② ベーコン

原材料	アレルゲン
豚ばら肉	豚肉
食塩	
砂糖	
水	

③ こいくちしょうゆ

原材料	アレルゲン
脱脂加工大豆	大豆
小麦	小麦
食塩	
アミノ酸液	
砂糖	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
甘味料(甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

④ コンソメ

原材料	アレルゲン
食塩	小麦
デキストリン	大豆
ぶどう糖	鶏肉
麦芽糖	豚肉
食用植物油	
粉末しょうゆ	
砂糖	
野菜パウダー(玉ねぎ トマト にんじん)	
チキンエキスパウダー	
チキンパウダー	
香辛料	
ポークエキスパウダー	
酵母エキス	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
酸味料	

⑤ 卵とチーズのオープン焼き

原材料	アレルゲン
たまねぎ	卵
鶏卵	乳
じゃがいも	大豆
ほうれんそう	小麦
プロセスチーズ	鶏肉
植物油	豚肉
にんじん	
チーズフード	
乾燥卵白	
食塩	
食酢	
粉末状混合調味料	
砂糖	
酵母エキス	
香辛料	
水	
増粘剤(加工デンプン 増粘多糖類)	
乳化剤	
卵殻カルシウム	
セルロース	
ピロリン酸第二鉄	

平成30年12月7日(金) 学校給食献立表

原材料配合表

献立名	配合表	食品名	1人当たり予定可食量(g)	
			小学校	中学校
大根飯		精白米	65.00	83.50
		強化米	0.20	0.26
		鶏肉	15.00	19.20
	①	油揚げ	4.00	5.10
		だいこん	8.00	10.20
		だいこん葉	4.00	5.10
	②	こいくちしょうゆ	3.00	3.85
	③	うすくちしょうゆ	1.00	1.28
		上白糖	0.65	0.83
		みりん	1.50	1.93
		清酒	1.20	1.54
		食塩	0.30	0.38
		和風だし	0.20	0.26
鶏肉と根菜のつくね	④	鶏肉と根菜のつくね	50.00	50.00
野菜のアーモンド和え		キャベツ	20.00	26.00
		さやいんげん	10.00	13.00
		ブラックマッペもやし	15.00	19.50
		にんじん	6.00	7.80
		アーモンド	3.00	3.90
		上白糖	1.00	1.30
	②	こいくちしょうゆ	1.60	2.08
		食塩	0.10	0.13
もずくのみそ汁	⑤	生揚げ	35.00	45.50
		たまねぎ	25.00	32.50
		もずく	15.00	19.50
		にんじん	10.00	13.00
		葉ねぎ	5.00	6.50
	⑥	合わせみそ	11.00	14.30
		だしこんぶ	0.10	0.13
	だしiriこ	2.00	2.60	
小魚(中学)		小魚	0.00	5.00
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00

① 油揚げ

原材料	アレルギー
大豆	大豆
植物油	
凝固剤	
消泡剤	

② こいくちしょうゆ

原材料	アレルギー
脱脂加工大豆	大豆
小麦	小麦
食塩	
アミノ酸液	
砂糖	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
甘味料(甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

③ うすくちしょうゆ

原材料	アレルギー
アミノ酸液	大豆
食塩	小麦
脱脂加工大豆	
小麦	
ソルビット	
調味料(アミノ酸等)	
ビタミンB1	
甘味料(甘草・ステビア)	

④ 鶏肉と根菜のつくね

原材料	アレルギー
玉ねぎ	鶏肉
れんこん	豚肉
ごぼう	小麦
里芋	大豆
鶏肉	ごま
パン粉	
でん粉	
粉末状大豆たん白	
豚脂	
砂糖	
こいくちしょうゆ	
食塩	
ごま油	
発酵調味料	
香辛料(ジンジャー)	
香辛料(ペパー)	
果糖ぶどう糖液糖	
酵母エキス	
カツオブシエキス	
しょうゆ調味料	
増粘剤(加工でん粉)	
水	

⑤ 生揚げ

原材料	アレルギー
丸大豆	大豆
凝固剤	
消泡剤	
食用油	

⑥ 合わせみそ

原材料	アレルギー
米	大豆
大豆	
大麦	
食塩	

平成30年12月10日(月) 学校給食献立表

献立名	配合表	食品名	1人当たり予定可食量(g)	
			小学校	中学校
麦ごはん		精白米	70.00	90.00
		強化米	0.21	0.27
		おおむぎ米粒麦	7.00	9.00
ちくわの磯辺揚げ		竹輪	30.00	50.00
		小麦粉	2.50	4.25
		じゃがいもでん粉	1.80	3.06
		あおのり	0.05	0.09
		なたね油	3.44	5.74
白菜の煮びたし		はくさい	25.00	32.50
		ブラックマッペもやし	15.00	19.50
		にんじん	8.00	10.40
		① 油揚げ	3.00	3.90
		② こいくちしょうゆ	2.00	2.60
		清酒	1.00	1.30
		和風だし	0.30	0.39
おでん		鶏肉	10.00	13.00
		③ うずら卵水煮缶詰	25.00	32.50
		平天	10.00	13.00
		こんにゃく	20.00	26.00
		④ がんもどき	15.00	19.50
		にんじん	12.00	15.60
		だいこん	35.00	45.50
		さといも	25.00	32.50
		こんぶ	0.80	1.04
		② こいくちしょうゆ	4.00	5.20
		三温糖	1.00	1.30
		清酒	1.00	1.30
		食塩	0.20	0.26
		みりん	0.80	1.04
		だしこんぶ	0.30	0.39
		⑤ 削り節	1.00	1.30
	みかん		みかん	80.00
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00

原材料配合表

① 油揚げ

原材料	アレルゲン
大豆	大豆
植物油	
凝固剤	
消泡剤	

② こいくちしょうゆ

原材料	アレルゲン
脱脂加工大豆	大豆
小麦	小麦
食塩	
アミノ酸液	
砂糖	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
甘味料 (甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

③ うずら卵水煮缶詰

原材料	アレルゲン
うずら卵	卵
食塩	

④ がんもどき

原材料	アレルゲン
粉末状大豆たん白	大豆
植物油	
にんじん	
上新粉	
大豆食物繊維	
食塩	
砂糖	
揚げ油(植物油)	
クエン酸	
水	

⑤ 削り節

原材料	アレルゲン
ウルメ・フシ	さば
サバ・フシ	

平成30年12月11日(火) 学校給食献立表

原材料配合表

献立名	配合表	食品名	1人当たり予定可食量(g)	
			小学校	中学校
コッペパン		小麦粉	49.50	76.50
		米食塩	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
	かつおのオーロラソースがけ		かつお(でん粉付き)	40.00
		なたね油	4.00	5.20
		ケチャップ	4.40	5.72
		ノンエッグマヨネーズ	2.60	3.38
		ウスターソース	0.18	0.23
ささみのごまサラダ		三温糖	0.09	0.12
	①	鶏肉(加工品)	8.00	10.40
		にんじん	8.00	10.40
		ブラックマッペもやし	15.00	19.50
		キャベツ	20.00	26.00
		ごま	0.80	1.04
	②	ごま油	0.50	0.65
		食塩	0.10	0.13
		上白糖	1.20	1.56
		穀物酢	1.60	2.08
③	こいくちしょうゆ	1.00	1.30	
ABCスープ	④	ベーコン	5.00	6.50
		じゃがいも	30.00	39.00
		たまねぎ	25.00	32.50
		にんじん	10.00	13.00
		スイートコーン	10.00	13.00
		ほうれんそう	5.00	6.50
		マカロニ(小麦)	3.00	3.90
	⑤	チキンスープ	6.00	7.80
	⑥	コンソメ	1.00	1.30
	③	こいくちしょうゆ	1.00	1.30
		食塩	0.30	0.39
		こしょう	0.02	0.03
	牛乳		普通牛乳	206.00

① 鶏肉(加工品)

原材料	アレルゲン
鶏肉(ささみ)	鶏肉
食塩	
醸造酢	
砂糖	
寒天	
オニオンパウダー	
香辛料	
pH調整剤	
水	

② ごま油

原材料	アレルゲン
食用ごま油	ごま
食用大豆油	大豆

③ こいくちしょうゆ

原材料	アレルゲン
脱脂加工大豆	大豆
小麦	小麦
食塩	
アミノ酸液	
砂糖	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
甘味料(甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

④ ベーコン

原材料	アレルゲン
豚ばら肉	豚肉
食塩	
砂糖	
水	

⑤ チキンスープ

原材料	アレルゲン
鶏ガラ	鶏肉
玉ねぎ	
水	

⑥ コンソメ

原材料	アレルゲン
食塩	小麦
デキストリン	大豆
ぶどう糖	鶏肉
麦芽糖	豚肉
食用植物油脂	
粉末しょうゆ	
砂糖	
野菜パウダー(玉ねぎ トマト にんじん)	
チキンエキスパウダー	
チキンパウダー	
香辛料	
ポークエキスパウダー	
酵母エキス	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
酸味料	

平成30年12月12日(水) 学校給食献立表

原材料配合表

献立名	配合表	食品名	1人当たり予定可食量(g)	
			小学校	中学校
麦ごはん		精白米	70.00	90.00
		強化米	0.21	0.27
		おおむぎ米粒麦	7.00	9.00
韓国のり	①	韓国のり	1.30	1.30
タッカルビ		鶏肉	20.00	26.00
		さつまいも	20.00	26.00
		たまねぎ	15.00	19.50
		キャベツ	15.00	19.50
		にんじん	8.00	10.40
		しょうが	0.20	0.26
		にんにく	0.20	0.26
		サラダ油	0.50	0.65
		② こいくちしょうゆ	3.00	3.90
		清酒	0.50	0.65
		三温糖	1.00	1.30
		みりん	1.00	1.30
		③ 赤みそ	2.00	2.60
		④ コチュジャン	0.60	0.78
春雨五目スープ		⑤ 豆腐	30.00	39.00
		⑥ ベーコン	8.00	10.40
		チンゲンサイ	15.00	19.50
		たまねぎ	15.00	19.50
		にんじん	10.00	13.00
		緑豆はるさめ	3.00	3.90
		乾しいたけ	0.50	0.65
		葉ねぎ	5.00	6.50
		⑦ ごま油	0.80	1.04
		清酒	1.30	1.69
		② こいくちしょうゆ	3.00	3.90
		⑧ 中華だし	1.30	1.69
		食塩	0.10	0.13
		こしょう	0.01	0.01
バナナ		バナナ	45.00	45.00
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00

① 韓国のり

原材料	アレルギー
乾のり	ごま
ごま油	
食塩	

② こいくちしょうゆ

原材料	アレルギー
脱脂加工大豆	大豆
小麦	小麦
食塩	
アミノ酸液	
砂糖	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
甘味料(甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

③ 赤みそ

原材料	アレルギー
大豆	大豆
大麦	
食塩	
米	
酒精	

④ コチュジャン

原材料	アレルギー
みそ	大豆
砂糖	
水	
唐辛子	
植物油脂	
食塩	
米麴	
酒精	
調味料(アミノ酸等)	

⑤ 豆腐

原材料	アレルギー
豆乳	大豆
澱粉(コーンスターチ)	
加工澱粉	
凝固剤	
水	

⑥ ベーコン

原材料	アレルギー
豚ばら肉	豚肉
食塩	
砂糖	
水	

⑦ ごま油

原材料	アレルギー
食用ごま油	ごま
食用大豆油	大豆

⑧ 中華だし

原材料	アレルギー
食塩	大豆
デキストリン	鶏肉
砂糖	豚肉
たん白加水分解物	ごま
オニオンパウダー	
ガーリックパウダー	
魚醤パウダー	
酵母エキスパウダー	
食用植物油脂	
ジンジャーパウダー	
調味動物油脂	
こしょう	
乳酸発酵酵母エキスパウダー	
乳酸発酵トマトエキスパウダー	
チキンパウダー	
カラメル色素	

平成30年12月13日(木) 学校給食献立表

原材料配合表

献立名	配合表	食品名	1人当たり予定可食量(g)		
			小学校	中学校	
ツナドッグ コッペパン (よこわり)		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	
	ツナソテー		まぐろ水煮	15.00	19.50
			たまねぎ	25.00	32.50
			にんじん	8.00	10.40
			スイートコーン	8.00	10.40
			サラダ油	0.30	0.39
		カレー粉	0.30	0.39	
		小麦粉	0.80	1.04	
		① コンソメ	0.30	0.39	
		ケチャップ	3.00	3.90	
		ウスターソース	2.00	2.60	
	上白糖	0.30	0.39		
花野菜のシチュー		鶏肉	12.00	15.60	
		白いんげん豆ペースト	10.00	13.00	
		ブロッコリー	15.00	19.50	
		カリフラワー	15.00	19.50	
		はなっこりー	10.00	13.00	
		たまねぎ	25.00	32.50	
		にんじん	10.00	13.00	
		普通牛乳	30.00	39.00	
		② ベシヤメルソース	10.00	13.00	
		③ チキンスープ	3.00	3.90	
		① コンソメ	1.00	1.30	
		食塩	0.20	0.26	
		こしょう	0.02	0.03	
フルーツのアップルソース和え		みかん缶詰	15.00	19.50	
		④ もも缶詰	20.00	26.00	
		パインアップル缶詰	15.00	19.50	
		⑤ りんごゼリー	15.00	19.50	
		⑥ アップルピューレ	12.00	15.60	
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00	

① コンソメ

原材料	アレルゲン
食塩	小麦
デキストリン	大豆
ぶどう糖	鶏肉
麦芽糖	豚肉
食用植物油脂	
粉末しょうゆ	
砂糖	
野菜パウダー (玉ねぎ トマト にんじん)	
チキンエキスパウダー	
チキンパウダー	
香辛料	
ポークエキスパウダー	
酵母エキス	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
酸味料	

③ チキンスープ

原材料	アレルゲン
鶏ガラ	鶏肉
玉ねぎ	
水	

④ もも缶詰

原材料	アレルゲン
黄桃	もも
砂糖	
水	
クエン酸	

⑤ りんごゼリー

原材料	アレルゲン
りんご果汁(還元)	りんご
果糖ぶどう糖液糖	
砂糖	
難消化性デキストリン	
水	
ゲル化剤	
酸味料	
香料	

② ベシヤメルソース

原材料	アレルゲン
乳製品 (脱脂粉乳 ホエイパウダー 全粉乳 チーズ バター)	乳 小麦 大豆
粉末植物油脂	
小麦粉	
たん白加水分解物	
小麦たん白発酵調味料	
砂糖	
デキストリン	
食塩	
酵母エキスパウダー	
オニオンパウダー	
ほたてエキスパウダー	

⑥ アップルピューレ

原材料	アレルゲン
りんご	りんご
砂糖	
酸味料	
酸化防止剤(V.C)	
香料	

平成30年12月14日(金) 学校給食献立表

原材料配合表

献立名	配合表	食品名	1人当たり予定可食量(g)		
			小学校	中学校	
減わかめごはん		精白米	70.00	90.00	
		強化米	0.21	0.27	
		わかめごはんの素	1.75	2.25	
かき揚げうどん 五目うどん	①	うどん	55.00	71.50	
		鶏肉	15.00	19.50	
		かまぼこ	8.00	10.40	
	②	油揚げ	6.00	7.80	
		たまねぎ	20.00	26.00	
		にんじん	10.00	13.00	
		葉ねぎ	5.00	6.50	
		乾しいたけ	0.30	0.39	
	③	こいくちしょうゆ	4.50	5.85	
		食塩	0.30	0.39	
		清酒	0.80	1.04	
		だしこんぶ	1.00	1.30	
	かき揚げ	④	削り節	2.00	2.60
		⑤	かき揚げ	30.00	50.00
なたね油			3.00	5.00	
じゃこと野菜のお かか和え		しらす干し	4.00	5.20	
		キャベツ	20.00	26.00	
		ブラックマッペもやし	20.00	26.00	
		にんじん	8.00	10.40	
		かつお節	1.00	1.30	
		上白糖	0.40	0.52	
	③	こいくちしょうゆ	1.20	1.56	
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00	

① うどん

原材料	アレルゲン
小麦粉	小麦
食塩	
小麦たん白	
水	

② 油揚げ

原材料	アレルゲン
大豆	大豆
植物油	
凝固剤	
消泡剤	

③ こいくちしょうゆ

原材料	アレルゲン	
脱脂加工大豆	大豆	
小麦		小麦
食塩		
アミノ酸液		
砂糖		
調味料(アミノ酸等)		
カラメル色素		
甘味料 (甘草・ステビア)		
ビタミンB1		

④ 削り節

原材料	アレルゲン
ウルメ・フシ	さば
サバ・フシ	

⑤ かき揚げ

原材料	アレルゲン
たまねぎ	大豆 小麦
小麦粉	
にんじん	
揚げ油(パーム油)	
ごぼう	
しゅんぎく	
食塩	
粉末状植物性たん白	
調味料(アミノ酸等)	
ベーキングパウダー	
カロチノイド色素	
水	

平成30年12月17日(月) 学校給食献立表

原材料配合表

献立名	配合表	食品名	1人当たり予定可食量(g)	
			小学校	中学校
麦ごはん		精白米	70.00	90.00
		強化米	0.21	0.27
		おおむぎ米粒麦	7.00	9.00
白身魚の野菜あんかけ		すけとうだら(でん粉付き)	50.00	50.00
		なたね油	5.00	5.00
		たまねぎ	5.00	5.00
		乾しいたけ	0.30	0.30
		さやいんげん	3.00	3.00
		にんじん	3.00	3.00
		上白糖	1.50	1.50
		穀物酢	0.80	0.80
		① こいくちしょうゆ	2.50	2.50
		みりん	1.60	1.60
		② 削り節	0.10	0.10
		だしこんぶ	0.10	0.10
		じゃがいもでん粉	0.30	0.30
高野豆腐の卵とじ		鶏卵	35.00	45.50
		③ 凍り豆腐	6.00	7.80
		鶏肉	8.00	10.40
		にんじん	15.00	19.50
		たまねぎ	40.00	52.00
		ブラックマッペもやし	15.00	19.50
		葉ねぎ	5.00	6.50
		① こいくちしょうゆ	4.00	5.20
		三温糖	1.30	1.69
		みりん	1.00	1.30
		サラダ油	0.80	1.04
		和風だし	0.20	0.26
		② 削り節	2.00	2.60
		だしこんぶ	1.00	1.30
		食塩	0.20	0.26
りんご		りんご	45.00	45.00
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00

① こいくちしょうゆ

原材料	アレルゲン
脱脂加工大豆	大豆
小麦	小麦
食塩	
アミノ酸液	
砂糖	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
甘味料 (甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

② 削り節

原材料	アレルゲン
ウルメ・フシ	さば
サバ・フシ	

③ 凍り豆腐

原材料	アレルゲン
大豆	大豆
炭酸カリウム	
塩化カルシウム	

平成30年12月18日(火) 学校給食献立表

原材料配合表

献立名	配合表	食品名	1人当たり予定可食量(g)	
			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
	ハンバーグのきのこソースがけ	①	ハンバーグ	40.00
しめじ			3.20	4.00
エリンギ			2.40	3.00
さやいんげん			2.40	3.00
ケチャップ			2.40	3.00
②		デミグラスソース	4.80	6.00
		ウスターソース	0.60	0.75
		赤ワイン	0.50	0.63
		上白糖	0.50	0.63
		キャベツ	25.00	32.50
コールスロー		にんじん	8.00	10.40
		スイートコーン	8.00	10.40
	③	ハム	5.00	6.50
		ノンエッグマヨネーズ	6.00	7.80
		穀物酢	0.80	1.04
		上白糖	0.50	0.65
		こしょう	0.01	0.01
		食塩	0.03	0.04
冬野菜のスープ	④	ベーコン	8.00	10.40
		はくさい	25.00	32.50
		だいこん	20.00	26.00
		こまつな	10.00	13.00
		にんじん	10.00	13.00
		葉ねぎ	5.00	6.50
		乾しいたけ	0.50	0.65
	⑤	こいくちしょうゆ	0.50	0.65
	⑥	うすくちしょうゆ	2.50	3.25
	⑦	チキンスープ	3.00	3.90
		白ワイン	0.60	0.78
	⑧	コンソメ	1.00	1.30
		食塩	0.30	0.39
		こしょう	0.02	0.03
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00

① ハンバーグ

原材料	アレルゲン
鶏肉	鶏肉
植物性たん白	大豆
たまねぎ	豚肉
豚脂	
豚肉	
乾燥マッシュポテト	
ワイン	
植物油脂	
水	
砂糖	
トマトケチャップ	
食塩	
香辛料	
炭酸Ca	
着色料	
焼成Ca	
ピロリン酸鉄 (0.005)	

② デミグラスソース

原材料	アレルゲン
小麦粉	小麦
牛脂豚脂混合油	牛肉
トマトペースト	大豆
砂糖	鶏肉
食塩	豚肉
ゼラチン	ゼラチン
しょうがペースト	
オニオンパウダー	
ガーリックパウダー	
調味油	
香辛料	
野菜エキス	
香味油	
ポークエキス	
玉ねぎエキス	
酵母エキス加工品	
ビーフエキス	
カラメル色素	
調味料(アミノ酸等)	
酸味料	
香料	

③ ハム

原材料	アレルゲン
鶏肉	鶏肉
でん粉	
(えんどう豆	
タピオカ	
馬鈴薯	
米)	
発酵調味料	
食塩	
砂糖	
香辛料	
(コリアンダー	
グリーンペッパー	
オニオン	
メース	
ペパー)	
水	

④ ベーコン

原材料	アレルゲン
豚ばら肉	豚肉
食塩	
砂糖	
水	

⑤ こいくちしょうゆ

原材料	アレルゲン
脱脂加工大豆	大豆
小麦	小麦
食塩	
アミノ酸液	
砂糖	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
甘味料	
(甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

⑥ うすくちしょうゆ

原材料	アレルゲン
アミノ酸液	大豆
食塩	小麦
脱脂加工大豆	
小麦	
ソルビット	
調味料(アミノ酸等)	
ビタミンB1	
甘味料	
(甘草・ステビア)	

⑦ チキンスープ

原材料	アレルゲン
鶏ガラ	鶏肉
玉ねぎ	
水	

⑧ コンソメ

原材料	アレルゲン
食塩	小麦
デキストリン	大豆
ぶどう糖	鶏肉
麦芽糖	豚肉
食用植物油脂	
粉末しょうゆ	
砂糖	
野菜パウダー	
(玉ねぎ	
トマト	
にんじん)	
チキンエキスパウダー	
チキンパウダー	
香辛料	
ポークエキスパウダー	
酵母エキス	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
酸味料	

平成30年12月19日(水) 学校給食献立表

原材料配合表

献立名	配合表	食品名	1人当たり予定可食量(g)	
			小学校	中学校
チキンカレーライス ごはん チキンカレー		精白米	77.00	99.00
		強化米	0.23	0.30
		鶏肉	20.00	26.00
		にんじん	20.00	26.00
		たまねぎ	40.00	52.00
		じゃがいも	50.00	65.00
		にんにく	0.30	0.39
		しょうが	0.30	0.39
		サラダ油	1.00	1.30
		① アップルピューレ	5.00	6.50
		ケチャップ	3.60	4.68
		② マーガリン	3.00	3.90
		ウスターソース	2.50	3.25
		赤ワイン	1.50	1.95
		③ こいくちしょうゆ	3.00	3.90
		小麦粉	5.00	6.50
		カレー粉	0.50	0.65
	④ コンソメ	0.50	0.65	
	食塩	0.50	0.65	
	こしょう	0.01	0.01	
ウインナー	⑤	ウインナー	20.00	30.00
はなっこりーの りごまサラダ		はなっこりー	15.00	19.50
		キャベツ	15.00	19.50
		ブラックマッペもやし	15.00	19.50
		ほうれんそう	8.00	10.40
		ごま	0.80	1.04
		すりごま	0.80	1.04
		⑥ もみのり	0.50	0.65
		上白糖	1.00	1.30
		③ こいくちしょうゆ	2.00	2.60
	牛乳		普通牛乳	206.00

① アップルピューレ

原材料	アレルゲン
りんご	りんご
砂糖	
酸味料	
酸化防止剤(V.C)	
香料	

② マーガリン

原材料	アレルゲン
食用精製加工油脂	大豆
食用植物油脂	
食塩	
乳化剤	
アナトー色素	
酸化防止剤(ビタミンE)	
水	

③ こいくちしょうゆ

原材料	アレルゲン
脱脂加工大豆	大豆
小麦	小麦
食塩	
アミノ酸液	
砂糖	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
甘味料(甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

④ コンソメ

原材料	アレルゲン
食塩	小麦
デキストリン	大豆
ぶどう糖	鶏肉
麦芽糖	豚肉
食用植物油脂	
粉末しょうゆ	
砂糖	
野菜パウダー(玉ねぎ トマト にんじん)	
チキンエキスパウダー	
チキンパウダー	
香辛料	
ポークエキスパウダー	
酵母エキス	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
酸味料	

⑤ ウインナー

原材料	アレルゲン
豚肉	豚肉
豚脂	
水あめ	
コーンスターチ	
食塩	
海藻粉末	
砂糖	
ポークエキス	
ペッパー	
ぶどう糖	
酵母エキス	
ガーリック	
オニオン	
セージ	
ナツメグ	
水	

⑥ もみのり

原材料	アレルゲン
海苔	小麦
砂糖	えび
醤油食塩含	大豆
調味料	
昆布エキス	
醸造調味料	
甘味料	
エビエキス	
香辛料	

平成30年12月20日(木) 学校給食献立表

献立名	配合表	食品名	1人当たり予定可食量(g)		
			小学校	中学校	
クランベリーパイ ンパン		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	
		クランベリーパイ	11.00	17.00	
フライドチキン	①	フライドチキン	40.00	50.00	
		なたね油	4.00	5.00	
ブロッコリーの チーズサラダ	②	プロセスチーズ	5.00	6.50	
		キャベツ	20.00	26.00	
		ブロッコリー	20.00	26.00	
		にんじん	8.00	10.40	
		サラダ油	0.50	0.65	
		上白糖	1.00	1.30	
		穀物酢	1.20	1.56	
		食塩	0.15	0.20	
		③	こいくちしょうゆ	1.00	1.30
			こしょう	0.01	0.01
コンソメスープ	④	ベーコン	8.00	10.40	
		たまねぎ	30.00	39.00	
		じゃがいも	15.00	19.50	
		ブラックマッペもやし	15.00	19.50	
		にんじん	10.00	13.00	
		こまつな	15.00	19.50	
		③	こいくちしょうゆ	0.50	0.65
		⑤	うすくちしょうゆ	2.50	3.25
		⑥	チキンスープ	3.00	3.90
			白ワイン	0.60	0.78
		⑦	コンソメ	1.00	1.30
			食塩	0.20	0.26
			こしょう	0.02	0.03
クリスマスデザー ト		いちごゼリー	30.00	30.00	
	⑧	ショコラケーキ	25.00	25.00	
	⑨	オムレットケーキ	25.00	25.00	
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00	

原材料配合表

① フライドチキン

原材料	アレルゲン
鶏肉	鶏肉
でん粉	小麦
パン粉	
コーン粉末	
食塩	
香辛料	
酵母エキス	
パプリカ	
生姜	
ぶどう糖	
唐辛子	
にんにく	
加工でん粉	
植物繊維	
増粘剤(加工でん粉)	
黒胡椒	
揚げ油(なたね油)	
水	

② プロセスチーズ

原材料	アレルゲン
ナチュラルチーズ	乳
乳たん白	
プロセスチーズ	
乳化剤	
グリシン	
酢酸Na	
安定剤(増粘多糖類)	
水	

③ こいくちしょうゆ

原材料	アレルゲン
脱脂加工大豆	大豆
小麦	小麦
食塩	
アミノ酸液	
砂糖	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
甘味料 (甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

④ ベーコン

原材料	アレルゲン
豚ばら肉	豚肉
食塩	
砂糖	
水	

⑤ うすくちしょうゆ

原材料	アレルゲン
アミノ酸液	大豆
食塩	小麦
脱脂加工大豆	
小麦	
ソルビット	
調味料(アミノ酸等)	
ビタミンB1	
甘味料 (甘草・ステビア)	
水	

⑥ チキンスープ

原材料	アレルゲン
鶏ガラ	鶏肉
玉ねぎ	
水	

⑦ コンソメ

原材料	アレルゲン
食塩	小麦
デキストリン	大豆
ぶどう糖	鶏肉
麦芽糖	豚肉
食用植物油	
粉末しょうゆ	
砂糖	
野菜パウダー (玉ねぎ トマト にんじん)	
チキンエキスパウダー	
チキンパウダー	
香辛料	
ポークエキスパウダー	
酵母エキス	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
酸味料	

⑧ ショコラケーキ

原材料	アレルゲン
砂糖	大豆
米粉	
豆乳	
食用植物油	
還元麦芽糖	
ココアパウダー	
膨張剤	
乳酸カルシウム	
でん粉	
加工でん粉	
セルロース	
食塩	
増粘多糖類	
食用精製加工油脂	
コーンスターチ	
乳化剤	
クエン酸鉄ナトリウム	
水	

⑨ オムレットケーキ

原材料	アレルゲン
鶏卵	卵
砂糖	乳
小麦粉	小麦
乳等を主要原料とする食品	大豆
生クリーム	
カスタードクリーム (牛乳、 砂糖、 卵黄、 その他)	
植物油	
油脂加工食品 (水飴、植物油)	
水飴	
もち粉	
でん粉	
加工デンプン	
乳化剤	
増粘多糖類	
酒精	
香料	
pH調整剤	
ぶどう糖	

平成30年12月21日(金) 学校給食献立表

献立名	配合表	食品名	1人当たり予定可食量(g)	
			小学校	中学校
麦ごはん		精白米	70.00	90.00
		強化米	0.21	0.27
		おおむぎ米粒麦	7.00	9.00
さばのゆずみそ煮	①	さばのゆずみそ煮	40.00	50.00
かぼちゃのそぼろ煮		かぼちゃ	25.00	32.50
		にんじん	8.00	10.40
		たまねぎ	10.00	13.00
		鶏肉	8.00	10.40
		サラダ油	0.30	0.39
		三温糖	1.00	1.30
		② こいくちしょうゆ	2.50	3.25
		食塩	0.10	0.13
		清酒	0.50	0.65
		じゃがいもでん粉	0.40	0.52
	和風だし	0.10	0.13	
里芋のみそ汁	③	木綿豆腐	30.00	39.00
		さといも	20.00	26.00
		たまねぎ	20.00	26.00
		にんじん	10.00	13.00
	④	油揚げ	5.00	6.50
		カットわかめ	0.40	0.52
		葉ねぎ	5.00	6.50
	⑤	合わせみそ	11.00	14.30
		だしiriこ	2.00	2.60
	だしこんぶ	0.10	0.13	
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00

原材料配合表

① さばのゆずみそ煮

原材料	アレルゲン
さば (まさば、ごまさば)	さば 大豆
砂糖	
みそ	
本みりん	
ゆずペースト	
米粉	
食塩	
水	

② こいくちしょうゆ

原材料	アレルゲン
脱脂加工大豆	大豆
小麦	小麦
食塩	
アミノ酸液	
砂糖	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
甘味料 (甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

③ 木綿豆腐

原材料	アレルゲン
丸大豆	大豆
凝固剤	
消泡剤	

④ 油揚げ

原材料	アレルゲン
大豆	大豆
植物油	
凝固剤	
消泡剤	

⑤ 合わせみそ

原材料	アレルゲン
米	大豆
大豆	
大麦	
食塩	