

平成29年3月アレルギー特定原材料一覧表

※厚生労働省より表示義務および奨励されている特定原材料を表記

日	献立名・料理名	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	いか	いくら	オレシ	キウイフルーツ	牛肉	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	ゴマ
1水	ポークチャップ(汁物)	●			●							●				●	●									
	ポークチャップ(おかず)	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△
	マカロニソテー	●		●												●	●									
	野菜サラダ	●															●									
	かぼちゃのシナモン風				●																					
2水	カレーライス	●			●											●	●	●				●	●	●	●	●
	鶏肉のからあげ	●	△	△	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△
	ほうれん草と油揚げの炒めもの	●				●										●										
	カラフルピクルス	●														●										
	みかん																									
3金	すまし汁	●														●										
	鯨の竜田揚げ	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△
	おぼろ豆腐	●														●										
	菜の花の和え物	●							●							●									●	
	みたらし団子	●														●										
6月	かきたま汁	●	●													●										
	ぶりの照り焼き	●	●													●										
	桜えびの炒めもの	●		●	●											●										
	杏仁フルーツ				●													●								
	白菜の柚子ポン酢	●														●										
7火	とんかつ	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△
	うずら卵と野菜のうま煮	●	●													●	●									
	ブロッコリーのソナマヨ和え			●												●									●	
	れんこんチップス	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△
9水	鮭の香味ソース	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△
	ポテトサラダ	●	●													●						●				
	ひじきのソテー	●														●	●									
	いんげんのゴマ和え	●														●									●	
10金	照り焼きハンバーグ	●														●	●	●							●	
	金平ごぼう	●														●									●	
	白菜のお浸し	●														●										
	じゃこ豆	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△
13木	とり天	●	△	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△
	厚揚げチャンプルー	●														●									●	
	れんこんの梅肉風味	●														●										
	きのこのカレーソテー															●						●				

日	献立名・料理名	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	あわび	いか	いくら	オレシ	キウイフルーツ	牛肉	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	ゴマ
14火	アジフライのオニオンソース野菜添え	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●
	ポークビーンズ	●		●														●	●	●							
	こまつな和え物	●																●									
	パイン																										
15水	ポパイスープ	●		●														●	●	●							
	チキンのアングレス	●	△	△	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△
	パプリカサラダ	●		●														●	●					●			
	ジャーマンポテト	●																●		●							
	みたらし豆腐	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△
16木	他人丼(汁物)	●		●														●	●								
	かぼちゃとれんこんの天ぷら	●	△	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	
	野菜の胡麻ドレッシング	●		●														●	●	●				●	●		
	ミートボール	●		●											●			●	●	●				●			
	白菜のゆかり和え																	●	●	●							
17金	すき焼き	●												●				●									
	竹輪のチロリアン揚げ	●	△	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	
	はりはり和え	●																●									
	梅じゃこのふりかけ	●																								●	
21火	鶏肉とさつまいもの甘酢からめ	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●
	みそ大根	●																●									
	わかめの酢の物	●																●									
	カリカリゴボウ	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△
22水	ビーフシチュー	●		●										●				●	●	●							
	白身魚のサクサク揚げ	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	
	イタリアンスパゲティ	●																●	●								
	荳わかめのサラダ	●		●														●	●	●				●	●		
	コーンバター	●		●														●									
23木	ポークピカタ	●	●	●														●	●	●				●			
	エビとチンゲン菜の中華煮	●																●								●	
	大学いも	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	
	グレープフルーツ																										

～ 中学校給食摂取基準 ～

成分名	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛	レチノール	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量
単位	kcal	g	%	mg	mg	mg	mg	μg	mg	mg	mg	g	g
基準値	820	30	25~30	450	140	4.0	3.0	300	0.50	0.60	35	6.5	3.0未満

今月の一口メモ...

3月になると、少しずつ春らしく暖かい気候になってきます。しかし、季節の変わり目の時期でもあり、暖かくなったり寒くなったりと体調を崩しやすい季節でもありますので、規則正しい生活を心がけましょう。

また、平成28年度の給食も最後の月です。「卒業祝い」の献立が3月6日にあり、お祝いの赤飯や出世魚のぶりが献立メニューに入っています。卒業式までの献立はみんなに人気のあるものが多く登場しますので、給食の思い出も作ってもらいながら、さらなる飛躍と新たな一歩を踏み出していくことを期待しています。