明和県央高等学校　　2024年８月９月メニュー

日	曜日	献立名	食材	アレルギー	E：ｴﾈﾙｷﾞｰ P：ﾀﾝﾊﾟｸ質 F：脂質	アスリート	アスリート アレルギー
8月30日	金	和風ハンバーグ	鶏肉　（牛脂　豚脂）　玉葱　パン粉　卵　でんぷん　塩　牛乳　大根　ニンニク　しょうが　醤油　酒　みりん　砂糖 もやし　キャベツ　三色ピーマン	卵　小麦　乳　大豆	E：1055 P：32.1 F：32.5	大盛＋ウインナー （牛・豚・鶏）	卵　小麦　乳　大豆
		明太ポテサラ	明太子（たらこ）　ポテト　玉葱　むき枝豆　マヨネーズ	卵　大豆			
		味噌汁	卵　和風だし　合わせ味噌	卵　大豆			
9月2日	月	焼魚＆オムレツトマトバジルソース	さんま（ゼラチン）　卵　砂糖　大豆油　塩　酢　でんぷん　トマトソース　カットトマト　ケチャップ　バジル　オリーブ油 コンソメ　バター　塩　胡椒　スパゲッティー	卵　小麦　大豆　乳	E：924 P：28.1 F：27.2	大盛＋チキンカツ	卵　小麦　大豆
		キャベツのうま塩サラダ	キャベツ　きゅうり　水菜　炒りごま　塩　胡椒　中華だし　ごま油	小麦			
		味噌汁	木綿豆腐　和風だし　合わせ味噌	大豆			
9月3日	火	スタミナ豚丼	豚バラ　玉葱　にんにくの芽　人参　きくらげ　筍　もやし　中華だし　焼肉のたれ（りんご・ごま）　片栗粉　ごま油	小麦　大豆	E：732 P：21.2 F：12.6	大盛＋春巻き （鶏・ごま）	小麦　大豆
		きのこと大根のおかか和え	しいたけ　しめじ　えのき　大根　赤ピーマン　黄ピーマン　絹さや　花かつお　和風だし　醤油　砂糖	小麦　大豆			
		味噌汁	白菜　油揚げ　和風だし　合わせ味噌	大豆			
9月4日	水	カレーソース入りメンチカツ	鶏肉　玉葱　小麦粉　トマトペースト　砂糖　ウスターソース　塩　カレー粉　酢　チキンブイヨン粉　香辛料　牛脂　醤油 砂糖　赤ワイン　パン粉　小麦粉　穀粉　植物油　キャベツ	小麦　乳　大豆	E：1082 P：19.1 F：38.6	大盛＋水餃子 （豚・かきｴｷｽ）	小麦　大豆
		ひじきと根菜のゴマネーズ	ひじき　れんこん　ごぼう　人参　きゅうり　炒りごま　マヨネーズ	卵　大豆			
		中華スープ	卵　中華だし　塩　胡椒　ごま油	卵　小麦			
9月5日	木	ガーリックチキン	鶏もも　にんにく　しょうが　醤油　酒　みりん　ガーリックパウダー　もやし　大根　ニラ	小麦　大豆	E：896 P：35.8 F：19.6	大盛 ＋ スクランブルエッグ	卵　乳
		ナポリタンサラダ	スパゲッティー　玉葱　三色ピーマン　ハム　ケチャップ　塩　胡椒	卵　小麦　乳　大豆			
		コンソメスープ	ほうれん草　コンソメ　塩　胡椒	小麦　乳　大豆			
9月6日	金	豚肉と野菜の生姜焼き丼	豚バラ　青梗菜　もやし　玉葱　人参　きくらげ　中華だし　しょうが　醤油　酒　みりん　砂糖　片栗粉　ごま油	小麦　大豆	E：802 P：18.2 F：20.4	大盛 ＋カレーコロッケ （牛・豚・鶏）	小麦　乳　大豆
		レッドキャベツとコーンのサラダ	紫キャベツ　キャベツ　コーン　玉葱　塩　胡椒　白ドレッシング	卵　大豆			
		味噌汁	木綿豆腐　和風だし　合わせ味噌	大豆			
9月9日	月	大判かき揚げうどん	えび　玉葱　みつば　人参　小麦粉　卵　でんぷん　とうもろこし粉　塩　大豆油　うどん　和風だし　醤油　酒　みりん	エビ　卵　小麦　大豆	E：621 P：17.9 F：18.7	麺大盛 ＋ご飯 ＋温泉卵	卵
		野菜の塩昆布和え	大根　小松菜　ナス　きゅうり　キャベツ　人参　塩昆布　醤油　ごま油	小麦　大豆			
9月10日	火	豚肉と根菜の甘辛丼	豚バラ　ごぼう　人参　こんにゃく　玉葱　いんげん　しめじ　中華だし　醤油　みりん　砂糖 おろしにんにく　片栗粉　ごま油	小麦　大豆	E：833 P：22.9 F：15.4	大盛＋鶏すき煮	小麦　大豆
		彩り焼売（たけのこ・枝豆）	玉葱　キャベツ　たけのこ　枝豆　鶏肉　パン粉　でんぷん　たらすり身　砂糖　塩　小麦粉	小麦　乳　大豆			
		味噌汁	キャベツ　和風だし　合わせ味噌	大豆			
9月11日	水	コチュジャンチキン	鶏もも　コチュジャン　醤油　酒　砂糖　はちみつ　にんにく　フライドポテト	小麦　大豆	E：972 P：35.1 F：30.4	大盛 ＋ロールキャベツ （豚）	小麦　乳　大豆
		切干し大根サラダ	切干し大根　キャベツ　ハム　絹さや　玉葱　中華ドレッシング（ごま）　塩　胡椒	卵　小麦　大豆			
		中華スープ	卵　中華だし　塩　胡椒　醤油　ごま油	卵　小麦　大豆			
9月12日	木	スケソウダラのみそバター焼＆豆腐バーグ	スケソウダラ　味噌　砂糖　みりん　酒　バター 豆腐　玉葱　鶏肉　豚肉　でんぷん　砂糖　塩　みりん　香辛料　醤油　酒　炒りごま	小麦　乳　大豆	E：858 P：35.4 F：15.5	大盛 ＋ミートオムレツ （鶏・豚）	卵　小麦　乳　大豆
		アスパラとポテトのサラダ	アスパラ　ポテト　玉葱　人参　コーン　塩　胡椒　マヨネーズ	卵　大豆			
		味噌汁	ほうれん草　和風だし　合わせ味噌	大豆			
9月13日	金	中華丼	豚小間　シーフードミックス（あさり含む）　白菜　たけのこ　人参　きくらげ　青梗菜　もやし　中華だし　醤油　酒　砂糖 塩　胡椒　片栗粉　ごま油	エビ　小麦　大豆	E：788 P：22.4 F：17.3	大盛＋鶏照り	小麦　大豆
		餃子	キャベツ　玉葱　ニラ　ラード　豆腐　醤油　塩　かきエキス　小麦粉　でんぷん　植物油	小麦　大豆			
		中華スープ	木綿豆腐　和風だし　合わせ味噌	大豆			
9月17日	火	トマトとチーズのパスタ	スパゲッティー　玉葱　マッシュルーム　チーズ　ベーコン　トマトソース　ケチャップ　カットトマト　オリーブ油 パセリ粉	卵　小麦　乳　大豆	E：612 P：24.2 F：19.9	麺大盛 ＋シーフードサラダ （あさり含む）	エビ　卵　小麦　大豆
		ジャーマンポテト	ポテト　ウインナー　玉葱　バター　ムキ枝豆　コンソメ　塩　胡椒	卵　小麦　乳　大豆			
		コンソメスープ	ミックスベジタブル　コンソメ　塩　胡椒	小麦　乳　大豆			
9月18日	水	ハッシュドビーフ	牛バラ　玉葱　しめじ　塩　胡椒　小麦粉　赤ワイン　デミグラスソース　ケチャップ　中濃ソース　コンソメ　パセリ粉	小麦　乳　大豆	E：889 P：22.8 F：28.8	大盛＋ハムカツ （鶏・豚）	小麦　乳　大豆
		ブロッコリーと炒り卵のサラダ	ブロッコリー　卵　玉葱　塩　胡椒　マスタード　マヨネーズ	卵　大豆			
		味噌汁	ナス　油揚げ　和風だし　合わせ味噌	大豆			
9月19日	木	肉団子の甘酢煮＆ツナオムレツ	鶏肉　玉葱　卵　パン粉　醤油　チキンエキス調味料（ごま）　酢　醤油　砂糖　中華だし　片栗粉 卵　ツナ　砂糖　玉葱　大豆油　ドレッシング（りんご）　マヨネーズ　塩　醤油　酢　でんぷん	卵　小麦　乳　大豆	E：864 P：25.2 F：16.8	大盛＋塩焼きそば （ごま）	小麦　大豆
		五目野菜和え	キャベツ　きゅうり　もやし　人参　三色ピーマン　玉葱　和風ドレッシング	小麦　乳　大豆			
		味噌汁	卵　和風だし　合わせ味噌	卵　大豆			
9月20日	金	鶏肉の塩唐揚げ	鶏もも　塩　胡椒　塩だれ（ごま）　片栗粉　にんにく　しょうが　キャベツ	小麦　大豆	E：1053 P：32.5 F：40.1	大盛＋キムチ和え （ごま）	エビ　大豆
		マカロニサラダ	マカロニ　きゅうり　人参　玉葱　塩　胡椒　マヨネーズ	卵　小麦　大豆			
		中華スープ	ほうれん草　中華だし　塩　胡椒　醤油	小麦　大豆			
9月24日	火	冷しラーメン	中華麺　揚げ玉　わかめ　中華だし　昆布だし　めんつゆ	小麦　大豆	E：528 P：15.0 F：13.6	麺大盛 ＋ご飯 ＋牛肉コロッケ	小麦　乳　大豆
		メンマと野菜の中華和え	味付けメンマ　青梗菜　もやし　大根　人参　中華ドレッシング（ごま）	小麦　大豆			
9月25日	水	キーマカレー	豚ひき肉　玉葱　ミックスベジタブル　にんにく　しょうが　カレー粉　カレールウ（りんご　ごま）　ホールトマト　バター コンソメ	小麦　乳　大豆	E：813 P：20.4 F：21.8	大盛 ＋ふわふわ ベーコンエッグ	卵　乳　大豆
		きのこのマリネ	しいたけ　しめじ　エリンギ　えのき　玉葱　三色ピーマン　オリーブオイル　砂糖　酢　塩　胡椒	小麦			
		コンソメスープ	わかめ　コンソメ　塩　胡椒	小麦　乳　大豆			
9月26日	木	アブラカレイのネギ塩焼	アブラカレイ　植物油　塩　ローストガーリック　ガーリックパウダー　胡椒　にんにく　かつおエキス　チキンエキス あさつき　調味料（アミノ酸等）　<ごま含む>　キャベツ　人参　花かつお　和風だし　醤油　砂糖	小麦　乳　大豆	E：916 P：32.5 F：24.4	大盛 ＋皇のハンバーグ （鶏・豚）	大豆
		北海道産野菜コロッケ	じゃがいも　人参　玉葱　とうもろこし　砂糖　いんげん　パン粉　小麦粉　片栗粉　マーガリン　塩	小麦　乳　大豆			
		味噌汁	卵　和風だし　合わせ味噌	卵　大豆			
9月30日	月	卵チリ豆腐丼	卵　木綿豆腐　玉葱　にんにく　しょうが　ケチャップ　チリソース　豚ひき肉　グリンピース　片栗粉　ごま油	卵　小麦　大豆	E：842 P：27.5 F：21.5	大盛 ＋フィッシュフライ （たら）	小麦　大豆
		青梗菜のカニカマあん	青梗菜　カニカマ　玉葱　赤ピーマン　黄ピーマン　中華だし　塩　胡椒　醤油　片栗粉　ごま油	カニ　卵　小麦　大豆			
		味噌汁	大根　油揚げ　和風だし　合わせ味噌	大豆			

※加工食品については、製造工程において機械や器具などから

アレルゲンが混入（コンタミネーション）が起こる場合があります。コンタミネーションの記載はしておりません。

※材料などの都合によりメニューが変更になる場合がございます。その際はご了承ください。

※ご不明な点は給食職員までお願いいたします。

アレルゲンを含む食品　特定原材料　８品目　エビ　カニ　小麦　そば　卵　乳　落花生　くるみ

特定原材料に準ずるもの　大豆

㈲東京食品産業㈱