



令和3年度 小学校 学校給食献立表

9月

食物アレルギーの表示について

表示義務のある特定原材料7品目(卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに)を表示しています。
推奨21品目及び、その他のアレルギーについては別途加工食品の原材料配合割合一覧表でご確認ください。(原則としてそば・落花生は使用していません)

奈良市教育委員会 保健給食課 0742-34-4830

☆小学校はA班とB班に分け、ご飯・パンの組み合わせで市内同じ献立で、実施しています。班分けは下記の通りです。
A班 椿井・飛鳥・鼓阪・佐保・大宮・都跡・平城・鶴舞・登美ヶ丘
青和・右京・東登美ヶ丘・二名・西大寺北・平城西・大安寺西
神功・朱雀・鼓阪北・佐保台・佐保川・左京
B班 済美・大安寺・東市・辰市・明治・帯解・伏見・富雄南
富雄北・田原・柳生・興東・あやめ池・鳥見・六条・
富雄第三・三碓・済美南・伏見南・月ヶ瀬・都祁

日	献立名	食品名	1人分(g)	特定原材料7品目	日	献立名	食品名	1人分(g)	特定原材料7品目	日	献立名	食品名	1人分(g)	特定原材料7品目		
A1日(水)	げんりょうむぎごはん ぎゅうにゅう いわしのかんろに	こめ(奈良市産)	68		B1日(水)	パン ぎゅうにゅう	パン	1こ	小麦・乳	A2日(木)	パン ぎゅうにゅう	パン	1こ	小麦・乳		
		むぎ	12	乳			ぎゅうにゅう	1ぼん	乳			ぎゅうにゅう	1ぼん	乳		
		ぎゅうにゅう	1ぼん	小麦			ぶたミンチ	25				フランクフルトのケチャップあえ	ポークフランク(40g)	1ぼん		
きりぼしだいこんと ひじきのものに	いわしのかんろに(10g)	1き	小麦	ビーンズドライカレー	だいず	15		キャベツのソテー	トマトペースト	3						
	ひじき	1			あかぶどうしゅ	0.5			トマトケチャップ	3						
	きりぼしだいこん	5			しお	0.1			ウスターソース	0.3						
こうやどうふの みそしる	あぶらあげ	5		こふきいも	こしょう	0.02		クラムチャウダー	トンカツソース	0.4						
	ひらてん	5			おろしにんにく	0.1			さとう	0.2						
	にんじん	5			つちしょうが	0.3			きゃべつ	0.04						
A3日(金)	げんりょうむぎごはん ぎゅうにゅう	こめ(奈良市産)	68		A6日(月)	げんりょうむぎごはん ぎゅうにゅう	こめ(奈良市産)	68		A7日(火)	パン ぎゅうにゅう	パン	1こ	小麦・乳		
		むぎ	12	乳			ぎゅうにゅう	1ぼん	乳			ぎゅうにゅう	1ぼん	小麦		
		ぎゅうにゅう	1ぼん	小麦			やきちくわ(25g)	1ぼん				にくだんご	にくだんご	50		
ぶたじゃが	ぶたにく	15		がめに	あおのり	0.2		あまずあん	たまねぎ	30						
	さとう	1	小麦		てんぷらこ	3			にんじん	10						
	こいくちしょうゆ	1			みず	4.5			たけのこ	5						
B2日(木)	こまつなじゃこ	さけ	0.5		B6日(月)	キャベツのみそしる	あけあぶら	15		B8日(水)	とうがんのスープに	サラダあぶら	0.3			
		サラダあぶら	0.2				とりにく	15				ちゅうかスープ(ふんまつ)	0.3	小麦		
		じゃがいも	70				ごぼう	16				さとう	0.3			
A8日(水)	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ(奈良市産)	76.5		B10日(金)	パン ぎゅうにゅう	こめ(奈良市産)	68		A10日(金)	げんりょうむぎごはん ぎゅうにゅう	こめ(奈良市産)	68			
		むぎ	13.5	乳			ぎゅうにゅう	1ぼん	乳			ぎゅうにゅう	1ぼん	乳		
		ぎゅうにゅう	1ぼん	卵			やきちくわ(25g)	1ぼん				ぶたにく	30			
B7日(火)	キャベツのごまいため	たまご	50		かいそうサラダ	あおのり	0.2		B9日(木)	あおなのびたし	たまねぎ	10				
		かまぼこ	7			てんぷらこ	3				にんじん	20	小麦			
		あぶらあげ	7			みず	4.5				たけのこ	5				
A13日(月)	ごはん ぎゅうにゅう	たまねぎ	50		キャラメルクリーム	あけあぶら	15		A15日(水)	むぎごはん ぎゅうにゅう	こめ(奈良市産)	76.5				
		えのきたけ	7			とりにく	20				ぎゅうにゅう	1ぼん	乳			
		あおねぎ	3			ごぼう	16				ぶたにく	30				
B13日(月)	やまとまなの つみれじる	こいくちしょうゆ	3.5	小麦	ポテトサラダ	ごぼう	16		B14日(火)	ビビンバ	たまねぎ	20				
		うすくちしょうゆ	3.5	小麦		にんじん	15				さけ	0.6				
		さとう	2.5			じゃがいも	50				ガーリック	0.02				
A14日(火)	ハンバーグの ケチャップに	みりん	2		コンソメスープ	かたくりこ	1		B15日(水)	わかめスープ	ぜんまい	5				
		さけ	1			キャベツ	5				ほうれんそう	25				
		かたくりこ	1			たまねぎ	5				たまねぎ	20				
A15日(水)	むぎごはん ぎゅうにゅう	みりん	4		わかめスープ	ウスターソース	2		B16日(木)	だいこんキムチ	にんじん	10				
		さとう	1			なまクリーム	1				きりぼしだいこん	3				
		かたくりこ	1			みず	25				ごまあぶら	0.5				
B16日(木)	やまとまなの つみれじる	かつおぶし	0.5		コンソメスープ	みりん	25		B17日(金)	だいこんキムチ	さとう	2.5				
		しるごま	1			キャベツ	5				さとう	2.5				
		すりごま	1			じゃがいも	50				さとう	2.5				
A16日(木)	やまとまなの つみれじる	さけ	0.5		コンソメスープ	にんじん	5		B18日(土)	だいこんキムチ	こいくちしょうゆ	4				
		みりん	2			えだまめ	3				さけ	0.5				
		かたくりこ	1			ノンエッグマヨネーズ(10g)	1ふくら				こしょう	0.03				
B18日(土)	やまとまなの つみれじる	かつおぶし	0.5		コンソメスープ	ベークン	5		B19日(日)	だいこんキムチ	みず	110				
		しるごま	1			キャベツ	30				B20日(月)	だいこんキムチ	たまねぎ	30		
		すりごま	1			たまねぎ	30						たまねぎ	20		
A17日(金)	やまとまなの つみれじる	さけ	0.5		コンソメスープ	にんじん	10		B21日(火)	だいこんキムチ			さとう	0.2		
		みりん	1			ウスターソース	0.3				さけ	0.5				
		かたくりこ	1			こしょう	0.01				こしょう	0.03				
B21日(火)	やまとまなの つみれじる	かつおぶし	0.5		コンソメスープ	みず	110		B22日(水)	だいこんキムチ	みりん	120				
		しるごま	1			コンソメスープ	ベークン	5				B23日(木)	だいこんキムチ	さとう	120	
		すりごま	1				キャベツ	30						たまねぎ	12	小麦

