



令和5年度 小学校

学校給食献立表

7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8品目(卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ)を表示しています。
推奨20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・東登美ヶ丘・二名・西大寺北・平城西・大安寺西
ならやま・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8品目	日	献立名	食品名	1人分(g)	特定原材料8品目	日	献立名	食品名	1人分(g)	特定原材料8品目
A3日(月)	ごはん ちくわの やまとちゃあげ きりぼしだいのんにつけ	こめ(奈良市産)	90		A4日(火)	パン ぎゅうにゅう フルーツの ケチャップあえ キャベツの カレーソテー	パン	1こ	小麦・乳	A5日(水)	ごはん ぎゅうにゅう デジカルビ	こめ(奈良市産)	90	
		やきちくわ(50g)	1ぼん				ぎゅうにゅう	1ぼん	乳			ぎゅうにゅう	1ぼん	乳
B3日(月)	古都ならの日 じゃがいものみそしる	やまとちゃ	0.4	小麦	B5日(水)	コーンポタージュ	チキンフランク(40g)	1ぼん		B4日(火)	わかめスープ	こめ(奈良市産)	90	
		てんぷらこ	10				トマトペースト	3				ぶたにく	20	
A3日(月)	きりぼしだいのんにつけ	みず	12		B5日(水)	じゃがいものみそしる	トマトケチャップ	3		B4日(火)	わかめスープ	ごまあぶら	0.5	
		あげあぶら	7				ウスターソース	0.3				おろしにんにく	0.04	小麦
B3日(月)	じゃがいものみそしる	きりぼしだいのん	7		A6日(木)	パン ぎゅうにゅう にしのかんろに	さとう	0.2		A10日(月)	むぎごはん ぎゅうにゅう なつやさいカレー	ごまあぶら	0.5	
		サラダあぶら	0.5				キャベツ	0.4				おろしにんにく	0.08	
A3日(月)	じゃがいものみそしる	あぶらあげ	6		B5日(水)	たなばたじる	さとう	0.2		B10日(月)	なつやさいカレー	つちしょうが	0.3	
		ひらてん	5				コンソメ	0.4	小麦			おろしにんにく	0.15	
B3日(月)	じゃがいものみそしる	にんじん	5		A6日(木)	ポークビーンズ	こしょう	0.02		A10日(月)	なつやさいカレー	しお	0.02	
		さとう	3	小麦			ベーコン	0.2				あかぶどうしゅ	0.02	
A3日(月)	じゃがいものみそしる	こいくちしょうゆ	3	小麦	B5日(水)	たなばたじる	みりん	0.5	小麦	B10日(月)	なつやさいカレー	たまねぎ	40	
		うすくちしょうゆ	1	小麦			みそ	2				かぼちゃ	15	
B3日(月)	じゃがいものみそしる	みりん	1		A6日(木)	ポークビーンズ	かたくりこ	0.7	小麦	A10日(月)	なつやさいカレー	にんじん	10	
		うるめぶし	1				そうめん	6	小麦			じゃがいも	20	
A3日(月)	じゃがいものみそしる	みず	20		B5日(水)	たなばたじる	たまねぎ	20		B10日(月)	なつやさいカレー	じゃがいも	20	
		じゃがいも	30				たまねぎ	20				コーヤ	3	
B3日(月)	じゃがいものみそしる	たまねぎ	25		A6日(木)	ポークビーンズ	ほしがたかまぼこ	5		A10日(月)	なつやさいカレー	かぼちゃ	15	
		あぶらあげ	5				にんじん	5				にんじん	10	
A3日(月)	じゃがいものみそしる	にんじん	5		B5日(水)	たなばたじる	オクラ	3		B10日(月)	なつやさいカレー	じゃがいも	20	
		さとう	3	小麦			うるめぶし	3				コーヤ	3	
B3日(月)	じゃがいものみそしる	こいくちしょうゆ	3	小麦	A6日(木)	ポークビーンズ	だしこんぶ	0.2		A10日(月)	なつやさいカレー	かぼちゃ	15	
		うすくちしょうゆ	1	小麦			かたくりこ	0.7	小麦			にんじん	10	
A3日(月)	じゃがいものみそしる	みりん	1		B5日(水)	たなばたじる	うすくちしょうゆ	3.5	小麦	B10日(月)	なつやさいカレー	じゃがいも	20	
		うるめぶし	1				しお	0.1				コーヤ	3	
B3日(月)	じゃがいものみそしる	みず	20		A6日(木)	ポークビーンズ	みず	25		A10日(月)	なつやさいカレー	じゃがいも	20	
		じゃがいも	30				たまねぎ	2				たまねぎ	4	
A3日(月)	じゃがいものみそしる	じゃがいも	30		B5日(水)	たなばたじる	たまねぎ	2		B10日(月)	なつやさいカレー	じゃがいも	20	
		たまねぎ	25				たまねぎ	2				じゃがいも	20	
B3日(月)	じゃがいものみそしる	あぶらあげ	5		A6日(木)	ポークビーンズ	たまねぎ	2		A10日(月)	なつやさいカレー	じゃがいも	20	
		にんじん	5				たまねぎ	2				じゃがいも	20	
A3日(月)	じゃがいものみそしる	あおねぎ	3		B5日(水)	たなばたじる	たまねぎ	2		B10日(月)	なつやさいカレー	じゃがいも	20	
		うるめぶし	2.5				たまねぎ	2				じゃがいも	20	
B3日(月)	じゃがいものみそしる	だしこんぶ	0.5		A6日(木)	ポークビーンズ	たまねぎ	2		A10日(月)	なつやさいカレー	じゃがいも	20	
		うすくちしょうゆ	5	小麦			たまねぎ	2				じゃがいも	20	
A3日(月)	じゃがいものみそしる	こいくちしょうゆ	3	小麦	B5日(水)	たなばたじる	たまねぎ	2		B10日(月)	なつやさいカレー	じゃがいも	20	
		うすくちしょうゆ	1	小麦			たまねぎ	2				じゃがいも	20	
B3日(月)	じゃがいものみそしる	みりん	1		A6日(木)	ポークビーンズ	たまねぎ	2		A10日(月)	なつやさいカレー	じゃがいも	20	
		さとう	0.5				たまねぎ	2				じゃがいも	20	
A3日(月)	じゃがいものみそしる	しお	0.1		B5日(水)	たなばたじる	たまねぎ	2		B10日(月)	なつやさいカレー	じゃがいも	20	
		みず	120				たまねぎ	2				じゃがいも	20	
B3日(月)	じゃがいものみそしる	ちりめんじゃこ	5		A6日(木)	ポークビーンズ	たまねぎ	2		A10日(月)	なつやさいカレー	じゃがいも	20	
		キャベツ	25				たまねぎ	2				じゃがいも	20	
A3日(月)	じゃがいものみそしる	きざみたくあん	5		B5日(水)	たなばたじる	たまねぎ	2		B10日(月)	なつやさいカレー	じゃがいも	20	
		ごまあぶら	0.3				たまねぎ	2				じゃがいも	20	
B3日(月)	じゃがいものみそしる	さとう	0.5		A6日(木)	ポークビーンズ	たまねぎ	2		A10日(月)	なつやさいカレー	じゃがいも	20	
		みりん	1				たまねぎ	2				じゃがいも	20	
A3日(月)	じゃがいものみそしる	こいくちしょうゆ	1.2	小麦	B5日(水)	たなばたじる	たまねぎ	2		B10日(月)	なつやさいカレー	じゃがいも	20	
		みず	110				たまねぎ	2				じゃがいも	20	
B3日(月)	じゃがいものみそしる	ごぼう	25		A6日(木)	ポークビーンズ	たまねぎ	2		A10日(月)	なつやさいカレー	じゃがいも	20	
		こくもつす	25				たまねぎ	2				じゃがいも	20	
A3日(月)	じゃがいものみそしる	にんじん	10	小麦	B5日(水)	たなばたじる	たまねぎ	2		B10日(月)	なつやさいカレー	じゃがいも	20	
		ごまドレッシング	8	小麦			たまねぎ	2				じゃがいも	20	
B3日(月)	じゃがいものみそしる	ごぼう	25		A6日(木)	ポークビーンズ	たまねぎ	2		A10日(月)	なつやさいカレー	じゃがいも	20	
		にんじん	10	小麦			たまねぎ	2				じゃがいも	20	
A3日(月)	じゃがいものみそしる	ごぼう	25		B5日(水)	たなばたじる	たまねぎ	2		B10日(月)	なつやさいカレー	じゃがいも	20	
		にんじん	10	小麦			たまねぎ	2				じゃがいも	20	
B3日(月)	じゃがいものみそしる	ごぼう	25		A6日(木)	ポークビーンズ	たまねぎ	2		A10日(月)	なつやさいカレー	じゃがいも	20	
		にんじん	10	小麦			たまねぎ	2				じゃがいも	20	

A14日(金)
愛知県
食育の日

B13日(木)
ちりめんキャベツ

