



令和6年度 小学校

学校給食献立表

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
A2日(月)	ごはん ぎゅうにゅう いわしのかんろに きりぼしだいこんの につけ	こめ (奈良市産)	80	乳 小麦	A3日(火)	パン ぎゅうにゅう ポークビーンズ グリーンサラダ ぼうソーセージ	パン	1こ	小麦・乳 乳	A4日(水)	ごはん ぎゅうにゅう ぶたじゃが ピーマンと ゴーヤのいりに フルーツキャロットゼリー	こめ (奈良市産)	80	乳 小麦 小麦
		ぎゅうにゅう	1ぼん				ぎゅうにゅう	1ぼん				ぎゅうにゅう	1ぼん	
		いわしのかんろに (30g)	1び				ぶたにく	25				ぶたにく	25	
		きりぼしだいこん	6				サラダあぶら	0.3				サラダあぶら	0.2	
		サラダあぶら	0.5				あかぶどうしゅ	1				さとう	1	
		あぶらあげ	6				しお	0.1				こいくちしょうゆ	1	
		ひらてん	6				こしょう	0.03				さけ	0.5	
		にんじん	5				ガーリック	0.03				じゃがいも	70	
		さとう	3				たまねぎ	45				たまねぎ	50	
		こいくちしょうゆ	3				にんじん	15				にんじん	20	
うすくちしょうゆ	1	じゃがいも	50	いとこんにゃく	30									
みりん	1	だいず	20	さとう	2									
うるめがし	1	コンソメ	1.2	みりん	1									
みず	20	トマトピューレ	5	こいくちしょうゆ	4									
じゃがいも	30	パプリカ	0.03	うすくちしょうゆ	1									
たまねぎ	25	ローリエ	0.01	しお	0.1									
あぶらあげ	6	こむぎこ	3	みず	20									
ほしわかめ	0.3	バター	3	ピーマン	8									
あおねぎ	3	さとう	0.5	ゴーヤ	5									
うるめがし	3.3	ゆ	20	ひじき	1									
みそ	7	ウスターソース	2	ちりめんじゃこ	3									
しろみそ	1	トマトケチャップ	10	しろごま	1									
みず	110	なまクリーム	1	ごまあぶら	0.3									
		みず	25	さとう	1.3									
		キャベツ	35	みりん	1									
		きゅうり	5	こいくちしょうゆ	2									
		にんじん	5	フルーツキャロットゼリー (50g)	1こ									
		ナムルドレッシング	7											
		ぼうソーセージ (20g)	1ぼん											
B2日(月)	じゃがいものみそしる ならのはちみつだいず	こめ (奈良市産)	80	小麦・乳 乳 小麦	A6日(金)	ごはん ぎゅうにゅう コーンしゅうまい ぶたキムチいため かきたまスープ	こめ (奈良市産)	80	小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 卵 小麦 小麦	A9日(月)	ごはん かれいのからあげ かしわとならなすのてりに  古都ならの日 ふのみそしる なっとう	こめ (奈良市産)	80	1きれ 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦
		ぎゅうにゅう	1ぼん				ぎゅうにゅう	1ぼん				かれいのからあげ (40g)	1きれ	
		かぼちゃひきにくフライ	1こ				ぶたにく	25				あげあぶら		
		あげあぶら					つちしょうが	0.3				とりにく	40	
		まぐろあぶらづけ	5				ごまあぶら	0.5				サラダあぶら	0.8	
		マカロニ	4				こいくちしょうゆ	1				さけ	1	
		エリンギ	12				さけ	1				なす	20	
		にんじん	10				たまねぎ	25				にんじん	15	
		こまつな	12				にんじん	10				さとう	1.7	
		ノンエッグマヨネーズ	4				キャベツ	20				こいくちしょうゆ	2.2	
しお	0.02	はくさいキムチ	10	みりん	1									
こしょう	0.03	さとう	0.5	かたくりこ	0.5									
こいくちしょうゆ	0.3	こいくちしょうゆ	0.5	みず	5									
うすくちしょうゆ	0.2	ちゅうかスープ(ふんまつ)	0.5	ふ (しるものよう)	0.8									
コンソメ	0.2	コチジャン	0.5	あぶらあげ	6									
ベーコン	5	みりん	1	たまねぎ	30									
じゃがいも	30	かたくりこ	0.5	にんじん	5									
たまねぎ	25	ベーコン	5	ほしわかめ	0.3									
にんじん	10	とうふ	20	あおねぎ	3									
コンソメ	1.6	たまねぎ	20	うるめがし	3.6									
うすくちしょうゆ	0.3	あおねぎ	3	みそ	8									
こしょう	0.01	たまご	25	しろみそ	1									
みず	110	ちゅうかスープ(ふんまつ)	1.7	みず	120									
		しお	0.05											
		さけ	0.5											
		こいくちしょうゆ	0.5											
		かたくりこ	0.5											
		みず	110											
A5日(木)	かぼちゃひきにくフライ エリンギの マヨネーズいため コンソメスープ	パン	1こ	小麦・乳 乳 小麦	A6日(金)	ごはん ぎゅうにゅう コーンしゅうまい ぶたキムチいため かきたまスープ	こめ (奈良市産)	80	小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 卵 小麦 小麦	A9日(月)	ごはん かれいのからあげ かしわとならなすのてりに  古都ならの日 ふのみそしる なっとう	こめ (奈良市産)	80	1きれ 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦
		ぎゅうにゅう	1ぼん				ぎゅうにゅう	1ぼん				かれいのからあげ (40g)	1きれ	
		かぼちゃひきにくフライ (60g)	1こ				ぶたにく	25				あげあぶら		
		あげあぶら					つちしょうが	0.3				とりにく	40	
		まぐろあぶらづけ	5				ごまあぶら	0.5				サラダあぶら	0.8	
		マカロニ	4				こいくちしょうゆ	1				さけ	1	
		エリンギ	12				さけ	1				なす	20	
		にんじん	10				たまねぎ	25				にんじん	15	
		こまつな	12				にんじん	10				さとう	1.7	
		ノンエッグマヨネーズ	4				キャベツ	20				こいくちしょうゆ	2.2	
しお	0.02	はくさいキムチ	10	みりん	1									
こしょう	0.03	さとう	0.5	かたくりこ	0.5									
こいくちしょうゆ	0.3	ちゅうかスープ(ふんまつ)	0.5	みず	5									
うすくちしょうゆ	0.2	コチジャン	0.5	ふ (しるものよう)	0.8									
コンソメ	0.2	みりん	1	あぶらあげ	6									
ベーコン	5	かたくりこ	0.5	たまねぎ	30									
じゃがいも	30	ベーコン	5	にんじん	5									
たまねぎ	25	とうふ	20	ほしわかめ	0.3									
にんじん	10	たまねぎ	20	あおねぎ	3									
コンソメ	1.6	あおねぎ	3	うるめがし	3.6									
うすくちしょうゆ	0.3	たまご	25	みそ	8									
こしょう	0.01	ちゅうかスープ(ふんまつ)	1.7	しろみそ	1									
みず	110	しお	0.05	みず	120									
		さけ	0.5											
		こいくちしょうゆ	0.5											
		かたくりこ	0.5											
		みず	110											
A10日(火)	パン ぎゅうにゅう デジタルビ とうがんのスープ いちごとりんごのジャム	パン	1こ	小麦・乳 乳 小麦	A11日(水)	げんりょうごはん ぎゅうにゅう かやくうどん きんぴらごぼう のりふりかけ	こめ (奈良市産)	70	乳 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦	A12日(木)	パン ぎゅうにゅう あげぎょうざ チンゲンサイのソテー もずくスープ キャンディチーズ	パン	1こ	小麦・乳 乳 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 乳
		ぎゅうにゅう	1ぼん				ぎゅうにゅう	1ぼん				ぎゅうにゅう	1ぼん	
		ぶたにく	25				ぎょうざ (1こ17g)	2こ						
		ごまあぶら	0.5				あげあぶら							
		おろしにんにく	0.04				ベーコン	3						
		こいくちしょうゆ	1				キャベツ	30						
		さけ	0.5				チンゲンサイ	20						
		しお	0.03				ちゅうかスープ(ふんまつ)	0.5						
		トッポギ	20				うすくちしょうゆ	0.3						
		キャベツ	35				かたくりこ	0.3						
たまねぎ	20	ぶたにく	10											
にんじん	10	サラダあぶら	0.3											
にら	3	もずく	10											
はくさいキムチ	4	とうふ	30											
ちゅうかスープ(ふんまつ)	0.2	たまねぎ	15											
さとう	0.8	あおねぎ	3											
みりん	0.3	ちゅうかスープ(ふんまつ)	1.7											
みそ	2	こいくちしょうゆ	0.3											
あかみそ	0.5	さけ	0.5											
コチジャン	0.2	こしょう	0.03											
ベーコン	5	みず	110											
はるさめ	5													
とうがん	30													
たまねぎ	15													
あおねぎ	3													
ちゅうかスープ(ふんまつ)	1.7													
こいくちしょうゆ	0.3													
さけ	0.5													
みず	110													
いちごとりんごのジャム (15g)	1ふくら													
A13日(金)	ごはん ぎゅうにゅう ポークカレー ポイルサラダ とうにゅうパンナコッタ	こめ (奈良市産)	80	乳 小麦 小麦 小麦 乳 小麦 乳	A17日(火)	パン ぎゅうにゅう ハンバーグのケチャップに ごぼうサラダ えだまめのポタージュ つきみだんご	パン	1こ	小麦・乳 乳 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 乳 乳 乳	A18日(水)	ごはん ぎゅうにゅう ししゃもフライ さといものそばろに とうふのみそしる	こめ (奈良市産)	80	乳 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦
		ぎゅうにゅう	1ぼん				ぎゅうにゅう	1ぼん				ぎゅうにゅう	1ぼん	
		ぶたにく	20				ししゃもフライ (1び20g)	2び						
		つちしょうが	0.3				あげあぶら							
		おろしにんにく	0.08				ぶたミンチ	15						
		しお	0.05				さといも	30						
		こしょう	0.02				にんじん	10						
		あかぶどうしゅ	1				さやいんげん	5						
		サラダあぶら	0.3				つちしょうが	1						
		じゃがいも	50				さとう	1.8						
たまねぎ	45	さけ	1											
にんじん	20	こいくちしょうゆ	2.5											
カレー	0.9	みりん	1.5											
りんごピューレ	4	かたくりこ	0.5											
トマトピューレ	8	みず	20											
コンソメ	1.5	とうふ	30											
チャツネ	1	あぶらあげ	6											
だっしふんにゅう	3	たまねぎ	15											
かくチーズ	4	あおねぎ	3											
バター	4	ほしわかめ	0.5											
こむぎこ	4	うるめがし	3.3											
さとう	0.3	みそ	7											
ゆ	40	しろみそ	1											
トマトケチャップ	2	みず	110											
こいくちしょうゆ	0.8													
ウスターソース	2.5													
ヨーグルト (むとう)	2													
みず	30													
キャベツ	30													
にんじん	10													
ホールコーン	10													
ノンエッグマヨネーズ (10g)	1ふくら													
とうにゅうパンナコッタ (いちごソース) (40g)	1こ													
B12日(木)	ポイルサラダ とうにゅうパンナコッタ	こめ (奈良市産)	80	小麦 小麦 小麦 小麦 乳 乳 乳	B18日(水)	えだまめのポタージュ つきみだんご	こめ (奈良市産)	80	小麦 小麦 小麦 小麦 乳 乳 乳	B17日(火)	ごはん ぎゅうにゅう ししゃもフライ さといものそばろに とうふのみそしる	こめ (奈良市産)	80	乳 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦
		ぎゅうにゅう	1ぼん				ぎゅうにゅう	1ぼん				ぎゅうにゅう	1ぼん	
		ぶたにく	20				ししゃもフライ (1び20g)	2び						
		つちしょうが	0.3				あげあぶら							
		おろしにんにく	0.08				ぶたミンチ	15						
		しお	0.05				さといも	30						
		こしょう	0.02				にんじん	10						
		あかぶどうしゅ	1				さやいんげん	5						
		サラダあぶら	0.3				つちしょうが	1						
		じゃがいも	50				さとう	1.8						
たまねぎ	45	さけ	1											
にんじん	20	こいくちしょうゆ	2.5											
カレー	0.9	みりん	1.5											
りんごピューレ	4	かたくりこ	0.5											
トマトピューレ	8	みず	20											
コンソメ	1.5	とうふ	30											
チャツネ	1	あぶらあげ	6											
だっしふんにゅう	3	たまねぎ	15											
かくチーズ	4	あおねぎ	3											
バター	4	ほしわかめ	0.5											
こむぎこ	4	うるめがし	3.3											
さとう	0.3	みそ	7											
ゆ	40	しろみそ	1											
トマトケチャップ	2	みず	110											
こいくちしょうゆ	0.8													
ウスターソース	2.5													
ヨーグルト (むとう)	2													
みず	30													
キャベツ	30													
にんじん	10													
ホールコーン	10													
ノンエッグマヨネーズ (10g)	1ふくら													
とうにゅうパンナコッタ (いちごソース) (40g)	1こ													

