

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
A1日(火)	パン ぎゅうにゅう	パン ぎゅうにゅう ぶたにく しょうゆ しょうゆ ガーリック あかぶどうしゅ サラダあぶら じゃがいも たまねぎ にんじん コンソメ こむぎこ バター	1こ 1ぼん 20 0.1 0.03 0.03 1 0.3 50 45 10 1.5 4 30	小麦・乳	A2日(水)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ (奈良市産) ぎゅうにゅう ぶたにく ごまあぶら つちしょうが おろしにんにく たまねぎ にんじん こいくちしょうゆ さとう みりん りんごピューレ かたくりこ じゃがいも ひじき あぶらあげ サラダあぶら うるめぶし さとう みりん こいくちしょうゆ みず	80 1ぼん 30 0.5 0.8 0.05 20 10 3.5 1.3 1 2.5 0.3 20 2 0.3 1 2.5 0.5 3 10 10 6	乳	A3日(木)	パン ぎゅうにゅう にくだんご	パン ぎゅうにゅう にくだんご (1こ25g) ベーコン たまねぎ にんじん えのきたけ はくさい チンゲンサイ あおねぎ ちゅうかスープ(ふんまつ) しお みず	1こ 1ぼん 2こ 6 15 5 8 40 10 3 1.7 0.05 110	小麦・乳 乳 小麦
	B2日(水)	ブラウンシチュー	じゃがいも たまねぎ にんじん コンソメ こむぎこ バター ゆず さとう トマトピューレ トマトケチャップ ウスターソース だっしふんにゅう パプリカ なまクリーム みず ベーコン キャベツ にんじん コンソメ こしょう しお うすくちしょうゆ パインアップル マスカットゼリー みかんゼリー なしゼリー	0.03 1 35 5 45 5 0.3 0.03 0.1 0.3 15 15 15 15		小麦 乳	B1日(火)	じゃがいもと ひじきのものにもの	さとう みりん こいくちしょうゆ みず とりにく あぶらあげ だいこん にんじん あおねぎこ もちこ みず うるめぶし うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん さけ みず		10 3 3.3 3.2 0.5 1 110	小麦 小麦	B4日(金)	ごもくスープ
B2日(水)		キャベツのソテー	キャベツ にんじん コンソメ こしょう しお うすくちしょうゆ パインアップル マスカットゼリー みかんゼリー なしゼリー	45 5 0.3 0.03 0.1 0.3 15 15 15 15	小麦	B1日(火)		すいとんじる	すいとん うどん とりにく あぶらあげ だいこん にんじん あおねぎ こむぎこ もちこ みず うるめぶし うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん さけ みず	10 5 10 3 7 5 10 3.3 3.2 0.5 1 110	小麦	B4日(金)		だいがくいも
	B2日(水)	フルーツミックスゼリー	フルーツミックス ゼリー	15 15	乳		B1日(火)	すいとんじる	すいとん うどん とりにく あぶらあげ だいこん にんじん あおねぎ こむぎこ もちこ みず うるめぶし うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん さけ みず	10 5 10 3 7 5 10 3.3 3.2 0.5 1 110	小麦		B4日(金)	だいがくいも
A4日(金)		ごはん ぎゅうにゅう	こめ (奈良市産) ぎゅうにゅう まぐろのしょうがに つちしょうが さとう こいくちしょうゆ みりん きりぼしだいこん サラダあぶら あぶらあげ ひらてん にんじん さとう こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ みりん うるめぶし みず とうふ あぶらあげ ごぼう にんじん つきこんにゃく あおねぎ うるめぶし みそ しろみそ あかみそ ねりごま みず	80 1ぼん 40 0.26 1 1 0.5 7 0.5 5 5 5 3 3 1 1 20 1 25 5 5 10 10 3 3.3 6 1 1 4 110	乳 小麦	A7日(月)		ごはん ぎゅうにゅう	こめ (奈良市産) ぎゅうにゅう ぶたにく サラダあぶら たまねぎ にんじん こめず こいくちしょうゆ さとう かたくりこ じゃがいも たまねぎ あぶらあげ ほしわかめ あおねぎ うるめぶし みそ しろみそ みず あさり つちしょうが こんぶ さとう こいくちしょうゆ たまりしょうゆ みりん さけ みず	80 1ぼん 30 0.5 25 15 3 3 4.7 0.3 30 6 0.3 3 3.3 7 1 110 20 0.6 0.04 1.2 0.8 0.8 1.6 0.8	乳 小麦	A8日(火)		ちいさいパン ぎゅうにゅう
	B3日(木)	きりぼしだいこんのにつけ	きりぼしだいこん サラダあぶら あぶらあげ ひらてん にんじん さとう こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ みりん うるめぶし みず とうふ あぶらあげ ごぼう にんじん つきこんにゃく あおねぎ うるめぶし みそ しろみそ あかみそ ねりごま みず	0.03 0.1 0.3 0.03 0.1 0.3 15 15 15 15	小麦		B7日(月)	じゃがいものみそしる	さとう みりん こいくちしょうゆ みず とりにく あぶらあげ だいこん にんじん あおねぎ こむぎこ もちこ みず うるめぶし うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん さけ みず	10 3 3.3 3.2 0.5 1 110 20 0.6 0.04 1.2 0.8 0.8 1.6 0.8	小麦		B9日(水)	ごぼうサラダ
B3日(木)		りきゅうじる	りきゅう じる	15 15	乳	B7日(月)		じゃがいものみそしる	さとう みりん こいくちしょうゆ みず とりにく あぶらあげ だいこん にんじん あおねぎ こむぎこ もちこ みず うるめぶし うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん さけ みず	10 3 3.3 3.2 0.5 1 110 20 0.6 0.04 1.2 0.8 0.8 1.6 0.8	小麦	B9日(水)		ごぼうサラダ
	A9日(水)	ごはん ぎゅうにゅう	こめ (奈良市産) ぎゅうにゅう ぶたにく ごまあぶら さけ ガーリック たまねぎ ほうれんそう にんじん きりぼしだいこん さとう みりん こいくちしょうゆ かたくりこ しろごま すりごま いちみとうがらし コチジャン トック ベーコン とうふ キャベツ にんじん にら ちゅうかスープ(ふんまつ) しお みず	80 1ぼん 30 0.5 0.6 0.02 25 20 10 3 2.5 1 4 0.3 0.8 0.8 0.01 0.4 15 5 25 20 5 3 1.6 0.05 110 12	乳		A10日(木)	パン ぎゅうにゅう	パン ぎゅうにゅう チキンメンチカツ (50g) あげあぶら キャベツ トンカツソース ウスターソース ベーコン たまご たまねぎ にんじん あおねぎ コンソメ うすくちしょうゆ こしょう かたくりこ みず	1こ 1ぼん 1こ 1こ 40 2 1 5 30 20 5 3 1.6 0.5 0.03 0.5 120 1こ	小麦・乳 乳 小麦		A11日(金)	いわしのさっぱり
B8日(火)		トックスープ	トックスープ (ふんまつ)	1.6	小麦	B11日(金)		かきたまスープ	かきたま スープ	1.6	小麦	B10日(木)		とうふのみそしる
	B8日(火)	だいこんキムチ	だいこん キムチ	12	小麦		B11日(金)	ミニりんごゼリー	ミニりんご ゼリー (23g)	1こ	小麦		B10日(木)	とうふのみそしる
A15日(火)		パン ぎゅうにゅう	パン ぎゅうにゅう ぶたにく サラダあぶら たまねぎ しめじ トマトケチャップ さとう トンカツソース しお キャベツ かいそうミックス にんじん ゆずしょうゆドレッシング ベーコン あさり しろぶどうしゅ じゃがいも たまねぎ にんじん ホールコーン クリームコーン しろういんげんまめ(うらごし) コンソメ しお こしょう じょうしんこ だっしふんにゅう ぎゅうにゅう バター みず	1こ 1ぼん 30 0.5 35 5 6 0.8 1.5 0.05 40 0.4 5 7 5 10 0.5 30 20 10 10 10 18 1.5 0.1 0.03 1 3 40 0.5 30 1こ	小麦・乳 乳	A16日(水)		げんりょうごはん ぎゅうにゅう	こめ (奈良市産) ぎゅうにゅう うどん とりにく あぶらあげ はくさい たまねぎ にんじん しめじ あおねぎ うるめぶし だしこんぶ うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん さけ しお かたくりこ みず やきちくわ (25g) てんぷらこ みず あげあぶら ごぼう しお てんぷらこ みず あげあぶら	70 1ぼん 60 15 10 30 20 5 5 5 3 2 0.5 5 2 0.5 5 2 1 0.1 2 110 1ぼん 3 4.5 23 0.08 3.2 3.2 1ふくら	乳 小麦 小麦 小麦	A17日(木)		パン ぎゅうにゅう
	B16日(水)	クラムチャウダー	クラム チャウダー	1こ	小麦		B15日(火)	ちくわのてんぷら	ちくわ のてんぷら	1こ	小麦		B18日(金)	もちむぎミネストローネ
B16日(水)		やまとちゃカップケーキ	やまとちゃ カップケーキ (30g)	1こ	小麦	B15日(火)		のりのつくだに	のり のつくだに (10g)	1ふくら	小麦	B18日(金)		もちむぎミネストローネ

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
A18日(金)	ごはん ぎゅうにゅう だしまきたまご かぼちゃのそぼろに	こめ (奈良市産)	80	乳 卵 小麦	A21日(月)	ごはん ぎゅうにゅう きびなごの ゆずじょうゆあえ ぐるに 高知県 食育の日  わかめのみそしる	こめ (奈良市産)	80	乳 小麦 小麦 小麦	A22日(火)	パン ぎゅうにゅう フランクフルトの ケチャップあえ スープに キャンディチーズ	パン	1こ	小麦・乳 乳 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	
		だしまきたまご (50g)	1こ				きびなご (でんぶんつき)	35				チキンフランク (40g)	1ぼん	
		ぶたミンチ	20				あげあぶら	1.5				トマトペースト	3	
		かぼちゃ	30				ゆずかじゅう	2				トマトケチャップ	3	
		にんじん	15				さとう	2				ウスターソース	0.3	
		つちしょうが	1				こいくちしょうゆ	2				トンカツソース	0.4	
		さとう	1.8				みず	1.3				さとう	0.2	
		さけ	1				だいこん	15				ようがらし	0.04	
		こいくちしょうゆ	2.5				さといも	10				ぶたにく	20	
みりん	1.5	にんじん	10	にんじん	20									
かたくりこ	0.5	ごぼう	10	たまねぎ	40									
みず	20	こんにゃく	10	じゃがいも	50									
B17日(木)	キャベツのみそしる アセロラゼリー	キャベツ	25	小麦 小麦	B23日(水)	アセロラゼリー (40g)	アセロラゼリー	1こ	小麦 小麦 乳					
		あぶらあげ	5				セロリ	2						
		たまねぎ	20				サラダあぶら	0.3						
		にんじん	5				コンソメ	1.3						
		あおねぎ	3				こしょう	0.02						
		うるめぶし	3.3				うすくちしょうゆ	0.2						
		みそ	7				みず	40						
		しろみそ	1				キャンディチーズ(1こ5g)	2こ						
		みず	110											
			1こ											