

学校給食献立表

2月



食物アレルギーの表示について

奈良市教育委員会 保健給食課 0742-34-4830

特定原材料(8品目)および特定原材料に準ずるもの(20品目)を記載しています。(原則としてそば・落花生・くるみは使用していません。)

コンタミネーションおよびその他の注意喚起については別途「加工食品配合割合表」をご確認ください。

<特定原材料8品目>

卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ

<特定原材料に準ずるもの20品目>

アーモンド・あわび・いか・いくら・オレンジ・カシューなツツ・キウイフルーツ・牛肉・ごま・さけ・さば・ゼラチン・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・マカダミアナツツ・もも・やまいも・りんご

☆小学校はA班とB班に分け、ごはん・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・鼓版・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・朱雀・鼓阪北・佐保台・佐保川・左京・ならやま

B班 月ヶ瀬・都祁・田原・富雄第三・済美・大安寺・東市・辰市・明治・常解・伏見・富雄南・富雄北・柳生・興東・あやめ池・鳥見・六条・三碓・済美南・伏見南

日	献立名	食品名	1人分(g)	アレルゲン	日	献立名	食品名	1人分(g)	アレルゲン	日	献立名	食品名	1人分(g)	アレルゲン	
A 2 日 (月)	ごはん	ごめ(奈良市産)	80		A 3 日 (火)	パン	パン(低81g・高95g)	1こ	小麦・乳・大豆	A 4 日 (水)	ごはん	ごめ(奈良市産)	80		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう(200ml)	1ぼん	乳		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう(200ml)	1ぼん	乳		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう(200ml)	1ぼん	乳	
	いわしのしょうがに	いわし(35g)	1び			かぼちゃひきにくフライ	かぼちゃひきにくフライ(60g)	1こ	小麦・大豆・豚肉・りんご		だしまきたまご	だしまきたまご(50g)	1さり	卵	
	さとう	ちちょうが	1.2			あげあぶら		40			ふたじやか	ふたじやか	30	豚肉	
	みりん	こいくちょうゆ	3	小麦・大豆		キヤベツ		10			サラダあぶら	サラダあぶら	0.2		
	さけ	さとう	3			にんじん					さとう	さとう	1		
	みず	みりん	2			ノンエッグマヨネーズ(10g)	1ふくろ	大豆			こいくちょうゆ	こいくちょうゆ	1	小麦・大豆	
	キャベツのごまいため	キャベツ	15			コーンスープ	ベーコン	4	豚肉		さけ	じがいも	0.5		
	さとう	にんじん	30				たまねぎ	40			じゃがいも	じゃがいも	70		
	みりん	サラダあぶら	5				にんじん	10			たまねぎ	たまねぎ	45		
B 2 日 (月)	うすくちょうゆ	みりん	0.4				じゃがいも	10			にんじん	にんじん	15		
	かつおぶし	さとう	0.6	小麦・大豆			クリームコーン	15			いとこにやく	いとこにやく	30		
	しろごま	うすくちょうゆ	0.3				ホールコーン	15			さとう	さとう	2		
	すりごま	かつおぶし	0.8	ごま			しお	0.1			みりん	みりん	1		
	ふのみぞしる	しろごま	0.8	ごま			こしょう	0.03			こいくちょうゆ	こいくちょうゆ	4	小麦・大豆	
	あぶらあげ	すりごま	0.8	小麦			コンソメ	1.5	小麦・大豆・鶏肉		うすくちょうゆ	うすくちょうゆ	1	小麦・大豆	
	たまねぎ	あぶらあげ	6	大豆			ぎゅうにゅう	40	乳		しお	しお	0.1		
	ほしわかめ	たまねぎ	30				じょうしんこ	2			みず	みず	20		
	あおねぎ(奈良市産)	ほしわかめ	0.3				だつしんこにゅう	3	乳		あさり	あさり	20		
	うるめぶし	あおねぎ	3				バター	0.5	乳		つちしょうが	つちしょうが	0.6		
A 5 日 (木)	みそ	うるめぶし	3.6				みず	50			こんぶこ	こんぶこ	0.04		
	しろみそ	みそ	8	大豆							さとう	さとう	1.2		
	みず	しろみそ	1	大豆							こいくちょうゆ	こいくちょうゆ	0.8	小麦・大豆	
	ふくまめ	みず	120								たまりしょうゆ	たまりしょうゆ	0.8	小麦・大豆	
	げんりょうパン	ふくまめ(10g)	1ふくろ	大豆							みりん	みりん	1.6		
	ぎゅうにゅう	げんりょうパン	1こ	小麦・乳・大豆							さけ	さけ	0.8		
	パンのミートソース	ぎゅうにゅう	1ぼん	乳											
	マカロニ	パンのミートソース	30	小麦											
	ぶたみんち	マカロニ	20	豚肉											
	おろしにんにく	ぶたみんち	0.1												
B 6 日 (金)	しお	おろしにんにく	0.2		A 6 日 (金)					A 9 日 (月)					
	こしょう	しお	0.03												
	あかぶどうしゅ	こしょう	0.5												
	たまねぎ	あかぶどうしゅ	50												
	にんじん	たまねぎ	5												
	コンソメ	にんじん	1.2	小麦・大豆・鶏肉											
	トマトピューレ	コンソメ	20												
	トマトケチャップ	トマトピューレ	8												
	ウスターーソース	トマトケチャップ	0.5												
	トンカツソース	ウスターーソース	0.5												
B 6 日 (金)	こいくちょうゆ	こいくちょうゆ	0.5	小麦・大豆											
	パブリカ	パブリカ	0.03												
	さとう	パブリカ	0.6												
	みず	さとう	15												
	かいそうサラダ	かいそうサラダ	45												
	かいそうミックス	かいそうミックス	0.4												
	ゆずしょうゆドレッシング	ゆずしょうゆドレッシング	8	小麦・大豆・豚肉											
	くろまめきなこクリーム	くろまめきなこクリーム	1ふくろ	乳・大豆・ごま											
A 10 日 (火)	パン	パン	パン(低81g・高95g)	1こ	小麦・乳・大豆	ごはん	ごめ(奈良市産)	80		A 12 日 (木)	パン	パン	パン(低81g・高95g)	1こ	小麦・乳・大豆
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう(200ml)	1ぼん	乳	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう(200ml)	1ぼん	乳		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう(200ml)	1ぼん	乳
	ハンバーグのてりに	ハンバーグ	ハンバーグ(50g)	1こ	大豆・鶏肉・豚肉	ハンバーグのてりに	ハンバーグ(50g)	1こ	大豆・鶏肉・豚肉		チキンカツ	チキンカツ	(40g)	1こ	小麦・大豆・鶏肉
	さとう	さとう	2.5		さとう	さとう	2.5		あげあぶら		あげあぶら		25		
	こいくちょうゆ	こいくちょうゆ	3.5	小麦・大豆	こいくちょうゆ	こいくちょうゆ	3.5	小麦・大豆	ごぼう		ごぼう		30		
	さけ	さけ	1.2		さけ	さけ	1.2		ごぼう		ごぼう		5		
	みりん	みりん	2.5		みりん	みりん	2.5		ごぼう		ごぼう		7	大豆・ごま	
	かたくりこ	かたくりこ	0.5		かたくりこ	かたくりこ	0.5		ごまドレッシング</						

日	献立名	食品名	1人分(g)	アレルゲン	日	献立名	食品名	1人分(g)	アレルゲン	日	献立名	食品名	1人分(g)	アレルゲン	
A 13 (金)	ごはん	ごめ(奈良市産)	80		A 16 日 (月)	ごはん	ごめ(奈良市産)	80		A 17 日 (火)	ごめごパン	ごめごパン(低81g・高95g)	1こ	小麦・乳・大豆	
	きゅうにゅう	きゅうにゅう(200ml)	1ぼん	乳		ぶたにく	ぶたにく	30	豚肉		きゅうにゅう	きゅうにゅう(200ml)	1ぼん	乳	
	しゃものかんろに	しゃものかんろに(15g)	1び	小麦・大豆		やまとまな	サラダあぶら	0.5			ベーコン	ベーコン	5	豚肉	
	こきつねこはんのく	ふたミニチ	20	豚肉		いためもの	ちしうが	0.2			じゃがいも	じゃがいも	50		
	サラダあぶら	0.5				さしうが	0.03				たまねぎ	たまねぎ	45		
	つしうが	0.2				さけ	1				にんじん	にんじん	20		
	にんじん	10				さとう	1	小麦・大豆			コンソメ	コンソメ	1.5	小麦・大豆・鶏肉	
	あぶらあげ	15	大豆			こいくちしう	1				しお	しお	0.1		
	ホールコーン	10				はるさめ	3				こしう	こしう	0.03		
	さとう	1.6				やまとまな	20				こむぎこ	こむぎこ	3.5	小麦	
B 12 日 (木)	こいくちしう	3.5	小麦・大豆			たまねぎ	20				バター	バター	3.5	乳	
	さけ	1				うすくちしう	2	小麦・大豆			ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	40	乳	
	みりん	1				みりん	1				かくチーズ	かくチーズ	1	乳	
	みず	5				みず	1				だっしんにゅう	だっしんにゅう	3	乳	
	かきたまじる	たまご	30	卵		きりほししたいこんの につけ	さりほししたいこん	7			なまクリーム	なまクリーム	1	乳	
	たまねぎ	25				サラダあぶら	0.5				みず	みず	30		
	にんじん	8				あぶらあげ	6	大豆			ツナと ひじきのサラダ	まぐろあぶらづけ	11		
	あおねぎ	3				ひらてん	6				ひじき	ひじき	1.8		
	うるめぶし	3				にんじん	5				キャベツ	キャベツ	20		
	しお	0.05				さとう	3				にんじん	にんじん	5		
A 18 日 (水)	うすくちしう	3.5	小麦・大豆			こいくちしう	3	小麦・大豆			ホールコーン	ホールコーン	3		
	かたくりこ	0.5				うすくちしう	1	小麦・大豆			サラダあぶら	サラダあぶら	0.2		
	みず	110				みりん	1				わふうドレッシング	わふうドレッシング	7	小麦・大豆・ 鶏肉・豚肉・ りんご	
	りきゅうじる	とうふ	25			うるめぶし	1				ミニアセロラゼリー	ミニアセロラゼリー(22g)	1こ		
	あぶらあげ	6				みず	1								
	ごぼう	5				りきゅうじる	20								
	にんじん	10				とうふ	25	大豆							
	つきこんにゃく	10				あぶらあげ	6	大豆							
	あおねぎ	10				ごぼう	5								
	うるめぶし	10				にんじん	10								
B 17 日 (火)	うすくちしう	3.5	小麦・大豆			つきこんにゃく	10								
	かたくりこ	0.5				あおねぎ(奈良市産)	3								
	みず	110				うるめぶし	3.3								
	りきゅうじる	6				みそ	6								
	あぶらあげ	5				しづみそ	1								
	ごぼう	5				あかみそ	1								
	にんじん	10				ねりごま	4								
	つきこんにゃく	10				みず	110								
	あぶらあげ	6													
	ごぼう	5													
A 24 日 (火)	ちりめんたくあん	きざみたくあん	12	大豆		A 20 日 (木)	ミルククリーム	ミルククリーム(15g)	1ふくろ	乳・大豆	A 20 日 (木)	ごはん	ごめ(奈良市産)	80	
	ちりめんじやこ	8			ミルククリーム	ミルククリーム(15g)	1ふくろ	乳・大豆	きゅうにゅう	きゅうにゅう(200ml)	1ぼん	乳			
	サラダあぶら	0.5			パン	パン(低81g・高95g)	1こ	小麦・乳・大豆	さばのたつあげ	さばのたつあげ(40g)	1され	小麦・大豆・さば			
	さとう	0.5			きゅうにゅう	きゅうにゅう(200ml)	1ぼん	乳	あぶらあげ	あぶらあげ	6	大豆			
	みりん	1			パン	パン(低81g・高95g)	1こ	小麦・乳・大豆	ごんじなます	ごんじなます	6	大豆			
	だしこんぶ	0.5			きゅうにゅう	きゅうにゅう(200ml)	1ぼん	乳	福井県	福井県	6	大豆			
	うるめぶし	3			パン	パン(低81g・高95g)	1こ	小麦・乳・大豆	食育の日	食育の日	10				
	みず	120			きゅうにゅう	きゅうにゅう(200ml)	1ぼん	乳	じがまくん	じがまくん	12	大豆			
	りきゅうじる	35			パン	パン(低81g・高95g)	1こ	小麦・乳・大豆	とうふのみぞし	とうふのみぞし	25				
	あぶらあげ	35			きゅうにゅう	きゅうにゅう(200ml)	1ぼん	乳	ごぼう	ごぼう	30	大豆			
B 25 日 (水)	ちりめんたくあん	8			パン	パン(低81g・高95g)	1こ	小麦・乳・大豆	ほしわかめ	ほしわかめ	0.3				
	ちりめんじやこ	0.5			きゅうにゅう	きゅうにゅう(200ml)	1ぼん	乳	あおねぎ	あおねぎ	3				
	サラダあぶら	0.5			パン	パン(低81g・高95g)	1こ	小麦・乳・大豆	うるめぶし	うるめぶし	7	大豆			
	さとう	0.5			きゅうにゅう	きゅうにゅう(200ml)	1ぼん	乳	しづみそ	しづみそ	1	大豆			
	みりん	1			パン	パン(低81g・高95g)	1こ	小麦・乳・大豆	みず	みず	110				
	こいくちしう	0.8			きゅうにゅう	きゅうにゅう(200ml)	1ぼん	乳	パン	パン(低81g・高95g)	1こ	小麦・乳・大豆			
	しろごま	0.8			パン	パン(低81g・高95g)	1こ	小麦・乳・大豆	きゅうにゅう	きゅうにゅう(200ml)	1ぼん	乳			
	ごま	1.5			パン	パン(低81g・高95g)	1こ	小麦・乳・大豆	どうふナゲット	どうふナゲット(1~20g)	2こ	小麦・大豆・豚肉			
	ごま	1.5			きゅうにゅう	きゅうにゅう(200ml)	1ぼん	乳	あぶらあげ	あぶらあげ	5	豚肉			
	ごま	1.5			パン	パン(低81g・高95g)	1こ	小麦・乳・大豆	エリンギの マヨネーズいため	エリンギの マヨネーズいため	4	小麦			
A 27 日 (金)	あげパン	パン(81g)	1こ	小麦・乳・大豆	B 24 日 (火)	ごはん	ごめ(奈良市産)	80		ベーコン	ベーコン	12			
	あげあぶら	6				きゅうにゅう	きゅうにゅう(200ml)	1ぼん	乳	マカロニ	マカロニ	10			
	グラニューとう	6				パン	パン(低81g・高95g)	1こ	小麦・乳・大豆	エリンギ	エリンギ	12</			