

令和8年4月中学校給食献立予定表

※主な材料に含まれるアレルゲンについて、卵は●、乳は▲、小麦は★と表記しています。 ※マヨネーズは卵を使用していません。

※アレルゲンについては、主な材料名として記載されているものについて表示してあります。

※()については食材には含まれていませんが、そのアレルゲンを含む製品を同じ製造ラインで製造しており、微量に混入する恐れがあるものです。

日・曜日	献立名	料理に含まれるアレルゲン			主な材料とその働き						
		卵	乳	小麦	主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		
					1群	2群	3群	4群	5群	6群	
13 ・ 月	牛乳 スプーン		○			牛乳▲					
	ご飯(黄桃)									ご飯	
	マーボー豆腐(から挽)				鶏肉 豆腐 みそ		にんじん ねぎ	しょうが にんにく たけのこ 干しいたけ		さとう コーンスターチ	油
	パンサンスー(皿)			○ (しょうゆ)			にんじん	キャベツ	春雨		和風ドレッシング★(しょうゆ)
	お祝いいちごゼリー	(○)	(○)	(○)						いちごゼリー(●▲★)	
14 ・ 火	牛乳 スプーン		○			牛乳▲					
	黒糖パン(皿)	(○)	○	○						黒糖パン▲★(●)	
	フィッシュ&チップス(黄桃)				ホキ					てんぷん じゃがいも	油
	トマトスープ(から挽)				ベーコン 大豆		にんじん トマト水煮	セロリー にんにく 玉ねぎ キャベツ			油
15 ・ 水	牛乳 スプーン		○			牛乳▲					
	麦ご飯(皿)									麦ご飯	
	ひじき入り中華そば(から挽) ご飯にかける				ぶたにく みそ	ひじき	にんじん ねぎ	しょうが にんにく たけのこ 干しいたけ		さとう	油
	豆腐とチンゲン菜のスープ(黄桃)				鶏肉 豆腐		にんじん チンゲン菜	にんにく	春雨		ごま油
16 ・ 木	牛乳 スプーン		○			牛乳▲					
	ご飯(黄桃)									ご飯	
	肉じゃが(から挽)				鶏肉		にんじん さやいんげん	玉ねぎ		じゃがいも さとう 糸こんにゃく	油
	小松菜のごまマヨ(皿)						小松菜	キャベツ			ごま マヨネーズ
17 ・ 金	牛乳 スプーン		○			牛乳▲					
	麦ご飯(黄桃)									麦ご飯	
	鶏肉のからあげ(皿)				鶏肉			しょうが		てんぷん	油
	即席漬(皿)							キャベツ 刻みたくあん			
	すまし汁(から挽)				豆腐		にんじん ねぎ	玉ねぎ えのきたけ			
20 ・ 月	牛乳 スプーン		○			牛乳▲					
	ご飯(黄桃)									ご飯	
	肉と野菜の炒め物(皿)				ぶたにく		にんじん チンゲン菜	キャベツ 玉ねぎ たけのこ		てんぷん	ごま油
	フライビーンズ(から挽)				大豆					てんぷん さとう	油
	野菜ふりかけ						野菜ふりかけ				
21 ・ 火	牛乳 スプーン		○			牛乳▲					
	ドッグパン(皿)セルフドック	(○)	○	○						ロールパン▲★(●)	
	フランクフルト(皿) パンにはさむ				フランクフルト					さとう てんぷん	
	春のポトフ(から挽)				鶏肉		にんじん パセリ	キャベツ 玉ねぎ		じゃがいも	
	フルーツミックス(黄桃)							みかん 缶もも缶パイン缶			
22 ・ 水	牛乳 スプーン		○			牛乳▲					
	麦ご飯(皿)									麦ご飯	
	親子丼(から挽) ご飯にかける	○	(○)	(○)	鶏肉 液卵●(▲★)		にんじん	玉ねぎ 干しいたけ		糸こんにゃく さとう	
	もやしのごま酢(黄桃)						にんじん ねぎ	もやし しょうが		さとう	ごま
23 ・ 木	牛乳 スプーン		○			牛乳▲					
	ご飯(皿)									ご飯	
	ポークカレー(から挽) ご飯にかける		○		ぶたにく		にんじん グリーンピース	玉ねぎ しょうが にんにく		米粉(▲) じゃがいも	油 バター▲
	海藻サラダ(黄桃)			○ (しょうゆ)		ひじき わかめ		キャベツ ホールコーン			和風ドレッシング★(しょうゆ)
24 ・ 金	牛乳 スプーン		○			牛乳▲					
	麦ご飯(黄桃)									麦ご飯	
	ホキのレモン風味(皿)				ホキ			レモン		てんぷん さとう	油
	ひじきの佃煮(皿)					ひじき		しそ粉		さとう	油
	新玉ねぎのみそ汁(から挽)				油揚げ みそ 豆腐		にんじん ねぎ	玉ねぎ			
27 ・ 月	牛乳 スプーン		○			牛乳▲					
	減量ご飯(黄桃)									ご飯	
	みそ焼きうどん(皿)			○	ぶたにく みそ		にんじん ねぎ	キャベツ にんにく		うどん★ さとう	油
	枝豆入りがんもの煮付け(から挽)	(○)	(○)	○	枝豆入りがんも★(●▲)					さとう	
	味付けのり			(○)						味付けのり(★)	
28 ・ 火	牛乳 スプーン		○			牛乳▲					
	ロールパン(皿)	(○)	○	○						ロールパン▲★(●)	
	チキンビーンズ(から挽)	(○)	(○)	(○)	鶏肉 大豆		にんじん パセリ トマト水煮	にんにく 玉ねぎ 炒め玉ねぎ(●▲★)		じゃがいも さとう	油
	キャベツソテー(黄桃)							キャベツ ホールコーン			油
30 ・ 木	牛乳 スプーン		○			牛乳▲					
	ご飯(黄桃)									ご飯	
	いわしの甘露煮(皿)			○ (しょうゆ)	いわし甘露煮★(しょうゆ)						
	じゃがいもの磯風味(皿)			(○)		青のり(★)				じゃがいも	油
沢煮(から挽)				ぶたにく		にんじん ねぎ	干しいたけ 玉ねぎ		糸こんにゃく		



かめやまっ子給食

かめやまっ子給食の日は、亀山市でとれた食材を使った献立になっています。

印の食材はすべての学校で亀山産の食材になります。



減塩給食

減塩を意識したメニューです。学校給食ではスパイスの 利用やだしの味を生かすなど減塩にも工夫しています。

※いろいろな事情により、献立や食材料の一部を変更することがありますのでご了承ください。

※牛乳は毎日つきます。※ご飯は三重県産の米を使用しています。

※調理場では、他校の給食やお弁当なども同じ施設内で調理しておりますことをご了承ください。

亀山市教育委員会

亀山市学校給食協会