

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

令和7年度 中学校

学校給食献立表

3月

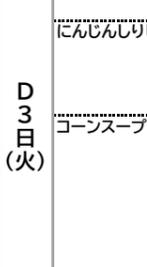
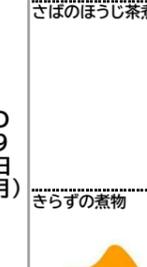
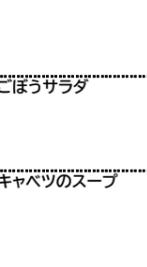
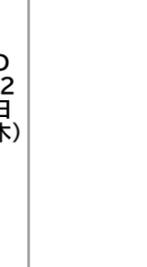
特定原材料(8品目)および特定原材料に準ずるもの(20品目)を記載しています。(原則としてそば・落花生・くるみは使用していません。)  
 コンタミネーションおよびその他の注意喚起については別途「加工食品配合割合表」をご確認ください。

〈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・カシューナッツ・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・マカダミアナッツ・もも・やまいも・りんご

☆中学校はD班とE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。

D班 三笠・若草・登美ヶ丘・ならやま・二名・平城・飛鳥・登美ヶ丘北・都跡平城東

E班 月ヶ瀬・都祁・田原・富雄第三・春日・伏見・富雄・都南 興東館柳生・京西・富雄南

日	献立名	食品名	1人分(g)	アレルギー	日	献立名	食品名	1人分(g)	アレルギー	日	献立名	食品名	1人分(g)	アレルギー						
D 2日(月)		ごはん	米(奈良市産)	110		D 3日(火)		パン	パン(125g)	1個	小麦・乳・大豆	D 4日(水)		ごはん	米(奈良市産)	110				
		牛乳	牛乳(200ml)	1本	乳			牛乳	牛乳(200ml)	1本	乳			牛乳	牛乳(200ml)	1本	乳			
		ちらしずしの具	ちりめんじゃこ	5.5				ミートコロッケ	ミートコロッケ(60g)	1個	小麦・大豆・豚肉			ポークカレー	豚肉	39	豚肉			
		塩	0.11		揚げ油			揚げ油			土しょうが			0.39			0.39			
		米酢	4.4		にんじんしりしり			にんじん	45.5		おろしにんにく			0.1			0.1			
		穀物酢	1.65		まぐろ油漬			まぐろ油漬	16.9		塩			0.07			0.07			
		砂糖	3.52		濃口しょうゆ			濃口しょうゆ	1.3	小麦・大豆	こしょう			0.03			0.03			
		高野豆腐	3.85	大豆	こしょう			こしょう	0.03		赤ぶどう酒			1.3			1.3			
		干しいたけ	0.55		コーンスープ			ベーコン	6.5	豚肉	サラダ油			0.39			0.39			
		かんぴょう	1.43		玉ねぎ			玉ねぎ	52		じゃがいも			65			65			
にんじん	16.5		クリームコーン	クリームコーン	19.5		玉ねぎ	58.5			58.5									
砂糖	3.3		ホールコーン	ホールコーン	19.5		にんじん	26			26									
濃口しょうゆ	2.2	小麦・大豆	白いんげん豆ペースト	白いんげん豆ペースト	13		カレー粉(ブレンド)	0.78			0.78									
みりん	0.55		塩	塩	0.13		純カレー粉	0.39			0.39									
うるめ節	0.22		こしょう	こしょう	0.04		りんごビューレ	5.2	りんご		5.2									
水	22		コンソメ	コンソメ	1.95	小麦・大豆・鶏肉	トマトビューレ	10.4			10.4									
きんし卵	きんし卵	26	卵・大豆	牛乳	52	乳	コンソメ	1.95	小麦・大豆・鶏肉		1.95									
にゅうめん	ふしそうめん	7.8	小麦	上新粉	2.6		チャツネ	1.3	りんご・大豆		1.3									
E 2日(月)		油揚げ	7.8	大豆	脱脂粉乳	3.9	乳	脱脂粉乳	3.9	乳		3.9	乳							
		玉ねぎ	26		バター	0.65	乳	角チーズ	5.2	乳		5.2	乳							
		にんじん	13		水	65		バター	5.2	乳		5.2	乳							
		かまぼこ	6.5		E 4日(水)		E 3日(火)		湯	52		小麦粉	5.2	小麦						
		青ねぎ(奈良市産)	3.9						砂糖	0.39		湯	52			52				
		うるめ節	4.29						トマトケチャップ	2.6		濃口しょうゆ	1.04	小麦・大豆		1.04				
		みそ	6.5	大豆					ウスターソース	3.25		ヨーグルト	2.6	乳		2.6				
		白みそ	1.3	大豆					水	39		水	39			39				
		水	169						コールスローサラダ	キャベツ	52		キャベツ	52			52			
		ひし餅	ひし餅(30g)	1個					にんじん	6.5		にんじん	6.5			6.5				
D 5日(木)		パン	パン(125g)	1個					小麦・乳・大豆	D 6日(金)		わかめご飯	米(奈良市産)	110		D 9日(月)		ごはん	米(奈良市産)	110
		牛乳	牛乳(200ml)	1本					乳			干しわかめ	2.8		さばのほうじ茶煮			さば(40g)	1切	さば
		フランクフルトのケチャップあえ	フランクフルト(40g)	1本					豚肉			牛乳	牛乳(200ml)	1本	乳			土しょうが	1	
		トマトペースト	3		豚じゃが	豚肉	39	豚肉	酒			1		1						
		トマトケチャップ	3		砂糖	1.3		砂糖	1.5					1.5						
		ウスターソース	0.3		濃口しょうゆ	1.3	小麦・大豆	濃口しょうゆ	2			小麦・大豆		2						
		トンカツソース	0.4		酒	0.65		酒	0.65					0.65						
		砂糖	0.2		サラダ油	0.26		サラダ油	0.26					0.26						
		洋がらし	0.04		じゃがいも	91		じゃがいも	91					91						
		こふきいも	じゃがいも	71.5		玉ねぎ	58.5		玉ねぎ			58.5			58.5					
E 6日(金)		塩	0.26		にんじん	19.5		にんじん	19.5			19.5								
		米粉マカロニのミネストローネ	ベーコン	5.2	豚肉	糸こんにゃく	39		糸こんにゃく	39			39							
		キャベツ	32.5		砂糖	2.6		砂糖	2.6			2.6								
		玉ねぎ	32.5		みりん	1.3		みりん	1.3			1.3								
		にんじん	13		濃口しょうゆ	5.2	小麦・大豆	濃口しょうゆ	5.2	小麦・大豆		5.2								
		米粉マカロニ	5.2		淡口しょうゆ	1.3	小麦・大豆	淡口しょうゆ	1.3	小麦・大豆		1.3								
		コンソメ	2.08	小麦・大豆・鶏肉	塩	0.13		塩	0.13			0.13								
		淡口しょうゆ	0.39	小麦・大豆	水	26		水	26			26								
		こしょう	0.04		キャベツのごま炒め	キャベツ	39		キャベツ	39			39							
		水	143		にんじん	6.5		にんじん	6.5			6.5								
ミルククリーム	ミルククリーム(15g)	1袋	乳・大豆	サラダ油	0.52		サラダ油	0.52			0.52									
D 10日(火)		パン	パン(125g)	1個	小麦・乳・大豆	D 11日(水)		ごはん	米(奈良市産)	110		D 12日(木)		減量パン	パン(95g)	1個	小麦・乳・大豆			
		牛乳	牛乳(200ml)	1本	乳			牛乳	牛乳(200ml)	1本	乳			牛乳	牛乳(200ml)	1本	乳			
		フィッシュアンドチップス	たらフライ(40g)	1切	小麦・大豆			デジカルビ	豚肉	32.5	豚肉			菜の花のスパゲティ	スパゲティ	39	小麦			
		フライドポテト	35		ごま油			0.65	ごま	ごま	0.65			ごま	13	豚肉				
		揚げ油			おろしにんにく			0.05		おろしにんにく	0.05				オリーブ油	0.39				
		塩	0.15		濃口しょうゆ			1.3	小麦・大豆	濃口しょうゆ	1.3			小麦・大豆	玉ねぎ	45.5				
		ごぼうサラダ	ごぼう	39				酒	0.65		酒			0.65			0.65			
		穀物酢	0.26		塩			0.04		塩	0.04					0.04				
		にんじん	6.5		トッポギ			26		トッポギ	26					26				
		ごまドレッシング	9.1	大豆・ごま	キャベツ			45.5		キャベツ	45.5					45.5				
キャベツのスープ	ベーコン	6.5	豚肉	玉ねぎ	26		玉ねぎ	26			26									
キャベツ	32.5		にんじん	13		にんじん	13			13										
玉ねぎ	39		にら	3.9		にら	3.9			3.9										
にんじん	13		白菜キムチ	5.2		白菜キムチ	5.2			5.2										
コンソメ	2.08	小麦・大豆・鶏肉	中華スープ	0.26	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま	中華スープ	0.26	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま		0.26										
淡口しょうゆ	0.39	小麦・大豆	砂糖	1.04		砂糖	1.04			1.04										
こしょう	0.01		みりん	0.39		みりん	0.39			0.39										
水	143		みそ	2.6	大豆	みそ	2.6	大豆		2.6										
黒豆きなごクリーム	黒豆きなごクリーム(10g)	1袋	乳・大豆・ごま	赤みそ	0.65	大豆	赤みそ	0.65	大豆		0.65									
E 11日(水)		かきたまスープ	卵	39	卵	E 10日(火)		かきたまスープ	卵	39	卵	E 13日(金)		ポイルサラダ	キャベツ	52				
		玉ねぎ	32.5		玉ねぎ			32.5		玉ねぎ	32.5					32.5				
		にんじん	13		にんじん			13		にんじん	13					13				
		青ねぎ	3.9		青ねぎ			3.9		青ねぎ	3.9					3.9				
		サラダ油	0.39		サラダ油			0.39		サラダ油	0.39					0.39				
		中華スープ	2.21	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま	中華スープ			2.21	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま	中華スープ	2.21			小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま		2.21				
		淡口しょうゆ	0.65	小麦・大豆	淡口しょうゆ			0.65	小麦・大豆	淡口しょうゆ	0.65			小麦・大豆		0.65				
		こしょう	0.04		こしょう			0.04		こしょう	0.04					0.04				
		かたくり粉	0.65		かたくり粉			0.65		かたくり粉	0.65					0.65				
		水	156		水			156		水	156					156				
ヨーグルト	ヨーグルト(70g)	1個	乳	ヨーグルト	ヨーグルト(70g)	1個	乳	ヨーグルト	ヨーグルト(70g)	1個	乳									

