

7・8月 給食献立表



令和4年度 人吉市学校給食センター

日	曜	主食	牛乳	おかず	おかず等に使用している食品（食物アレルギー項目を含む）	食物アレルギー除去食
～7月～						
1	金	わかめごはん (米 麦 わかめ塩)	牛乳	肉じゃが カムカムサラダ	豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 椎茸 しらたき グリンピース しょうが 油 砂糖 醤油 酒 みりん ごぼう 人参 きくらげ きゅうり マヨネーズ 醤油 酢 ごま	
4	月	ごはん (米)	牛乳	玉葱のみそ汁 さばの青のりパン粉焼き たくあん和え	玉葱 豆腐 油揚げ 人参 しいたけ わかめ ねぎ いりこ (だし用) みそ さば マヨネーズ 油 パン粉 青のり 塩 キャベツ きゅうり 人参 たくあん漬け 昆布 ごま 醤油	
5	火	食パン (小麦粉 乳 砂糖 ショートニング)	牛乳	夏野菜のスパゲティ ツナとブロッコリーのサラダ マーマレードジャム	スパゲティ 豚肉 牛肉 大豆 人参 玉ねぎ なす しめじ エリンギ トマト ピーマン デミグラスソース ケチャップ にんにく 油 ソース 塩 こしょう キャベツ 人参 ブロッコリー ツナ マヨネーズ 酢 みかん オレンジ 夏みかん 砂糖	
6	水	もち麦ごはん (米・もち麦)	牛乳	わかめスープ ヤンニョムチキン 一食いりこ	豆腐 わかめ 玉葱 人参 キャベツ チンゲンサイ 油 醤油 チキンスープ ごま ごま油 チキンバー (鶏肉 鶏粉 小麦粉 鶏卵 塩 砂糖 生姜) コチジャン ケチャップ 砂糖 みりん ごま油 いりこ 水あめ さとう	鶏卵 (ヤンニョムチキン)
7	木	ゆかりごはん (米 麦 しそ 砂糖 酵母 林檍 リンゴ酸)	牛乳	魚そうめん汁 星のコロッケ きゅうりのごま昆布和え 七夕ゼリー	魚そうめん 玉ねぎ 人参 たけのこ あげ ねぎ かつお節・昆布 (だし) 醤油 みりん じゃがいも たまねぎ 鶏肉 豚肉 砂糖 パン粉 小麦粉 油 きゅうり 塩昆布 ごま パイナップル 砂糖 水あめ	
8	金	麦ごはん (米 麦)	牛乳	鉄火煮 海藻類の酢の物 納豆ふりかけ	豚肉 じゃが芋 人参 こんにゃく たけのこ 玉葱 ごぼう さつま揚げ しいたけ 枝豆 油 醤油 みりん みそ 砂糖 海藻類 ちりめん キャベツ きゅうり 人参 わかめ ごま 酢 砂糖 醤油 納豆 かぼちゃ 人参 にち 砂糖 かつお節 油	
11	月	ごはん (米)	牛乳	マーボーなす 冷やし中華サラダ 味付けのり	豚肉 大豆 なす たけのこ 玉ねぎ 人参 きくらげ ねぎ 油 ごま油 みりん 酒 みそ ごま 砂糖 醤油 しょうが にんにく でん粉 豆板醤 中華麺 ハム きゅうり コーン 人参 トマト ごま油 砂糖 醤油 酢 のり	
12	火	セルフホットドッグ (小麦粉 乳 砂糖 ショートニング)	牛乳	豆乳入りコーンポタージュ フランクフルト・一食ケチャップ コールスローサラダ	鶏肉 じゃが芋 玉葱 人参 コーン パセリ 油 ルウ (コーン 小麦 乳) 料理粉 チーズ 豆乳 こしょう フランクフルト ケチャップ キャベツ きゅうり コーン 油 酢 醤油 塩 砂糖	乳 (豆乳入りコーンスープ)
13	水	発芽玄米入りごはん (こめ 発芽玄米)	牛乳	かきたま汁 鶏とレバーのカシューナッツ和え	鶏卵 ちくわ 豆腐 玉葱 人参 えのき 葱 削り節 (だし用) 醤油 みりん でん粉 鶏肉 料理酒 小麦粉 鶏粉 レバー唐揚げ (鶏レバー) でん粉 砂糖 醤油 塩 にんにく 生姜 枝豆 赤ピーマン 玉葱 生姜 醤油 砂糖 カシューナッツ みりん 油	鶏卵 (かきたま汁)
14	木	ミルクパン (小麦 乳 砂糖 ショートニング マーガリン)	牛乳	ミネストローネ ししやものカレー揚げ ひじきと豆のサラダ	ベーコン 玉葱 じゃが芋 大根 人参 トマト パセリ マカロニ チキンスープ 醤油 コンソメ 塩 ししやも カレー粉 小麦粉 油 ひじき ちくわ 砂糖 醤油 油 キャベツ 大豆 金時豆 インゲン豆 コーン ごま 酢 醤油 マヨネーズ	
15	金	麦ごはん (米 麦)	牛乳	つぼん汁 いわしおかか煮 アーモンド和え	鶏肉 焼き豆腐 ちくわ ごぼう じゃが芋 人参 しいたけ こんにゃく 葱 いりこ (だし用) 醤油 みりん いわし かつお節 醤油 砂糖 みりん でん粉 キャベツ ほうれん草 人参 アーモンド 醤油 砂糖	
19	火	カレーライス (米)	牛乳	夏野菜カレールウ ツナと野菜のさっぱり和え ミニプリン	鶏肉 なす 人参 玉ねぎ かぼちゃ ピーマン ひよこ豆 にんにく 油 ケチャップ ソース ルウ (小麦粉 ラード 砂糖 カレー粉 牛肉エキス トマトペースト チキンブイヨン にんにく でん粉 さつまいも 白菜 キャベツ) ツナ キャベツ きゅうり もやし レモン果汁 醤油 砂糖 牛乳 練乳 鶏卵 生クリーム バター 砂糖 寒天	乳・鶏卵 (ミニプリン)
20	水	チャーハン (米 人参 たけのこ 豚肉 野菜・かき・林檍 砂糖 魚醤 玉ねぎ 椎茸 でん粉 油)	牛乳	厚揚げの中華煮 揚げじゃが芋のサラダ	厚揚げ つくね (鶏肉 豚脂 玉葱 ニラ でん粉 パン粉 砂糖 油 塩 オイスターソース にんにく) 玉葱 人参 キャベツ もやし きくらげ 生姜 マーボーの素 (鶏肉 豚肉 でん粉 醤油 水あめ ごま油 砂糖 豆板醤 ホタテエキス 塩 魚醤) 油 ごま油 醤油 砂糖 でん粉 じゃが芋 きゅうり キャベツ 人参 コーン 砂糖 醤油 酢 ごま 油	
～8月～						
26	金	ごはん (米)	牛乳	豆腐の味噌汁 鶏肉の梨ダレ焼き ピリ辛きゅうり	豆腐 じゃがいも 油揚げ 大根 人参 わかめ ねぎ いりこ (だし用) みそ 鶏肉 はちみつ 酒 醤油 梨 にんにく きゅうり 醤油 酢 砂糖 ごま 豆板醤 唐辛子	
29	月	ハヤシライス (米)	牛乳	ハヤシラislルウ フルーツ白玉	豚肉 玉ねぎ 人参 しめじ グリンピース ケチャップ ソース ハヤシルウ (トマト 玉ねぎ 砂糖 でん粉 油) にんにく 油 黄桃 みかん バイン カクテルゼリー 白玉だんご	
30	火	セルフフィッシュバーガー (小麦粉 乳 砂糖 ショートニング)	牛乳	コンソメスープ 魚のフライ レタス・一食タルタルソース	鶏肉 玉葱 じゃが芋 人参 キャベツ パセリ チキンスープ コンソメ 醤油 塩 油 ホキ パン粉 小麦粉 でん粉 塩 レタス タルタルソース (玉葱 ビクルス 油 砂糖 塩 水あめ レモン果汁)	
31	水	ゆかりごはん (米 麦 しそ 砂糖 酵母 林檍 リンゴ酸)	牛乳	肉団子スープ 豚キムチ炒め	つくね (鶏肉 豚脂 玉葱 ニラ でん粉 パン粉 砂糖 油 塩 オイスターソース にんにく) キャベツ たけのこ 人参 きくらげ 玉葱 ねぎ 春雨 チキンスープ 醤油 こしょう 豚肉 白菜キムチ キャベツ 玉葱 人参 たら 油 ごま油 酒 醤油 みりん 澱粉	

【 7月の給食のお知らせ 】

★夏野菜カレー (19日)

今月のふるさとくまサンデーは「なす」です。

★わかめごはん 肉じゃが カムカムサラダ (1日)

人吉西小学校6年生のリクエストメニューです。



お知らせ (食物アレルギー関係)

- *ハムとベーコン、ウインナーは卵不使用のものを使っています。
- *「3粒」は卵不使用のものを使っています。原料の油と大豆粉には大豆が使われています。
- *鶏卵のみ除去食対応しております。うずらの卵は除去の対象ではありません。
- *献立表にはコンタミネーションに関する表示をしております。