

令和2年  
選択制・中学校給食

# 1月のメニュー

京都市教育委員会

給食の申込みが便利になります!

令和2年4月から給食予約システムの導入を進めており、今年度は1・2年生を対象に2・3月分の申込みで試行実施を予定しております。

**インターネットでの申込みが可能に!**

**支払い方法** コンビニ払い、クレジットカード、決済OK!

**申込み単位** 申込み期間が1週間ごと、1ヶ月ごと、在校期間内一括と幅広く!

※詳しくは、後日、別途ご案内致します。

## 地産地消

9e 金時人参 大根



紅白なます

10e 水菜



水菜の炊いたん

15e さごし



さごしのしょうが煮

23e 太刀魚



太刀魚のかば焼き

31e 聖護院大根



聖護院大根の炊いたん

31e 飛魚



飛魚のごま揚げ

## 今月の新menu

14e



かぶの甘酢煮

おせち料理の献立の一つとして、菊花かぶをイメージしています。菊花かぶは、かぶをおめでたい歯菊の花に見立てて、長寿を願うおせち料理です。

17e



鱈のみそマヨネーズ焼き

鱈は冬が旬の魚で、身が雪のように白いので「鱈」とかきます。淡泊な味の鱈に、コクのあるみそマヨネーズをのせて焼きました。

28e



家常豆腐

中国の家庭料理の一つで、豆腐を油で揚げて肉や野菜といっしょに炒めた料理です。給食では、厚揚げをだし汁で煮含め、肉や野菜といっしょに中華味で炒めて仕上げました。

### 14火 豚たま丼の具

・ちくわの磯辺揚げ ・小松菜の香味あえ  
・わかめとツナのさつと煮 ・かぶの甘酢煮

ご飯にのせて食べましょう。

### 15水 さごしのしょうが煮

京都府舞鶴産のさごしです。  
京都産の水菜です。

あずきご飯

### 和(なごみ)献立

・大根葉のおかかいため  
・高野豆腐のそぼろ煮  
・キャベツと人参のいため物  
・京水菜とごぼうのごまみそサラダ

小正月に食べる小豆がゆにちなんで、「あずきご飯」を炊きました。また、京野菜の一つである京水菜を使った「京水菜とごぼうのごまみそサラダ」、京都産のさごしを使った「さごしのしょうが煮」を組み合わせています。

### 16木 プリプリ中華いため

・うすら卵のいり煮 ・切干大根と小松菜のナムル  
・ひじきとれんこんのいため煮 ・三度豆のねりごまあえ

鉄の豊富なひじきのおかずと、鉄の吸収をたすけるビタミンが豊富な小松菜のおかずを組み合わせています。

### 17金 鱈のみそマヨネーズ焼き

・ほうれん草とえのきの煮浸し ・白菜の柔らが煮  
・たたきごぼう ・黒豆

おせち料理の「たたきごぼう」と「黒豆」を組み合わせています。

### 20月 トマトシチュー

・わかさぎのから揚げ ・野菜のソテー  
・うの花サラダ ・こんにゃくの南蛮いため

わかさぎは、頭から尻尾まで食べられて、カルシウムがたっぷりです。

### 21火 えびチリ

・バリバリ春雨 ・切干大根の中華味  
・二色いためサラダ ・昆布豆

バリバリ春雨は、えびチリと一緒に食べましょう。

### 22水 ホイコーロー

・ブロッコリーのごま煮 ・かまぼこ小松菜のいため物  
・もやしのカレーいため ・シナモンかぼちゃ

キャベツと豚肉を炒めて、甘辛い味付けで仕上げています。ご飯によく合います。

ヨーグルト

### 23木 太刀魚のかば焼き

・大根葉のごま油いため ・厚揚げの甘煮  
・れんこんの梅肉風味 ・じゃがいものピリ辛いため

太刀魚は骨ごと食べられます。よくかんで食べましょう。

京都府舞鶴産の太刀魚です。

### 24金 ビビンバ

・甘辛ごぼう ・ひじきのソテー  
・カラフルピクルス ・パイナップル(缶)

ご飯にのせて食べましょう。

### 27月 鶏肉の変わり揚げ

・小松菜のごまいため ・鱈大根  
・もやしの煮浸し ・えのきと人参のさっぱりいため

鱈は大きくならにつれて名前が変わる出世魚のひとつで、緑色の良い魚とされています。

京都産の大根です。

### 28火 家常豆腐

・春巻 ・ブロッコリーのガーリックソテー  
・ほうれん草としめじの煮浸し ・切干大根のはりり漬

「家常豆腐」は鉄やカルシウムがたっぷりの厚揚げを使った献立です。

### 29水 鰯の煮付け

・大根葉とえのきの煮浸し ・高野豆腐のごまあん  
・白菜のゆず風味 ・茎わかめのきんぴら

「高野豆腐のごまあん」は、ビタミンB1の豊富な高野豆腐と豚肉を組み合わせた献立です。

### 30木 カレー

・豆腐入りつくねのから揚げ ・キャベツとコーンのソテー  
・ほうれん草ともやしのソテー ・人参とセロリのマスタードあえ

カレーはご飯にかけて食べましょう。

### 31金 飛魚のごま揚げ

・小松菜のいため物 ・ひじきそぼろ丼の具  
・聖護院大根の炊いたん ・和風ピクルス

京都産の聖護院大根です。  
京都府舞鶴産の飛魚です。

## これは満足!魅力いっぱいの中学校給食!

京都市立加茂川中学校PTA会長 杉本尚也

月初め、我が家では、子どもが給食のメニュー表を眺めている姿をよく見かけます。今月は、どんなおかずが出てくるのかチェックしているようです。給食そのものが子どもたちの中学校生活の思い出の1ページになっているのだと思い、こちらもその様子を温かい気持ちで眺めています。

楽しみにしていた給食試食会に参加させていただきました。試食会では、適切な量の食事をとることの大切さや献立に込められた思い、工夫されているポイントなどを教わりました。その後で、美味しい給食をいただきました。ごちそうさまでした。

私が、この試食会でうれしく思ったのは、子ども達の将来を考え、充実した学校生活が送れるよう願いを込めて、献立を作っていたこと。毎月のメニュー表を見ていただいてもわかるように、栄養バランス、彩り、子どもたちが喜びそうな味付けはもちろんのこと、京野菜を使ったおかずや季節の行事に合わせた献立がずらりと並んでいます。四季の移ろいを感じ、時に京都ならではの味を、限られたコストの中で提供できるよう工夫いただいていることを知ることができました。

また、育ち盛りの子どものには、750～850kcalのお昼ごはんが必要だということも教わりました。しっかり食べてエネルギーを蓄えることで、午後からの集中力を持続させ、高いパフォーマンスを発揮することができるようです。中学生の間に、自分に必要な食事の量を覚え、健康的な生活習慣を身に付けてほしいと願います。

最後に、普段、私たちは何種類もある冷凍食品から好きなものを選び、ハウス栽培の野菜、色々な国の食材を当たり前のように食べています。それも一つの豊かさだとは思いますが、できれば、その土地で取れたものを新鮮なうちに、美味しくいただきたいものです。美味しい食事はきっと、きれいな景色を目にしたり、美しい音楽を聴いたりすることと同じように、私たちの心に余裕を与え、豊かな心を育ててくれるのだと思います。



令和2年1月

# 使用材料一覧表



この印刷物が不要になれば「雑がみ」として古紙回収等へ!



## 1月の「幸せを願う」食文化

1月は、「睦月」といいます。「みんなで仲睦まじく(親しく)する月」という意味を込められ、付けられたといわれています。新年のはじめの1月には、1年の幸せを願った行事食がたくさんあります。

### 1月7日の七草がゆ



せり、なすな、ごぎょう、はこべら、ほとけのぎ、すずな(かぶ)、すずしろ(大根)の「春の七草」を刻んだおかゆを食べ、1年の無病息災を祈ります。

### 鏡開きのお汁粉



お正月にお供えした鏡もちを、木づちや手で割ってお汁粉や雑煮にします。鏡もちを食べることは「歯固め」ともいわれ、丈夫な歯で長生きできることを祈ります。

### 小正月の小豆がゆ



昔の暦で、1月15日は年の初めの満月の日。その日に1年の健康と豊作を願い、悪い気をはらうとされた赤い色的小豆をいれたおかゆやご飯を食べます。

お正月に食べるおせち料理にも、それぞれたくさんの願いや意味が込められています。その季節や時期に合わせて食べられる行事食を、これからも大切にしていきたいですね。

## 7日(火) 885kcal

- 麦ご飯: 390kcal 精白米, 米粒麦
- ハッシュドビーフ(レトルト): 187kcal
- じゃがいものソテー: 37kcal じゃがいも, 人参, ひまわり油, 食塩, こしょう, (淡) 醤油
- ブロッコリーのいため物: 11kcal ブロッコリー, 食塩, こしょう, ひまわり油
- キャベツとツナのソテー: 35kcal キャベツ, まぐろフレーク, 食塩, こしょう, ひまわり油
- ビーンズフライ: 87kcal ミックスビーンズ, ガーリックパウダー, 食塩, 片栗粉, ひまわり油

## 8日(水) 907kcal

- 菜めし: 363kcal 精白米, 食塩, 大根菜, 料理酒
- 鶏肉の照り焼き: 196kcal 鶏もも肉, 料理酒, (濃) 醤油, 砂糖, 本みりん, ひまわり油, 片栗粉
- もやしいため: 11kcal 太もやし, ビーマン, 人参, ひまわり油, 食塩, こしょう
- 厚揚げとにらの含め煮: 88kcal 厚揚げ, 三温糖, (淡) 醤油, (濃) 醤油, にら, 削り節
- 洋風芋きんとん: 86kcal さつまいも, 砂糖, パター, 生クリーム
- 人参のきんぴら: 25kcal 人参, ごぼう, 白ごま, ごま油, 本みりん, 料理酒, (濃) 醤油

## 9日(木) 809kcal

- 麦ご飯: 355kcal 精白米, 米粒麦
- 野菜コロッケ: 122kcal ポテトコロッケ, ひまわり油
- 小松菜と油揚げのガーリックいため: 53kcal 小松菜, 油揚げ, にんにく, ひまわり油, (淡) 醤油, 食塩, こしょう
- いためビーフン: 59kcal ビーフン, 大豆もやし, 玉ねぎ, 人参, 干しいたけ, ごま油, チキンスープ, 料理酒, 食塩, こしょう, 砂糖, (濃) 醤油, (淡) 醤油
- 紅白なます: 21kcal 大根, 食塩, 金時人参, 白ごま, ひまわり油, 砂糖, 食塩, 米酢, ゆず果汁
- 肉みそ: 61kcal 大豆水煮, 豚ひき肉, 赤みそ, 砂糖, ひまわり油, 白ごま

## 10日(金) 818kcal

- ご飯: 358kcal 精白米
- 煮しめ: 125kcal 鶏もも肉, ごぼう, れんこん, 人参, 板こんにゃく, 干しいたけ, 三度豆, 三温糖, 本みりん, (濃) 醤油, (淡) 醤油, 削り節
- 水菜の炊いたん: 18kcal 水菜, 人参, 本みりん, (淡) 醤油, 削り節
- ひとりがんもの含め煮: 35kcal 豆乳がんと, 三温糖, (淡) 醤油, 削り節
- 安倍川もち: 110kcal 煮込み餅, ゆであずき, 食塩, きな粉
- ごまめ: 34kcal 田づくり, ひまわり油, 白ごま, 本みりん, (濃) 醤油, 水あめ

## 14日(火) 857kcal

- 麦ご飯: 390kcal 精白米, 米粒麦
- 豚たま丼の具: 208kcal 油揚げ, 砂糖, (淡) 醤油, 豚もも肉, 玉ねぎ, 人参, 卵, 卵, 片栗粉, 本みりん
- ちくわの磯辺揚げ: 57kcal 焼きちくわ, 小麦粉, 青のり, ひまわり油
- 小松菜の香味あえ: 19kcal 小松菜, しょうが, 白ねぎ, (濃) 醤油, ごま油
- わかめとツナのさっと煮: 33kcal わかめ, まぐろフレーク, 料理酒, (淡) 醤油, 本みりん, 白ごま, 削り節
- かぶの甘酢煮: 12kcal かぶ, 砂糖, 食塩, (淡) 醤油, 米酢

## 15日(水) 872kcal

- あずきご飯: 413kcal 精白米, もち米, 古代米, ゆであずき, 食塩
- ささしのしょうが煮: 121kcal ささし, しょうが, 三温糖, 料理酒, 本みりん, (濃) 醤油
- 大根菜のおかいため: 24kcal 大根菜, 花かつお, 本みりん, (淡) 醤油, ひまわり油
- 高野豆腐のそぼろ煮: 114kcal 高野豆腐, 三温糖, (淡) 醤油, 削り節, 鶏ひき肉, しょうが, ひまわり油, 玉ねぎ, 人参, 料理酒, 本みりん, 片栗粉
- キャベツと人参のいため物: 28kcal キャベツ, 人参, 洋からし, ごま油, (淡) 醤油, (濃) 醤油, 本みりん
- 京水菜とごぼうのごまみそサラダ: 34kcal ごぼう, 水菜, 白ねぎ, ごま油, 信州みそ, 砂糖, (淡) 醤油, マヨネーズ(ノンエッグ), 米酢, 白ごま, トウバンジャン

## 16日(木) 833kcal

- 麦ご飯: 390kcal 精白米, 米粒麦
- プリプリ中華いため: 143kcal 鶏もも肉, ごま油, 料理酒, (濃) 醤油, 人参, しょうが, にんにく, 干しいたけ, 板こんにゃく, ビーマン, ひまわり油, 砂糖, トウバンジャン, (淡) 醤油, 米酢, 片栗粉
- うすら卵のいり煮: 60kcal うすら卵, 料理酒, (濃) 醤油, 本みりん
- 切干大根と小松菜のナムル: 44kcal 切干大根, 人参, 小松菜, ごま油, 砂糖, (淡) 醤油, 米酢
- ひじきとれんこんのいため煮: 32kcal ひじき, れんこん, ひまわり油, 三温糖, 本みりん, (濃) 醤油, 削り節
- 三度豆のねりごまあえ: 26kcal 三度豆, ねりごま, 本みりん, (濃) 醤油

## 17日(金) 785kcal

- ご飯: 394kcal 精白米
- 鱈のみそマヨネーズ焼き: 85kcal たら, 食塩, こしょう, マヨネーズ(ノンエッグ), 信州みそ, ひまわり油
- ほうれん草とえのきの煮浸し: 17kcal ほうれん草, えのきだけ, 本みりん, (淡) 醤油, 削り節
- 白菜の柔らか煮: 48kcal 白菜, 豚もも肉, 人参, しょうが, (淡) 醤油, 料理酒, 削り節
- たたきごぼう: 33kcal ごぼう, すりごま, 白ごま, 砂糖, (淡) 醤油, 米酢, 削り節
- 黒豆: 70kcal 黒豆, 三温糖, (濃) 醤油

## 20日(月) 893kcal

- 玄米ご飯: 393kcal 精白米, 発芽玄米
- トマトシチュー(レトルト): 188kcal
- わかさぎのから揚げ: 60kcal わかさぎ, 料理酒, (濃) 醤油, 小麦粉, 片栗粉, ひまわり油
- 野菜のソテー: 16kcal キャベツ, 人参, ひまわり油, 食塩, こしょう
- うの花サラダ: 83kcal おから, ロースハム, コーン, きゅうり, マヨネーズ(ノンエッグ), 食塩, こしょう, 砂糖, (淡) 醤油, 削り節
- こんにゃくの南蛮いため: 15kcal 板こんにゃく, 白ごま, ごま油, 米酢, (濃) 醤油, 砂糖, とうがらし, 削り節

## 21日(火) 884kcal

- 麦ご飯: 390kcal 精白米, 米粒麦
- えびチリ: 184kcal むきえび, 料理酒, 卵, 小麦粉, 片栗粉, ひまわり油, にんにく, しょうが, 白ねぎ, トマトケチャップ, トウバンジャン, 砂糖, (濃) 醤油, 米酢, チキンスープ
- パリパリ春雨: 28kcal はるさめ, ひまわり油
- 切干大根の中華味: 62kcal 切干大根, つきごんにゃく, 人参, 豚もも肉, 料理酒, ごま油, 砂糖, オイスターソース, (淡) 醤油, (濃) 醤油, 削り節
- 二色いためサラダ: 32kcal 人参, じゃがいも, ひまわり油, 食塩, 砂糖, (淡) 醤油, すりごま
- 昆布豆: 50kcal 大豆水煮, 昆布, 砂糖, (濃) 醤油, 本みりん, 料理酒, 削り節

## 22日(水) 838kcal

- ご飯: 394kcal 精白米
- 回鍋肉: 126kcal 豚もも肉, キャベツ, 人参, しょうが, 玉ねぎ, にんにく, ひまわり油, テンメンジャン, 赤みそ, 砂糖, 料理酒, (淡) 醤油
- ブロッコリーのごま煮: 26kcal ブロッコリー, 本みりん, (淡) 醤油, 白ごま
- かまぼこ小松菜のいため物: 30kcal 小松菜, 人参, かまぼこ, ひまわり油, 洋からし, (淡) 醤油, 砂糖
- もやしのカレーいため: 18kcal 太もやし, ビーマン, ひまわり油, 食塩, カレー粉, (淡) 醤油
- シナモンかぼちゃ: 42kcal 西洋かぼちゃ, パター, 砂糖, 食塩, シナモン
- ヨーグルトC: 64kcal

## 23日(木) 893kcal

- 麦ご飯: 390kcal 精白米, 米粒麦
- 太刀魚のかば焼き: 200kcal 太刀魚, 鰹粉付き, ひまわり油, 本みりん, 砂糖, 料理酒, (濃) 醤油, 片栗粉
- 大根菜のごま油いため: 25kcal 大根菜, ごま油, 砂糖, (淡) 醤油, 本みりん
- 厚揚げの甘煮: 87kcal 厚揚げ, 三温糖, 本みりん, (濃) 醤油, (淡) 醤油, 削り節
- れんこんの梅肉風味: 25kcal れんこん, 梅ひしお, 本みりん, (淡) 醤油, 削り節
- じゃがいものピリ辛いため: 28kcal じゃがいも, ごま油, トウバンジャン, 本みりん, 食塩, (淡) 醤油, 米酢

## 24日(金) 907kcal

- ご飯: 394kcal 精白米
- ピピンバ: 213kcal 豚ひき肉, しょうが, ひまわり油, 赤みそ, 砂糖, 白ごま, 本みりん, 料理酒, (淡) 醤油, 料理酒, 赤しそふりかけ, 片栗粉, 小麦粉, ひまわり油
- 甘辛ごぼう: 87kcal ごぼう, 片栗粉, 小麦粉, ひまわり油, 砂糖, (濃) 醤油, 本みりん, 白ごま
- ひじきのソテー: 29kcal ひじき, コーン, 三度豆, ひまわり油, 砂糖, こしょう, (淡) 醤油
- カラフルピクルス: 21kcal カリフラワー, 人参, 黄ピーマン, オリーブ油, 食塩, こしょう, 砂糖, 米酢
- パイナップル(缶): 25kcal

## 27日(月) 933kcal

- ご飯: 394kcal 精白米
- 鶏肉の変わり揚げ: 217kcal 鶏もも肉, (濃) 醤油, (淡) 醤油, 料理酒, 赤しそふりかけ, 片栗粉, 小麦粉, ひまわり油
- 小松菜のごまいため: 22kcal 小松菜, 白ごま, ひまわり油, 本みりん, (淡) 醤油
- 鮎大根: 98kcal ぶり, 大根, (濃) 醤油, 料理酒, 本みりん, 砂糖
- もやしの煮浸し: 54kcal 油揚げ, 砂糖, 本みりん, (淡) 醤油, 削り節, 太もやし, 人参
- えのきと人参のさっぱりいため: 10kcal えのきだけ, 人参, ひまわり油, (淡) 醤油, ゆず果汁

## 28日(火) 867kcal

- 麦ご飯: 390kcal 精白米, 米粒麦
- 家常豆腐: 179kcal 厚揚げ, 三温糖, (濃) 醤油, 削り節, 豚もも肉, 玉ねぎ, 人参, にんにく, 干しいたけ, ひまわり油, 赤みそ, 砂糖, オイスターソース, トウバンジャン, 片栗粉
- 春巻: 119kcal 春巻, ひまわり油
- ブロッコリーのガーリックソテー: 11kcal ブロッコリー, にんにく, (淡) 醤油, 食塩, こしょう, ひまわり油
- ほうれん草としめじの煮浸し: 13kcal ほうれん草, 本しめじ, 本みりん, (淡) 醤油, 削り節
- 切干大根のはりはり漬け: 17kcal 切干大根, 人参, 細昆布, 米酢, 砂糖, (淡) 醤油

## 29日(水) 784kcal

- ご飯: 394kcal 精白米
- 鱈の煮付け: 93kcal かれい, 砂糖, 本みりん, 料理酒, (濃) 醤油, (淡) 醤油, 削り節
- 大根菜とえのきの煮浸し: 25kcal 大根菜, 人参, えのきだけ, 本みりん, (淡) 醤油, 削り節
- 高野豆腐のごまあん: 111kcal 高野豆腐, 砂糖, (淡) 醤油, 削り節, 豚もも肉, しょうが, ひまわり油, 人参, 白ごま, ねりごま, 片栗粉
- 白菜のゆず風味: 10kcal 白菜, (淡) 醤油, 削り節, ゆず果汁
- 萋わかめのきんぴら: 13kcal 萋わかめ, ひまわり油, (淡) 醤油, 砂糖, 白ごま, 削り節

## 30日(木) 864kcal

- 麦ご飯: 390kcal 精白米, 米粒麦
- カレー(レトルト): 194kcal
- 豆腐入りつくねのから揚げ: 68kcal 豆腐入りつくね, ひまわり油
- キャベツとコーンのソテー: 36kcal キャベツ, コーン, ひまわり油, 食塩, こしょう, (淡) 醤油
- ほうれん草ともやしのソテー: 17kcal ほうれん草, 大豆もやし, ひまわり油, (淡) 醤油, 食塩, こしょう
- 人参とセロリのマスタードあえ: 21kcal 人参, セロリ, ひまわり油, りんご酢, 砂糖, 食塩, 粒マスタード

## 31日(金) 929kcal

- 玄米ご飯: 393kcal 精白米, 発芽玄米
- 飛魚のごま揚げ: 199kcal とびうお, 料理酒, (濃) 醤油, しょうが, 卵, 小麦粉, 片栗粉, 白ごま, 黒ごま, ひまわり油
- 小松菜のいため物: 14kcal 小松菜, ひまわり油, (淡) 醤油
- ひじきそぼろ丼の具: 112kcal 鶏ひき肉, 玉ねぎ, 人参, ひじき, (濃) 醤油, 豆みそ, 料理酒, 本みりん, 三温糖, にんにく, しょうが, ひまわり油
- 聖護院大根の炊いたん: 57kcal 聖護院大根, 油揚げ, 本みりん, 砂糖, (淡) 醤油, 削り節
- 和風ピクルス: 16kcal きゅうり, 人参, 赤しそふりかけ, 白ごま, 砂糖, 食塩, (濃) 醤油, りんご酢

## 1月24日～30日は「全国学校給食週間」です

戦後、海外からの支援を受けて学校給食が再開されたことを記念し、学校給食の意義や役割について理解や関心を深めるための期間として設けられました。

学校給食は、子どもたちの健康を守る栄養摂取のためだけでなく、さまざまな学びの生きた教材となり、子どもたちの心を豊かにするためにも欠かせないものです。

### 広告

京の漬物事典Vol.1

京の三大漬物の一つ

# すぐき

京漬物を

もっと身近に

感じてほしい!

すぐきの漬物や漬物は、上質度の社家から始まったというのが定説となっています。桃山時代の頃に上賀茂神社に奉仕する社家が糠子を手に入れ、珍しい高級品として上層階級の御用者に栽培したのが始まりで、それゆえに長く製法は秘伝として門外不出でした。長崎3〜4メートルの棒の先に重石をくくり、大きな圧力がかかるアウスの原理を応用したすぐきの「天秤漬」は、天祥を使ってお漬けるには、昭和初期からの偉大な知恵です。本漬けが終わるまで発酵が進み温度で管理し乳酸発酵させ、熟成後、室から出します。そして自然に冷めのを待てば、ほどよい酸味のきいたすぐき漬物完成します。

探して、楽しみ、味わう

京都ツクのためのお漬物サイト

# きょうとおつけもんライフ

【おつけもんでお料理!】など、いろいろなコンテンツ多数! おつけもんライフ 検索

## 加工食品原材料(卵・大豆・牛乳・小麦・エビ・カニ) 使用一覧表

| 食品名              | 卵 | 大豆 | 牛乳 | 小麦 | エビ | カニ | 食品名                   | 卵 | 大豆 | 牛乳 | 小麦 | エビ | カニ |
|------------------|---|----|----|----|----|----|-----------------------|---|----|----|----|----|----|
| 7 ハッシュドビーフ(レトルト) | × | ○  | ○  | ○  | ×  | ×  | 10 きな粉                | × | ○  | ×  | ×  | ×  | ×  |
| 7 ミックスビーンズ       | × | ○  | ×  | ×  | ×  | ×  | 10 豆乳がんと              | × | ○  | ×  | ×  | ×  | ×  |
| 8 生クリーム          | × | ×  | ○  | ×  | ×  | ×  | 14,24 いり卵             | ○ | ×  | ×  | ○  | ×  | ×  |
| 8,22 パター         | × | ×  | ○  | ×  | ×  | ×  | 15,17 信州みそ            | × | ○  | ×  | ×  | ×  | ×  |
| 8,23,28 厚揚げ      | × | ○  | ×  | ×  | ×  | ×  | 15,17,20 マヨネーズ(ノンエッグ) | × | ○  | ×  | ×  | ×  | ×  |
| 9 ポテトコロッケ        | × | ○  | ×  | ○  | ×  | ×  | 15,29 高野豆腐            | × | ○  | ×  | ×  | ×  | ×  |
| 9,14,27,31 油揚げ   | × | ○  | ×  | ×  | ×  | ×  | 20 おから                | × | ○  | ×  | ×  | ×  | ×  |
| 9,22,24,28 赤みそ   | × | ○  | ×  | ×  | ×  | ×  | 20 トマトシチュー(レトルト)      | × | ×  | ○  | ×  | ×  | ×  |

\* 銘柄名除く等のために原材料の詳細が必要の方は、各店舗へお問合せください。  
\* 値介類: 海産物は、いわし及びえび・かに; その他甲殻類。またはアレルゲンである甲殻類由来のたんぱく質が極めて微量ながら検出される可能性があります。  
\* 食材の加工場や給食委託施設において、コンタミネーション(意図しない微量のアレルゲンが混入する)の可能性がります。