



明和県央高等学校 2025年6月 Menu



日付	曜日	献立名	食材	アレルギー	E: 原材料 P: タバコ質 F: 脂質	アスリート	アスリート アレルギー
6月2日	月	タラみそバター焼&カニクリームコロッケ	タラ 味噌 酒 砂糖 みりん バター 小麦粉 食用油脂 牛乳 カニエキス 塩 水あめ 紅ずわいガニペースト パン粉 でん粉 大豆たんぱく 卵黄 キャベツ 紫キャベツ	カニ 小麦 卵 乳 大豆	E: 840 P: 30.5 F: 14.7	大盛+ウインナー (豚 牛)	-
		スパゲッティーサラダ	スパゲッティー 玉葱スライス ミックスベジタブル 塩 胡椒 マヨネーズ	小麦 卵 大豆			
		コンソメスープ	わかめ コンソメ 塩 胡椒	小麦 乳 大豆			
6月3日	火	和風おろしハンバーグ	鶏肉 玉葱 パン粉 でん粉 植物性たん白 卵白 豚脂 牛脂 醤油 にんにく ポークエキス チキンブイヨン 乳清たんぱく 大根 和風だし みりん 酒 しょうが もやし 水菜	小麦 卵 乳 大豆	E: 867 P: 27.1 F: 19.0	大盛+ふわとろ豆腐	小麦 卵 大豆
		五品目の野菜昆布和え	ブロッコリー カリフラワー 玉葱 三色ピーマン 人参 塩昆布 めんつゆ(魚介エキス)	小麦 大豆			
		味噌汁	木綿豆腐 和風だし 合わせ味噌	大豆			
6月5日	木	揚げ鶏のピリ辛甘酢あん	鶏肉 塩 胡椒 片栗粉 中華だし 甘酢あん(ごま) 醤油 酢 砂糖 赤唐辛子 ラー油 ごま油 スパゲッティー	小麦 大豆	E: 1081 P: 36.1 F: 28.8	大盛 +肉団子の クリーム煮 (鶏 ごま)	小麦 卵 乳 大豆
		切り干し大根サラダ	切り干し大根 きゅうり 人参 玉葱 ごまクリームドレッシング	卵 乳 大豆			
		味噌汁	ほうれん草 和風だし 合わせ味噌	大豆			
6月6日	金	豚塩カルピ丼	豚肉 チンゲン菜 もやし 玉葱 人参 きくらげ 中華だし 塩だれ(ごま) 塩 胡椒 砂糖 片栗粉 ごま油	小麦 大豆	E: 874 P: 19.6 F: 27.6	大盛+ヒレカツ (豚)	小麦 卵 大豆
		ポテトサラダ	じゃが芋 ミックスベジタブル 玉葱 塩 胡椒 マヨネーズ	卵 大豆			
		味噌汁	油揚げ 白菜 和風だし 合わせ味噌	大豆			
6月9日	月	台湾ラーメン	ラーメン 豚肉 もやし たら 赤唐辛子 にんにく 豆板醤 中華だし 醤油ラーメンスープ(魚粉) 片栗粉 ごま油	小麦 大豆	E: 590 P: 23.2 F: 17.5	大盛+ご飯 +海鮮焼売 (魚肉すり身 ホタテ) (オイスターソース含む)	エビ カニ 小麦 卵 大豆
		揚げ餃子	キャベツ 玉葱 たら 植物性たん白 ラード 豆腐 醤油 植物油 塩 かきエキス 小麦粉 でん粉	小麦 大豆			
6月10日	火	ポークジンジャー炒め丼	豚肉 玉葱 三色ピーマン 人参 しょうが にんにく 生姜焼たれ 醤油 みりん 酒 砂糖 片栗粉	小麦 大豆	E: 926 P: 24.3 F: 27.0	大盛 +ごまから揚げ (鶏)	小麦 大豆
		豆腐チョレギサラダ	絹豆腐 レタス サニーレタス 玉葱 きゅうり ごま 砂糖 酢 オイスターソース ごま油	小麦 大豆			
		味噌汁	卵 和風だし 合わせ味噌	卵 大豆			
6月11日	水	シーフードフライ	イカ アジ 塩 パン粉 小麦粉 でん粉 キャベツ 紫キャベツ	小麦 大豆	E: 975 P: 28.6 F: 29.2	大盛 +ロールキャベツ (豚)	小麦 乳 大豆
		ジャーマンポテト	ポテト ベーコン 玉葱 コーン バター コンソメ 塩 胡椒 パセリ粉	小麦 卵 乳 大豆			
		コンソメスープ	わかめ コンソメ 塩 胡椒	小麦 乳 大豆			
6月12日	木	やみつきちキン	鶏肉 トマトケチャップ 砂糖 みりん 醤油 マヨネーズ にんにく 塩 胡椒 もやし	小麦 卵 大豆	E: 948 P: 33.7 F: 30.6	大盛 +グラタン風フライ (エビ)	エビ 小麦 乳 大豆
		和風サラダ	大根 人参 わかめ 水菜 れんこん 和風ドレッシング	小麦 乳 大豆			
		味噌汁	木綿豆腐 和風だし 合わせ味噌	大豆			
6月13日	金	牛肉と野菜のオイスター炒め丼	牛肉 チンゲン菜 もやし たけのこ 人参 三色ピーマン 玉葱 中華だし オイスターソース 醤油 酒 砂糖 片栗粉 ごま油	小麦 大豆	E: 874 P: 22.2 F: 29.8	大盛+マグロカツ (ホタテエキス)	小麦 大豆
		ウインナーとキャベツのマスタートサラダ	ウインナー キャベツ 紫キャベツ 玉葱 粒マスタード マヨネーズ 塩 胡椒 コンソメ	小麦 卵 乳 大豆			
		中華スープ	卵 中華だし 塩 胡椒 醤油	卵 小麦 大豆			
6月16日	月	白身魚ねぎ味噌焼き&野菜コロッケ	白身魚(モーク)味噌 酒 砂糖 みりん ねぎ じゃが芋 パン粉 小麦粉 人参 玉葱 とうもろこし いんげん マーガリン でん粉 塩 焼きそば ウスターソース(りんご)	小麦 乳 大豆	E: 1036 P: 33.3 F: 24.0	大盛+チーズハンバーグ (鶏 豚)	小麦 卵 乳 大豆
		きんぴらごぼろ	ごぼろ 人参 こんにゃく いんげん 唐辛子 和風だし 醤油 砂糖 みりん ごま油	小麦 大豆			
		味噌汁	白菜 和風だし 合わせ味噌	大豆			
6月17日	火	ソースカツ丼	豚肉 パン粉 でん粉 小麦粉 水あめ 塩 砂糖 食用油脂 ポークエキス 醤油 みりん 砂糖 酒 ケチャップ ウスターソース(りんご) 中濃ソース(りんご) キャベツ	小麦 乳 大豆	E: 961 P: 22.3 F: 25.2	大盛 +イカ野菜 ガーリックソテー	小麦 乳 大豆
		かにかまサラダ	かにかま 大根 赤ピーマン 黄ピーマン かいわれ大根 中華ドレッシング(ごま) 塩 胡椒	カニ 小麦 卵 大豆			
		味噌汁	玉葱 和風だし 合わせ味噌	大豆			
6月18日	水	キーマカレー	豚肉 玉葱 ミックスベジタブル カレールウ(やまいも) ケチャップ ウスターソース(りんご) 小麦粉 赤ワイン	小麦 大豆	E: 866 P: 23.2 F: 17.0	大盛 +野菜のカルボナーラ	卵 乳
		緑黄色野菜おろしポン酢	ブロッコリー カリフラワー かぼちゃ 玉葱 ナス おろしポン酢	小麦 大豆			
		プリン風デザート	牛乳 デザートベースプリン風味(りんご)	乳			
6月19日	木	グリルチキンきのこクリームソース	鶏肉 塩 胡椒 小麦粉 オリーブ油 玉葱 きのごミックス マッシュルーム ホワイトソース バター 白ワイン コンソメ 塩 胡椒 スパゲッティー パセリ粉	小麦 乳 大豆	E: 1026 P: 36.5 F: 32.8	大盛+メンチカツ (鶏 豚 牛)	小麦 乳 大豆
		ひじきと根菜のサラダ	ひじき ごぼろ れんこん 人参 きゅうり こんにゃく 和風だし めんつゆ(魚介エキス) マヨネーズ ごま	小麦 卵 大豆			
		コンソメスープ	わかめ コンソメ 塩 胡椒	小麦 乳 大豆			
6月20日	金	エビチリ豆腐丼	エビ 木綿豆腐 玉葱 枝豆 チリソース(ごま) 豆板醤 ケチャップ にんにく しょうが 醤油 砂糖 片栗粉 ごま油	エビ 小麦 大豆	E: 904 P: 28.1 F: 20.5	大盛+春巻き (鶏 ごま ホタテ、牡蠣エキス)	小麦 大豆
		お芋とお豆のサラダ	さつまいも サラダ豆 枝豆 玉葱 大豆水煮 ごまクリームドレッシング	卵 乳 大豆			
		中華スープ	卵 中華だし 塩 胡椒 醤油	小麦 卵 大豆			
6月23日	月	冷しぶっかけ温玉うどん	うどん 卵 揚げ玉 長葱 わかめ 和風だし めんつゆ(魚介エキス) 醤油 みりん	小麦 卵 大豆	E: 806 P: 24.6 F: 18.1	大盛+白身魚フライ	小麦
		タラモサラダ	明太子 じゃが芋 玉葱 グリーンピース マヨネーズ 塩 胡椒	卵 大豆			
		ませご飯	鮭フレーク ごま	大豆			
6月24日	火	道産バターコロッケ&エビフライ	じゃが芋 パン粉 小麦粉 玉葱 砂糖 でん粉 バーム油 バター 塩 エビ 小麦たん白 植物油 キャベツ 紫キャベツ	エビ 小麦 乳 大豆	E: 942 P: 22.8 F: 23.9	大盛 +鶏塩焼き	-
		パンネとハムのサラダ	パンネ ハム 玉葱 三色ピーマン 絹さや シーズドレッシング 塩 こしょう	小麦 卵 乳 大豆			
		味噌汁	ほうれん草 和風だし 合わせ味噌	大豆			
6月25日	水	三色丼	豚肉 錦糸卵 いんげん 和風だし 醤油 みりん 酒 砂糖	小麦 卵 大豆	E: 905 P: 33.1 F: 20.8	大盛 +道産カレーコロッケ (牛 鶏 豚)	小麦 乳 大豆
		ミートポルトマト煮	鶏肉 玉葱 卵 パン粉 植物性たん白 砂糖 醤油 チキンエキス調味料(ごま) トマト缶 ケチャップ コンソメ 塩 胡椒 砂糖	小麦 卵 乳 大豆			
		味噌汁	木綿豆腐 和風だし 合わせ味噌	大豆			
6月26日	木	ホキゆず麹漬&豆腐野菜照焼バーグ	ホキ 米こうじ 塩 ゆず果汁 砂糖 みりん 玉葱 人参 枝豆 ねぎ 植物性たん白 鶏肉 パン粉 小麦粉 豆腐 牛脂 しょうが かつお節エキス 照焼きたれ(りんご) スパゲッティー	小麦 大豆	E: 954 P: 39.5 F: 16.0	大盛 +豚肉黒酢炒め	-
		挽肉とポテトの胡麻だれ和え	豚肉 じゃが芋 玉葱 ミックスベジタブル はちみつ ごま醤油ドレッシング	乳 大豆			
		中華スープ	卵 中華だし 塩 胡椒 醤油 ごま油	小麦 卵 大豆			

※加工食品については、製造工程において機械や器具などからアレルギーが混入(コンタミネーション)が起こる場合があります。コンタミネーションの記載はしていません。
※材料などの都合によりメニューが変更になる場合がございます。その際はご了承ください。
※ご不明な点は給食職員までお願いいたします。

アレルギーを含む食品 特定原材料 8品目 エビ カニ 小麦 そば 卵 乳 落花生 くるみ

特定原材料に準ずるもの 大豆

※その他特定原材料に準ずるものに関しては食材名を参考して下さい。