

アレルギー予定献立表 (令和4年7月 中学校)

献立ブロック (中学校)

7月1日(金)			7月4日(月)			7月5日(火)			7月6日(水)				
菜飯 牛乳 すき焼きうどん たこときゅうりの酢の物 オレンジゼリー			御飯 牛乳 豆腐汁 とびうおの天ぷら 切干大根の焼きそば風			御飯 牛乳 肉団子の酢豚風 蒸しシューマイ ほうれん草ともやしのナムル			キャロットピラフ 牛乳 コンソメスープ ジャーマンポテト ブロッコリーとパプリカのサラダ				
	食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量		
乳 麦 牛 豆ゼ 麦豆 麦豆 水 たこ きゅうり にんじん カットわかめ 酢・穀物酢 砂糖・上白糖 麦豆 れ	米 (100g)	1 食	乳 豆 豆 鯖 麦豆 麦 豚 り	米 (100g)	1 食	乳 鶏豚 麦豆鶏豚ご 麦豆 麦豚 麦豆 ご ご	米 (100g)	1 食	豆鶏 乳 鶏 豆 麦牛豆 麦豆 豚 麦牛豆	米 (100g)	1 食		
	菜飯の素	3.43 g		牛乳 (飲用普通牛乳)	1 本		牛乳 (飲用普通牛乳)	1 本		キャロットピラフの素	31.42 g		
	牛乳 (飲用普通牛乳)	1 本		木綿豆腐	39 g		肉団子	32.5 g		牛乳 (飲用普通牛乳)	1 本		
	うどん	52 g		油あげ	5.2 g		たまねぎ	52 g		鶏むね皮つき	19.5 g		
	牛肉ショルダー	39 g		蒸しかまぼこ	6.5 g		にんじん	26 g		たまねぎ	39 g		
	焼き豆腐	52 g		にんじん	19.5 g		ピーマン	6.5 g		にんじん	26 g		
	たまねぎ	52 g		青ねぎ	6.5 g		干しいたけ	1.3 g		えだまめ	6.5 g		
	青ねぎ	10.4 g		鯖	だしパック		2.6 g	たけのこ		26 g	麦牛豆	マジューブイオン	1.3 g
	つきこんにゃく	52 g		麦豆	食塩		0.33 g	なす		26 g	麦豆	しょうゆ (うすくち)	3.9 g
	砂糖・上白糖	4.55 g		麦豆	しょうゆ (うすくち)		6.5 g	中華スープの素		1.3 g	水	156 g	
	しょうゆ (こいくち)	5.85 g		麦	水		162.5 g	しょうゆ (こいくち)		9.1 g	じゃがいも	39 g	
	しょうゆ (うすくち)	4.55 g		麦	とびうおの天ぷら		1 こ	砂糖・上白糖		9.1 g	たまねぎ	26 g	
	水	15.6 g		豚	なたねてんぷら油		5 g	酢・穀物酢		9.1 g	にんじん	6.5 g	
	たこ	9.1 g		豚	切り干し大根		6.5 g	料理酒		2.6 g	ベーコン	13 g	
	きゅうり	32.5 g		り	豚ももひき肉		19.5 g	じゃがいもでんぷん		1.95 g	パセリ	0.13 g	
	にんじん	6.5 g		り	にんじん		13 g	水		39 g	オリーブオイル	0.78 g	
	カットわかめ	1.04 g		り	たまねぎ		26 g	なたねサラダ油		0.39 g	食塩	0.2 g	
	酢・穀物酢	2.6 g		り	チンゲンサイ		6.5 g	ポークシューマイ		3 こ	こしょう	0.07 g	
	砂糖・上白糖	2.6 g		り	こしょう		0.04 g	ほうれんそう		45.5 g	麦牛豆	マジューブイオン	0.52 g
	しょうゆ (うすくち)	2.6 g		り	とんかつソース		8.45 g	もやし		26 g	ブロッコリー	45.5 g	
オレンジゼリー	1 こ	り	ウスターソース	1.3 g	しょうゆ (うすくち)	1.69 g	赤パプリカ	6.5 g					
		り	なたねサラダ油	0.39 g	ごま油	1.3 g	黄パプリカ	6.5 g					
		り			ごま (いりごま)	0.65 g	なたねサラダ油	1.95 g					
		り			食塩	0.33 g	酢・穀物酢	1.3 g					
		り					食塩	0.43 g					
		り					こしょう	0.03 g					
		り					砂糖・上白糖	0.91 g					

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ピ:落花生 E:えび 蟹:かに 鮑:あわび 缶:いか ら:いくら 札:オレンジ キ:キウイフルーツ 牛:牛肉 く:くるみ 鮭:さけ 鯖:さば 豆:大豆 鶏:鶏肉
豚:豚肉 マツ:まつたけ 珥:もも 芋:やまいも リ:りんご ゼ:ゼラチン バ:バナナ ご:ごま カ:カシューナッツ ア:アーモンド

アレルギー予定献立表 (令和4年7月 中学校)

献立ブロック (中学校)

7月7日(木)			7月8日(金)			7月11日(月)			7月12日(火)		
三色丼 牛乳 オクラの味噌汁 七タゼリー			ナン 牛乳 ひき肉カレー ささみポテトカツ ツナとゴーヤのサラダ			御飯 牛乳 春雨スープ 豚キムチ きゅうりとちくわの中華あえ			御飯 牛乳 冬瓜の味噌汁 シイラの香味焼き かぼちゃのきんぴら		
	食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量
	米 (100g)	1 食	麦豆	ナン100g	1 こ		米 (100g)	1 食		米 (100g)	1 食
	卵麦豆 錦糸卵	26 g	乳	牛乳 (飲用普通牛乳)	1 本		乳	牛乳 (飲用普通牛乳)	1 本	乳	牛乳 (飲用普通牛乳)
	豆 ツナ	52 g	豚	豚ももひき肉	26 g		豚	はるさめ	6.5 g	豆	冬瓜
	土しろうが	1.3 g		じゃがいも	52 g		豚	シャウエッセン	12 g	豆	厚揚げ
	麦豆 しょうゆ (こいくち)	2.6 g		たまねぎ	52 g			たまねぎ	32.5 g		にんじん
	砂糖・上白糖	2.6 g		にんじん	26 g			ほうれんそう	9.1 g		たまねぎ
	料理酒	1.3 g		グリーンピース	6.5 g			なたねサラダ油	0.26 g		青ねぎ
	みりん風調味料	1.3 g		乳 脱脂粉乳	3.9 g			しょうゆ (うすくち)	3.9 g		豆 淡色辛みそ
	小松菜	9.1 g			なたねサラダ油	0.39 g		麦豆 しょうゆ (うすくち)	3.9 g		和風だしの素
	乳 牛乳 (飲用普通牛乳)	1 本			食塩	0.39 g		麦豆鶏豚ご	中華スープの素		水
	オクラ	9.1 g			こしょう	0.1 g		豚	水		シイラ
	豆 木綿豆腐	39 g			り ソース (中濃)	3.9 g		豚	豚スライス肉		砂糖・上白糖
	豆 油あげ	5.2 g			ワイン (白)	1.3 g			キムチ (はくさい)		おろしにんにく
	焼きちくわ	6.5 g			乳麦豆豚りバ	10.4 g			にんじん		おろし生姜
	にんじん	13 g			乳麦豆鶏豚りご	5.2 g			にら		ご ごま油
	たまねぎ	26 g			豆鶏	水			麦豆 しょうゆ (うすくち)		麦豆 しょうゆ (こいくち)
	豆 淡色辛みそ	9.75 g				ささみポテトカツ			ご なたねサラダ油		料理酒
	和風だしの素	0.65 g			豆	なたねてんぷら油			豚		豚スライス肉
	水	162.5 g				ツナ					かぼちゃ
	乳豆 七タゼリー	1 こ				ゴーヤ					ピーマン
						きゅうり					豆 さつま揚げ
						ノンエッグマヨネーズ					にんじん
						食塩					なたねサラダ油
											砂糖・上白糖
											麦豆 しょうゆ (こいくち)
											みりん風調味料
											ご ごま (いりごま)
											ご 唐辛子・七味
アレルギー 除去食対応	三色丼 (錦糸卵) → 配缶しません		ひき肉カレー → ①脱脂粉乳除去 ②ルウ変更 (アレルギー:大豆、小麦)								

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ピ:落花生 花:えび 蟹:かに 鮑:あわび 肉:いか ら:いくら 乳:オレンジ キ:キウイフルーツ 牛:牛肉 く:くるみ 鮭:さけ 鯖:さば 豆:大豆 鶏:鶏肉
豚:豚肉 マ:まつたけ 芋:もも 芋:やまいも り:りんご ゼ:ゼラチン バ:バナナ ご:ごま カ:カシューナッツ ア:アーモンド

アレルギー予定献立表 (令和4年7月 中学校)

献立ブロック (中学校)

7月13日(水)			7月14日(木)			7月15日(金)			7月19日(火)			
ゆかり御飯 牛乳 もずくスープ 春巻 冷しゃぶサラダ			黒糖パン 牛乳 フルーツ白玉 白身魚といかのオーロラソースかけ ズッキーニとレタスのマリネ			御飯 牛乳 新じゃがのそぼろ煮 野菜のゆずあえ もちクリームアイス			御飯 牛乳 夏野菜の味噌汁 揚げ鶏の玉ねぎソースかけ きゅうりの梅昆布あえ			
	食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量	
	米 (100g)	1 食	麦	コッペパン (120g)	1 こ		米 (100g)	1 食		米 (100g)	1 食	
	ゆかり御飯の素	1.07 g		黒砂糖	8.58 g	乳	牛乳 (飲用普通牛乳)	1 本	乳	牛乳 (飲用普通牛乳)	1 本	
乳	牛乳 (飲用普通牛乳)	1 本	乳	牛乳 (飲用普通牛乳)	1 本	豚	豚ももひき肉	26 g		なす	19.5 g	
	たまねぎ	39 g	豆	冷凍白玉餅	39 g		じゃがいも	71.5 g	豆	厚揚げ	15.6 g	
	コーン	6.5 g	札	みかん缶詰	32.5 g		にんじん	32.5 g		にんじん	13 g	
	にんじん	19.5 g		パナップ缶詰	32.5 g		たまねぎ	39 g		たまねぎ	32.5 g	
	もずく	13 g	リ	りんご角切り	13 g	豆	さつま揚げ	19.5 g		かぼちゃ	19.5 g	
鶏豚	肉団子	15.6 g		カットゼリー (ぶどう)	13 g	豆	厚揚げ	26 g		さいいんげん	6.5 g	
麦豆鶏豚	中華スープの素	1.04 g	リ	カットゼリー (りんご)	13 g		砂糖・上白糖	5.2 g	豆	淡色辛みそ	9.75 g	
麦豆	しょうゆ (うすくち)	3.9 g		カットゼリー (さくらんぼ)	13 g	麦豆	しょうゆ (こいくち)	3.9 g		和風だしの素	0.65 g	
	水	162.5 g		カットゼリー (サイダー)	13 g	麦豆	しょうゆ (うすくち)	3.25 g		水	162.5 g	
麦豆鶏	春巻	1 こ	リ	りんごジュース	9.1 g		水	45.5 g	鶏	鶏むね皮つき	78 g	
	なたねてんぷら油	5 g	麦	白身魚フリッター	32.5 g		キャベツ	39 g		食塩	0.26 g	
豚	豚スライス肉	19.5 g	麦	いかフリッター	32.5 g		にんじん	6.5 g		こしょう	0.05 g	
	カットわかめ	0.65 g		なたねてんぷら油	5 g	鶏	鶏ささ身	6.5 g		じゃがいもでんぷん	5.2 g	
	キャベツ	26 g		土しょうが	0.65 g		ゆず(果汁)	1.3 g	麦	小麦粉	6.5 g	
麦豆	しょうゆ (うすくち)	2.6 g		トマトケチャップ袋	5.85 g		砂糖・上白糖	2.6 g		なたねてんぷら油	6 g	
	酢・穀物酢	1.3 g		乳 脱脂粉乳	1.17 g	麦豆	しょうゆ (うすくち)	2.6 g		たまねぎ	6.5 g	
	砂糖・上白糖	2.34 g		水	4.55 g		酢・穀物酢	1.3 g	麦豆	しょうゆ (こいくち)	3.9 g	
ご	いりごま・すり	1.95 g	豆	ノンエッグマヨネーズ	5.85 g	乳豆	もちクリームアイス	1 こ		酢・穀物酢	2.6 g	
豆	ノンエッグマヨネーズ	5.2 g		砂糖・上白糖	1.69 g					砂糖・上白糖	3.9 g	
				ズッキーニ	32.5 g					料理酒	0.65 g	
				レタス	19.5 g					おろしにんにく	0.52 g	
			豆	ツナ	6.5 g					なたねサラダ油	0.26 g	
				コーン	6.5 g					きゅうり	41.6 g	
				にんじん	6.5 g					豆	えだまめ	6.5 g
				酢・穀物酢	3.51 g					豆	にんじん	6.5 g
				砂糖・上白糖	2.21 g					豆	ツナ	6.5 g
				食塩	0.39 g					麦豆	しょうゆ (うすくち)	1.82 g
			麦牛豆	オリーブオイル	1.95 g						梅びしお	0.65 g
				マギーブイヨン	0.26 g					リ	減塩梅びしお	0.39 g
				こしょう	0.07 g						砂糖・上白糖	1.04 g
											乾燥カリカリ梅	0.2 g
										牛豆豚	刻み昆布	0.65 g
アレルギー 除去食対応			白身魚といかのオーロラソースかけ → 脱脂粉乳除去			もちクリームアイス → みかんタルトに変更 (アレルギーン：大豆、オレンジ)						

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ビ:落花生 上:えび 蟹:かに 鮑:あわび 缶:いから 乳:いくら 札:オレンジ キ:キウイフルーツ 牛:牛肉 く:くるみ 鮭:さけ 鯖:さば 豆:大豆 鶏:鶏肉
豚:豚肉 マ:まつたけ 珥:もも 芋:やまいも リ:りんご ゼ:ゼラチン パ:バナナ ご:ごま カ:カシューナッツ ア:アーモンド