

アレルギー予定献立表 (令和4年12月 中学校)

献立ブロック (中学校)

12月1日(木)			12月2日(金)			12月5日(月)			12月6日(火)		
黒糖パン 牛乳 バターナッツかぼちゃのクリームシチュー おのっこポテトコロッケ きゅうりとコーンのサラダ			御飯 牛乳 さつま汁 小松菜の豆腐寄せ 焼き豚			御飯 牛乳 鮭のつみれ汁 キャベツのカラフル炒め 大根の甘酢あえ			御飯 牛乳 沢煮椀 ししゃもフライ エリンギと人参のきんぴら		
食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量	
麦	コッペパン (120g)	1 こ	米 (100g)	1 食		米 (100g)	1 食		米 (100g)	1 食	
	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)	
豚	牛乳 (飲用普通牛乳)	1 本		さつまいも	52 g	豚	鮭つみれ	26 g	豚	豚スライス肉	
	シャウエッセン	12 g	豆	にんじん	13 g		ぶなしめじ	10.4 g		にんじん	
	たまねぎ	32.5 g		厚揚げ	15.6 g		にんじん	19.5 g		ごぼう	
	にんじん	19.5 g		大根	32.5 g		油あげ	5.2 g		大根	
	かぼちゃ	19.5 g		根深ねぎ	6.5 g		カットわかめ	0.39 g		干しいたけ	
	ブロッコリー	13 g	豆	淡色辛みそ	9.1 g		淡色辛みそ	9.1 g		根深ねぎ	
麦	マカロニデリカ	3.9 g		和風だしの素	0.65 g		和風だしの素	0.65 g		だしパック	
	シチューミックス	13 g		水	143 g		水	143 g		食塩	
	なたねサラダ油	0.39 g	豆	小松菜の豆腐寄せ	1 こ	豚	豚スライス肉	26 g	麦豆	しょうゆ (うすくち)	
	脱脂粉乳	3.9 g	豚	豚もも肉	58.5 g		キャベツ	39 g		水	
				土しろうが	0.91 g		赤パブリカ	6.5 g	麦豆	ししゃもフライ	
				こしょう	0.04 g		コーン	6.5 g		なたねてんぷら油	
				砂糖・上白糖	1.95 g		食塩	0.13 g		にんじん	
				みりん風調味料	3.9 g		こしょう	0.04 g		エリンギ	
麦豆豚	じゃがいもコロッケ	1 こ	麦豆	しょうゆ (こいくち)	6.76 g	麦豆	しょうゆ (うすくち)	5.2 g	豆	さつま揚げ	
	なたねてんぷら油	5 g		水	13 g		砂糖・上白糖	1.3 g		つきこんにゃく	
豆	ハム (魚肉)	3.9 g					料理酒	1.3 g		さやいんげん	
	きゅうり	45.5 g					みりん風調味料	0.65 g		なたねサラダ油	
	コーン	9.1 g				ご	ごま油	0.65 g		砂糖・上白糖	
	なたねサラダ油	1.95 g				ご	ごま (いりごま)	0.39 g	麦豆	しょうゆ (こいくち)	
	酢・穀物酢	1.3 g					おろしにんにく	0.39 g		みりん風調味料	
	食塩	0.39 g					なたねサラダ油	0.39 g	ご	ごま (いりごま)	
	こしょう	0.03 g					大根	52 g	ご	唐辛子・七味	
	砂糖・上白糖	0.91 g					にんじん	6.5 g			
							砂糖・上白糖	3.25 g			
							酢・穀物酢	3.25 g			
							食塩	0.46 g			
アレルギー 除去食対応	バターナッツかぼちゃの クリームシチュー →①脱脂粉乳除去 ②ルウ変更 (アレルギー：無し)		/			/			/		

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ピ:落花生 土:えび 蟹:かに 鮑:あわび 飴:いか ら:いくら 丸: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 珉: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12月 中学校)

献立ブロック (中学校)

12月7日(水)			12月8日(木)			12月9日(金)			12月12日(月)		
御飯 牛乳 マーボー豆腐 揚げワントン チンゲン菜ともやしのナムル			コッペパン 牛乳 マカロニスープ チリコンカン キャベツのイタリアンサラダ マーガリン			御飯 牛乳 豚じゃが 水菜のおかかあえ 豆乳野菜マフィン			ゆかり御飯 牛乳 レタススープ 肉巻きいなり 春雨の酢の物		
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	
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	
豆 冷凍豆腐	91 g		豆鶏 彩り野菜ミートボール	19.5 g		豚 豚スライス肉	32.5 g		乳 牛乳 (飲用普通牛乳)	1 本	
豚 豚ももひき肉	39 g		麦 アルファベットマカロニ	5.2 g		豚 じゃがいも	78 g		豚 ベーコン	13 g	
おろし生姜	0.91 g		にんじん	19.5 g		たまねぎ	52 g		レタス	26 g	
たまねぎ	58.5 g		ほうれんそう	13 g		にんじん	26 g		にんじん	13 g	
にんじん	26 g		えのき茸	13 g		豆 小粒がんも	26 g		たまねぎ	39 g	
根深ねぎ	6.5 g		食塩	0.39 g		系こんにやく	32.5 g		コーン	6.5 g	
なたねサラダ油	0.26 g		こしょう	0.04 g		麦豆 しょうゆ (うすくち)	7.15 g		なたねサラダ油	0.26 g	
豆 淡色辛みそ	7.8 g		麦牛豆 マギーブイヨン	1.3 g		砂糖・上白糖	2.6 g		麦牛豆 マギーブイヨン	0.91 g	
砂糖・上白糖	1.3 g		麦豆 しょうゆ (うすくち)	2.08 g		カレー粉	0.39 g		麦豆 しょうゆ (うすくち)	3.38 g	
麦豆 しょうゆ (うすくち)	6.5 g		ワイン (白)	2.6 g		みりん風調味料	1.3 g		水	156 g	
料理酒	1.95 g		水	156 g		水	45.5 g		麦豆鶏豚 肉巻きいなり	1 こ	
じゃがいもでんぷん	1.56 g		牛豚 合びき肉	26 g		水菜	26 g		はるさめ	6.5 g	
唐辛子・一味	0.04 g		豆 大豆	13 g		焼きちくわ	9.1 g		にんじん	6.5 g	
水	32.5 g		たまねぎ	39 g		きゅうり	19.5 g		きゅうり	26 g	
麦豆豚 ワントン	52 g		トマト(缶詰)	19.5 g		かつお節・花カット	1.3 g		酢・穀物酢	3.9 g	
なたねてんぷら油	4 g		トマトケチャップ	15.6 g		麦豆 しょうゆ (うすくち)	2.6 g		砂糖・上白糖	2.6 g	
チンゲンサイ	39 g		ウスターソース	1.95 g		麦豆 豆乳野菜マフィン	1 こ		麦豆 しょうゆ (うすくち)	5.2 g	
もやし	15.6 g		砂糖・上白糖	1.95 g					麦豆 ごま油	1.04 g	
麦豆 しょうゆ (うすくち)	1.3 g		豆 バジルペースト	0.91 g							
ごま油	1.3 g		チリパウダー	0.26 g							
ごま (いりごま)	0.52 g		おろしにんにく	0.52 g							
食塩	0.26 g		こしょう	0.03 g							
			なたねサラダ油	0.65 g							
			キャベツ	39 g							
			豆 ツナ	6.5 g							
			コーン	6.5 g							
			麦豆豚 イタリアンドレッシング	9.75 g							
			マーガリン	1 こ							
アレルギー 除去食対応			アレルギー 除去食対応			アレルギー 除去食対応			アレルギー 除去食対応		

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ビ:落花生 上:えび 蟹:かに 鮑:あわび 効: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 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

アレルギー予定献立表 (令和4年12月 中学校)

献立ブロック (中学校)

12月13日(火)			12月14日(水)			12月15日(木)			12月16日(金)		
御飯 牛乳 すいとん入り味噌汁 わかさぎの南蛮漬け ほうれん草のごま和え			カレーライス 牛乳 大豆サラダ みかん			減量パン 牛乳 チキンと白菜のスープ もみの木ハンバーグ(ケチャップソース) ブロッコリーのマリネ クリスマスケーキ			御飯 牛乳 たぬき汁 鶏肉の米粉から揚げ(ゆずこしょう風味) 野菜の昆布あえ		
	食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量
乳 麦 豆 豆 麦豆 麦豆 豆 ご 麦豆	米(100g)	1食	牛	米(麦御飯用)(90g)	1食	鶏	減量コッペパン(88g)	1こ	乳	米(100g)	1食
	牛乳(飲用普通牛乳)	1本		米粒麦	9g		ドライパン	5.85g		牛乳(飲用普通牛乳)	1本
	すいとん	23.4g	牛肉ショルダー	26g	牛乳(飲用普通牛乳)	1本	つきごんにゃく	26g			
	厚揚げ	13g	じゃがいも	39g	鶏むね皮つき	19.5g	にんじん	19.5g			
	焼きちくわ	6.5g	たまねぎ	52g	はくさい	32.5g	たまねぎ	32.5g			
	にんじん	13g	にんじん	26g	にんじん	19.5g	豆	さつま揚げ	19.5g		
	大根	26g	グリーンピース	6.5g	たまねぎ	32.5g	根深ねぎ	6.5g			
	カットわかめ	0.39g	乳 脱脂粉乳	3.9g	オクラ	9.1g	おろし生姜	0.65g			
	淡色辛みそ	9.1g	なたねサラダ油	0.39g	なたねサラダ油	0.26g	なたねサラダ油	0.39g			
	和風だしの素	0.65g	食塩	0.39g	麦牛豆 マギーブイヨン	1.3g	麦豆	しょうゆ(うすくち)	4.68g		
	水	156g	こしょう	0.1g	麦豆	しょうゆ(うすくち)	3.51g	じゃがいもでんぷん	0.65g		
	わかさぎ	58.5g	り ソース(中濃)	3.9g	水	156g	和風だしの素	0.65g			
	なたねてんぷら油	5g	ワイン(白)	1.3g	豆鶏豚	もみの木ハンバーグ	1こ	水	156g		
	たまねぎ	5.2g	乳 脱脂粉乳	3.9g	り	トマトケチャップ	7.8g	鶏	鶏むね皮つき	71.5g	
	にんじん	2.6g	乳 脱脂粉乳	3.9g	り	ソース(中濃)	3.25g	米粉	6.5g		
	酢・穀物酢	5.85g	豆	大豆	9.1g	砂糖・上白糖	0.78g	なたねてんぷら油	5g		
	しょうゆ(うすくち)	3.9g	豆	大豆	9.1g	ワイン(白)	0.78g	料理酒	2.6g		
	砂糖・上白糖	3.9g	豆	大豆	9.1g	ブロッコリー	39g	麦豆	しょうゆ(うすくち)	2.6g	
	じゃがいもでんぷん	0.26g	豆	大豆	9.1g	コーン	6.5g	食塩	0.13g		
	なたねサラダ油	0.39g	豆	大豆	9.1g	豆	ツナ	6.5g	ゆずこしょう	0.26g	
ほうれんそう	45.5g	豆	大豆	9.1g	酢・穀物酢	3.51g	おろしにんにく	0.26g			
油あげ	6.5g	豆	大豆	9.1g	砂糖・上白糖	2.21g	キャベツ	39g			
いりごま・すり	1.56g	乳	牛乳(飲用普通牛乳)	1本	食塩	0.39g	にんじん	6.5g			
しょうゆ(うすくち)	2.34g	乳	牛乳(飲用普通牛乳)	1本	オリーブオイル	1.95g	豆	枝豆	6.5g		
					麦牛豆	マギーブイヨン	0.26g	麦豆	塩こんぶ	1.56g	
					豆	こしょう	0.07g	麦豆	しょうゆ(うすくち)	0.78g	
						クリスマスケーキ	1こ				
アレルギー除去食対応			カレーライス →①脱脂粉乳除去 ②ルウ変更 (アレルギー:大豆、小麦)								

乳:乳 蕎:そば
ド:落花生 ト:

アレルギー予定献立表 (令和4年12月 中学校)

献立ブロック (中学校)

12月19日(月)			12月20日(火)			12月21日(水)			12月22日(木)		
御飯 牛乳 お芋たっぷりけんちん汁 おのっこキャベツ鶏つくね 白菜のおひたし			御飯 牛乳 かす汁 ほっけの一夜干し 大根と小松菜のひじき和え			ハヤシライス のおヨーグルト トマトオムレツ ポパイサラダ			わかめ御飯 牛乳 豚肉のすき焼きうどん 人参とれんこんのゆずあえ かぼちゃプリン		
	食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量
乳	米 (100g)	1 食	乳	米 (100g)	1 食	牛	米 (麦御飯用) (90g)	1 食	乳	米 (100g)	1 食
	牛乳 (飲用普通牛乳)	1 本		牛乳 (飲用普通牛乳)	1 本		米粒麦	9 g		わかめ御飯の素	1.42 g
豆	里芋	19.5 g	豚	豚スライス肉	19.5 g	麦豆豚	牛肉ショルダー	32.5 g	豆	牛乳 (飲用普通牛乳)	1 本
	にんじん	6.5 g		ごぼう	15.6 g		たまねぎ	58.5 g		豚	豚スライス肉
豆	さつまいも	32.5 g	豆	焼きちくわ	6.5 g	リ	にんじん	26 g	麦	うどん・冷凍	52 g
	木綿豆腐	26 g		つきこんにやく	19.5 g		マッシュルーム	6.5 g		豆	焼き豆腐
ご	油あげ	5.2 g	豆	にんじん	13 g	麦豆	グリーンピース	6.5 g	麦豆	たまねぎ	52 g
	さやいんげん	6.5 g		根深ねぎ	6.5 g		ハヤシルウ	15.6 g		鶏	糸こんにやく
麦豆	ごま油	0.65 g	豆	淡色辛みそ	8.45 g	リ	トマトケチャップ	10.4 g	麦豆	根深ねぎ	10.4 g
	料理酒	6.5 g		酒かす(清酒)	7.8 g		ソース (中濃)	3.9 g		麦豆	砂糖・上白糖
鶏豚	しょうゆ (うすくち)	3.38 g	麦豆	和風だしの素	0.65 g	豆	食塩	0.39 g	麦豆	しょうゆ (こいくち)	5.85 g
	食塩	0.65 g		水	156 g		こしょう	0.13 g		麦豆	しょうゆ (うすくち)
麦豆	和風だしの素	0.65 g	麦豆	ほっけ一夜干し	1 こ	乳	なたねサラダ油	0.39 g	鶏	水	15.6 g
	水	156 g		大根	45.5 g		ワイン (白)	1.3 g		鶏	鶏ささ身
麦豆	キャベツ入り平つくね	1 こ	麦豆	小松菜	9.1 g	豆	水	123.5 g	麦豆	にんじん	13 g
	はくさい	65 g		しそひじき(佃煮)	5.2 g		卵豆鶏	トマトオムレツ		1 こ	麦豆
麦豆	にんじん	9.1 g	麦豆	しょうゆ (うすくち)	1.56 g	豆	ほうれんそう	39 g	麦豆	きゅうり	19.5 g
	かつお節・花カット	0.91 g					にんじん	9.1 g		麦豆	ゆず(果汁)
麦豆	しょうゆ (うすくち)	3.9 g			豆	コーン	6.5 g	麦豆	砂糖・上白糖	2.6 g	
						ノンエッグマヨネーズ	9.1 g		麦豆	しょうゆ (うすくち)	2.6 g
					豆	食塩	0.13 g	麦豆	酢・穀物酢	1.3 g	
						こしょう	0.04 g		麦豆	かぼちゃプリン	1 こ
アレルギー 除去食対応						トマトオムレツ →ハムステーキに変更 (アレルギー：豚肉、鶏肉)					

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ビ:落花生 比:えび 蟹:かに 鮑:あわび 効: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 苺: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