

アレルギー予定献立表 (令和5年3月 中学校)

献立ブロック (中学校)

3月1日(水)		3月2日(木)		3月3日(金)		3月6日(月)	
御飯 牛乳 けんちん汁 小松菜の豆腐寄せ 焼き豚		コッペパン 牛乳 ビーフシチュー 白身魚のオーロラソースかけ キャベツと枝豆のサラダ		ちらし寿司 牛乳 なめこの赤だし ちらし寿司の具(穴子・錦糸卵) 菜の花と大根のレモン和え ひなあられ		御飯 牛乳 肉あんかけ丼 蒸しシューマイ いかときゅうりの酢の物	
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	麦豆 ちらし寿司の素	34.08g	乳 牛乳(飲用普通牛乳)	1本
にんじん	19.5g	牛 牛肉シヨルダー	26g	乳 牛乳(飲用普通牛乳)	1本	豚 豚ももひき肉	39g
ごぼう	19.5g	じゃがいも	52g	豆 木綿豆腐	39g	豆 冷凍豆腐	84.5g
つきこんにゃく	19.5g	たまねぎ	52g	豆 油あげ	5.2g	にんじん	32.5g
豆 木綿豆腐	39g	にんじん	26g	焼きちくわ	6.5g	たまねぎ	39g
豆 油あげ	5.2g	グリーンピース	6.5g	にんじん	13g	えのき茸	9.1g
根深ねぎ	6.5g	なたねサラダ油	0.78g	なめこ	10.4g	つきこんにゃく	19.5g
ごま油	0.78g	食塩	0.39g	根深ねぎ	6.5g	おろしにんにく	0.65g
料理酒	5.98g	こしょう	0.1g	豆 赤だしみそ	9.36g	おろし生姜	0.65g
麦豆 しょうゆ(うすくち)	3.51g	乳 脱脂粉乳	3.9g	和風だしの素	0.91g	砂糖・上白糖	5.2g
食塩	0.52g	ウスターソース	3.9g	みりん風調味料	0.13g	みりん風調味料	2.21g
和風だしの素	0.65g	乳麦豆鶏 ホワイトルウ	6.5g	水	156g	麦豆 しょうゆ(うすくち)	5.85g
水	156g	トマトケチャップ袋	19.5g	麦豆 焼きあなご	15.6g	麦豆 しょうゆ(こいくち)	4.55g
豆 小松菜の豆腐寄せ	1こ	ワイン(白)	1.3g	卵麦豆 錦糸卵	23.4g	豚 じゃがいもでんぷん	1.56g
豚 豚もも肉	58.5g	水	104g	豆 ツナ	6.5g	水	26g
土しょうが	0.91g	麦 白身魚フリッター	58.5g	菜の花	10.4g	麦豆豚ご シューマイ	3こ
こしょう	0.04g	なたねてんぷら油	4g	大根	26g	いかに	13g
砂糖・上白糖	1.95g	おろし生姜	0.65g	コーン	6.5g	きゅうり	32.5g
みりん風調味料	3.9g	トマトケチャップ袋	5.85g	レモン(果汁)	3.9g	わかめ	1.3g
麦豆 しょうゆ(こいくち)	6.76g	乳 脱脂粉乳	1.17g	砂糖・上白糖	1.95g	酢・穀物酢	2.6g
水	13g	水	4.55g	オリブオイル	0.91g	砂糖・上白糖	2.6g
		豆 ノンエッグマヨネーズ	5.85g	麦豆 しょうゆ(うすくち)	2.08g	麦豆 しょうゆ(うすくち)	2.6g
		砂糖・上白糖	1.69g	食塩	0.26g		
		キャベツ	39g	こしょう	0.03g		
		豆 えだまめ	6.5g	麦豆 ひなあられ	1こ		
		麦豆 ソーセージ(魚肉)	3.9g				
		なたねサラダ油	1.95g				
		酢・穀物酢	1.3g				
		食塩	0.39g				
		こしょう	0.03g				
		砂糖・上白糖	0.91g				
アレルギー 除去食対応		ビーフシチュー →①脱脂粉乳・ホワイトルウ除去 ②デミグラスソース追加 (アレルギーン：小麦・大豆・牛肉・豚肉・りんご) 白身魚のオーロラソースかけ →脱脂粉乳を除去します		ちらし寿司の具(穴子・錦糸卵) →錦糸卵を除去します			

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ビ:落花生 上:えび 蟹:かに 鮑:あわび 偽:いかに 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 珉: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5年3月 中学校)

献立ブロック (中学校)

3月7日(火)			3月8日(水)			3月9日(木)			3月10日(金)		
御飯 牛乳 玉ねぎの味噌汁 鱈のみぞれかけ 野菜のひじきあえ			カレーライス 牛乳 ささみポテトカツ スイスチャードのサラダ			黒糖パン 牛乳 かぶのコンソメスープ 春野菜のアーリオオーリオ フルーツ白玉			御飯 牛乳 肉じゃが 白菜のおひたし みかんクレープ		
食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量	
米 (100g)	1 食		米 (麦御飯用) (90g)	1 食		麦 コッペパン (120g)	1 こ		米 (100g)	1 食	
牛乳 (飲用普通牛乳)	1 本		米粒麦	9 g		黒砂糖	8.58 g		牛乳 (飲用普通牛乳)	1 本	
たまねぎ	39 g		牛 牛肉シュルダー	26 g		牛 牛乳 (飲用普通牛乳)	1 本		牛 牛肉シュルダー	26 g	
にんじん	13 g		じゃがいも	39 g		鶏 鶏むね皮つき	19.5 g		じゃがいも	78 g	
豆 厚揚げ	15.6 g		たまねぎ	52 g		かぶ	32.5 g		にんじん	26 g	
焼きちくわ	6.5 g		にんじん	26 g		にんじん	13 g		ごんにやく	26 g	
ほうれんそう	13 g		グリーンピース	6.5 g		たまねぎ	26 g		豆 がんもどき	26 g	
豆 淡色辛みそ	9.75 g		乳 脱脂粉乳	3.9 g		プロッコリー	13 g		豆 さつま揚げ	19.5 g	
和風だしの素	0.65 g					なたねサラダ油	0.26 g		砂糖・上白糖	5.2 g	
水	156 g		なたねサラダ油	0.39 g		食塩	0.26 g		麦豆 しょうゆ (こいくち)	3.9 g	
ざわら (でんぷん付)	1 切		食塩	0.39 g		こしょう	0.04 g		麦豆 しょうゆ (うすくち)	3.25 g	
なたねてんぷら油	5 g		こしょう	0.1 g		麦牛豆 マギーブイヨン	1.3 g		水	52 g	
大根	26 g		り ソース (中濃)	3.9 g		麦豆 しょうゆ (うすくち)	1.95 g		はくさい	65 g	
酢・穀物酢	2.6 g		ワイン (白)	1.3 g		小麦 小麦	2.6 g		もやし	13 g	
食塩	0.52 g		乳麦豆豚りパ	10.4 g		小麦 小麦	2.6 g		かつお節・花カット	0.91 g	
砂糖・上白糖	2.6 g		乳麦豆鶏豚りご	5.2 g		豚 水	156 g		麦豆 しょうゆ (うすくち)	4.55 g	
キャベツ	39 g		水	143 g		豚 ベーコン	9.1 g		れ豆 みかんクレープ	1 こ	
にんじん	6.5 g		牛乳 (飲用普通牛乳)	1 本		豆 たけのこ	19.5 g				
鶏 鶏ささ身	6.5 g		豆鶏 ささみポテトカツ	1 こ		キャベツ	26 g				
麦豆 しそひじき (佃煮)	5.2 g		なたねてんぷら油	5 g		豆 えだまめ	6.5 g				
麦豆 しょうゆ (うすくち)	1.56 g		スイスチャード	39 g		麦牛豆 おろしにんにく	0.65 g				
			コーン	6.5 g		豆 ちりパウダー	0.01 g				
			たまねぎ	13 g		麦牛豆 食塩	0.26 g				
			なたねサラダ油	1.95 g		豆 マギーブイヨン	0.26 g				
			酢・穀物酢	1.3 g		れ オリーブオイル	0.65 g				
			食塩	0.39 g		豆 白玉餅	19.5 g				
			こしょう	0.03 g		れ みかん缶詰	19.5 g				
			砂糖・上白糖	0.91 g		り パイナップル缶詰	26 g				
						り カットゼリー (ぶどう)	9.1 g				
						り カットゼリー (りんご)	9.1 g				
						り カットゼリー (はちみつレモン)	9.1 g				
						り カットゼリー (さくらんぼ)	9.1 g				
						り りんごジュース	3.9 g				
アレルギー 除去食対応			カレーライス →①脱脂粉乳除去 ②カレールウ変更 (アレルギー:大豆、小麦)								

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ピ:落花生 北:えび 蟹:かに 鮑:あわび 飴:いか ら:いくら れ: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5年3月 中学校)

献立ブロック (中学校)

3月13日(月)			3月14日(火)			3月15日(水)			3月16日(木)		
ハヤシライス のむヨーグルト 淡路玉ねぎコロッケ キャベツのイタリアンサラダ			赤飯(ごま塩) 牛乳 すまし汁 サイコロステーキ ほうれんそうのきのこあえ 卒業祝いケーキ			御飯 牛乳 ワンタンスープ ビビンバ ボイルブロッコリー			減量コッペパン 牛乳 スパゲティナポリタン ツナとコーンのサラダ おさつチップス		
	食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量
	米(麦御飯用)(90g)	1食		赤飯	100g		米(100g)	1食		減量コッペパン(88g)	1こ
	米粒麦	9g		ごま塩	1こ		牛乳(飲用普通牛乳)	1本		牛乳(飲用普通牛乳)	1本
牛	牛肉ショルダー	32.5g	乳	牛乳(飲用普通牛乳)	1本	麦豆豚	ワンタン	13g	麦	スパゲティ	45.5g
	たまねぎ	58.5g	豆	木綿豆腐	39g		にんじん	13g	豚	ベーコン	13g
	にんじん	26g		蒸しかまぼこ	6.5g		たまねぎ	39g		たまねぎ	52g
	マッシュルーム	6.5g		にんじん	19.5g	麦牛豆	ぶなしめじ	13g		にんじん	32.5g
	グリーンピース	6.5g	豆	油あげ	5.2g		マギーブイヨン	1.3g		ピーマン	6.5g
麦豆豚	ハヤシルウ	15.6g		わかめ	0.52g	麦豆	しょうゆ(うすくち)	3.9g		食塩	0.39g
	トマトケチャップ袋	10.4g		だしパック	2.6g		水	162.5g		こしょう	0.05g
り	ソース(中濃)	3.9g	鯖	食塩	0.26g	牛	牛肉ショルダー	32.5g		こしょう	0.05g
	食塩	0.39g		しょうゆ(うすくち)	6.5g		たまねぎ	26g	り	ソース(中濃)	6.5g
	こしょう	0.13g	麦豆	水	162.5g		にんじん	19.5g		なたねサラダ油	0.65g
	なたねサラダ油	0.39g	牛	牛肉	71.5g		こまつな	13g	豆	ツナ	13g
	ワイン(白)	1.3g		食塩	0.26g		ガーリックパウダー	0.03g		きゅうり	41.6g
	水	123.5g		こしょう	0.04g	麦豆	食塩	0.13g		コーン	9.1g
乳	のむヨーグルト	1本		セロリ	2.6g	麦豆	しょうゆ(こいくち)	2.86g	豆	ノンエッグマヨネーズ	9.1g
麦牛豆	淡路たまねぎコロッケ	1こ		たまねぎ	13g	麦豆	しょうゆ(うすくち)	2.86g		食塩	0.13g
	なたねてんぷら油	6g		なたねサラダ油	0.91g		砂糖・上白糖	2.99g		おさつチップス	1こ
	キャベツ	39g	麦豆り	焼肉のたれ	5.2g	ご	ごま油	0.2g			
豆	ツナ	6.5g		ほうれんそう	52g	ご	ごま(いりごま)	0.26g			
豆	えだまめ	6.5g		えのき茸	13g	ご	唐辛子・七味	0.01g			
麦豆豚	イタリアンドレッシング	9.75g	ご	いりごま・すり	1.95g		なたねサラダ油	0.26g			
			麦豆	しょうゆ(うすくち)	3.25g		ブロッコリー	39g			
			豆	祝いケーキ	1こ		食塩	0.26g			
アレルギー 除去食対応											

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ピ:落花生 上:えび 蟹:かに 鮑:あわび 飴:いか ら:いくら 柑: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 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5年3月 中学校)

献立ブロック (中学校)

3月17日(金)			3月20日(月)			3月22日(水)		
御飯 牛乳 豚汁 鰯の梅煮 野菜の昆布あえ			御飯 牛乳 マーボー豆腐 春巻 小松菜とたくあんのごまあえ			御飯 牛乳 味噌汁 揚げ鶏の玉ねぎソースかけ きゅうりのおかかあえ		
食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量	
米 (100g)	1 食		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	
豚豚スライス肉	19.5 g		豆冷凍豆腐	97.5 g		豆木綿豆腐	39 g	
豆油あげ	5.2 g		豚豚ももひき肉	26 g		豆油あげ	5.2 g	
焼きちくわ	6.5 g		おろし生姜	0.91 g		わかめ	0.39 g	
つきこんにゃく	15.6 g		たまねぎ	58.5 g		焼きちくわ	6.5 g	
にんじん	13 g		にんじん	26 g		にんじん	13 g	
大根	26 g		根深ねぎ	6.5 g		たまねぎ	26 g	
根深ねぎ	6.5 g		なたねサラダ油	0.26 g		豆淡色辛みそ	9.75 g	
豆淡色辛みそ	9.75 g		豆淡色辛みそ	7.8 g		和風だしの素	0.65 g	
和風だしの素	0.65 g		砂糖・上白糖	1.3 g		水	156 g	
水	156 g		麦豆しょうゆ (うすくち)	6.5 g		鶏鶏むね皮つき	71.5 g	
麦豆鰯の梅煮	1 こ		料理酒	1.95 g		食塩	0.26 g	
キャベツ	39 g		じゃがいもでんぷん	1.56 g		こしょう	0.05 g	
にんじん	6.5 g		唐辛子・一味	0.03 g		じゃがいもでんぷん	5.2 g	
鶏鶏ささ身	6.5 g		水	32.5 g		麦小麦粉	6.5 g	
麦豆塩こんぶ	1.56 g		麦豆鶏ご春巻	1 こ		なたねてんぷら油	6 g	
麦豆しょうゆ (うすくち)	0.78 g		なたねてんぷら油	5 g		たまねぎ	6.5 g	
			ごまつな	39 g		麦豆しょうゆ (こいくち)	3.9 g	
			たくあん漬	15.6 g		酢・穀物酢	2.6 g	
			ごいりごま・すり	1.3 g		砂糖・上白糖	3.9 g	
						料理酒	0.65 g	
						おろしにんにく	0.52 g	
						なたねサラダ油	0.26 g	
						きゅうり	45.5 g	
						にんじん	6.5 g	
						花かつお	1.3 g	
						麦豆しょうゆ (うすくち)	2.6 g	
アレルギー 除去食対応								

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ピー:落花生 塩:えび 蟹:かに 鮑:あわび 飴: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 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