

アレルギー食品使用予定献立表 (令和5年4月11日～令和5年4月28日)

献立ブロック (中学校)

4月11日(火)			4月12日(水)			4月13日(木)			4月14日(金)		
御飯 牛乳 マーボー豆腐 揚げ餃子 春雨の酢の物			御飯 牛乳 若竹汁 豚肉の甘辛炒め 切干大根の和風サラダ			フルーツパン 牛乳 レタススープ ハムステーキ ほうれん草とコーンのマリネ			御飯 牛乳 肉じゃが 菜の花とかぶのおかかあえ 豆乳プリンタルト		
	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	麦	コッペパン (120g)	1 こ	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		ドライフルーツミックス	7.8 g		牛乳 (飲用普通牛乳)	1 本
豆	冷凍豆腐	97.5 g	豚	たけのこ(水煮)	26 g	鶏	鶏むね皮つき	19.5 g	牛	牛肉シュルダー	26 g
	豚ももひき肉	26 g		カットわかめ	0.52 g		レタス	26 g		じゃがいも	65 g
豚	おろし生姜	0.91 g	麦豆	えのき茸 (根切り)	13 g	麦牛豆	にんじん	13 g	麦豆	にんじん	32.5 g
	たまねぎ	58.5 g		にんじん	19.5 g		たまねぎ	39 g		こんやく	32.5 g
豆	にんじん	26 g	鯖	蒸しかまぼこ	13 g	麦豆	がまねぎ	39 g	麦豆	がまねぎ	26 g
	根深ねぎ	6.5 g		しょうゆ (うすくち)	6.5 g		ぶなしめじ	6.5 g		さつま揚げ	19.5 g
麦豆	なたねサラダ油	0.26 g	豚	食塩	0.26 g	鶏豚豆	なたねサラダ油	0.26 g	麦豆	砂糖・上白糖	5.2 g
	淡色辛みそ	7.8 g		だしパック	2.6 g		マギーブイヨン	1.3 g		しょうゆ (こいくち)	3.9 g
麦豆	砂糖・上白糖	1.3 g	麦豆	水	169 g	麦豆	しょうゆ (うすくち)	3.9 g	麦豆	しょうゆ (うすくち)	3.25 g
	しょうゆ (うすくち)	6.5 g		豚スライス肉	39 g		水	169 g		水	52 g
麦豆	料理酒	1.95 g	麦豆	たまねぎ	52 g	麦豆	ハムステーキ	1 こ	麦豆	菜の花	13 g
	じゃがいもでんぶん	1.56 g		なたねサラダ油	0.39 g		豆	ツナ袋		6.5 g	かぶ
麦豆	唐辛子・一味	0.03 g	麦豆	砂糖・上白糖	2.6 g	麦牛豆	ほうれんそう	52 g	麦豆	かつお節・花カット	1.3 g
	水	32.5 g		しょうゆ (こいくち)	2.6 g		鶏	コーン・冷凍		6.5 g	しょうゆ (うすくち)
麦豆	ぎょうぎ	3 こ	麦豆	しょうゆ (うすくち)	1.95 g	麦牛豆	酢・穀物酢	3.25 g	麦豆	豆乳プリンタルト	1 こ
	なたねてんぷら油	5 g		切り干し天稈	5.2 g		麦牛豆	砂糖・上白糖		1.95 g	
麦豆	はるぎめ	7.8 g	麦豆	にんじん	6.5 g	麦牛豆	食塩	0.39 g			
	にんじん	6.5 g		キャベツ	26 g		オリーブオイル	1.56 g			
麦豆	きゅうり	26 g	麦豆	砂糖・上白糖	2.34 g	麦牛豆	マギーブイヨン	0.2 g			
	酢・穀物酢	3.9 g		しょうゆ (うすくち)	3.25 g		こしょう	0.07 g			
麦豆	砂糖・上白糖	2.6 g	麦豆	酢・穀物酢	2.6 g						
	しょうゆ (うすくち)	5.2 g		ごま油	0.65 g						
麦豆	ごま油	1.04 g									

表:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば 匕:落花生 上: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: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

アレルギー食品使用予定献立表（令和5年4月11日～令和5年4月28日）

献立ブロック（中学校）

4月17日(月)			4月18日(火)			4月19日(水)			4月20日(木)		
カレーライス（じゃが減） 牛乳 ささみポテトカツ 春キャベツのコールスロー お祝いクレープ			御飯 牛乳 吉野汁 野菜豆腐ナゲット 焼き豚			たけのご御飯 牛乳 玉ねぎの味噌汁 鰯の生姜煮 おかひじきのごまあえ			黒糖パン 牛乳 ポトフ ハンバーグのケチャップソースかけ フルーツ白玉		
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		米（100g）	1食		米（100g）	1食		麦 コッペパン（120g）	1こ	
米粒麦	9g		牛乳（飲用普通牛乳）	1本		たけのご御飯の素	28.5g		黒砂糖	8.58g	
牛 牛肉ショルダー	26g		鶏 鶏むね皮つき	19.5g		牛乳（飲用普通牛乳）	1本		牛乳（飲用普通牛乳）	1本	
じゃがいも	39g		にんじん	13g		たまねぎ	39g		豚 ジャウエッセン	12g	
たまねぎ	52g		豆 木綿豆腐	32.5g		にんじん	13g		大根	26g	
にんじん	26g		大根	19.5g		豆 冷凍ミニ厚揚げ	15.6g		たまねぎ	26g	
グリーンピース	6.5g		根深ねぎ（白）	6.5g		根深ねぎ	6.5g		にんじん	13g	
乳 脱脂粉乳	3.9g		干ししいたけ	0.52g		豆 淡色辛みそ	9.75g		キャベツ	26g	
なたねサラダ油	0.39g		だしパック	2.6g		豆 和風だしの素	0.65g		なたねサラダ油	0.39g	
食塩	0.39g		麦豆 しょうゆ（うすくち）	5.85g		水	156g		食塩	0.39g	
こしょう	0.1g		食塩	0.26g		麦豆 いわしの生姜煮	1こ		こしょう	0.04g	
り ソース（中濃）	3.9g		じゃがいもでんぷん	1.56g		おかひじき	14.5g		麦牛豆 マギーブイヨン	1.56g	
ワイン（白）	1.3g		水	156g		にんじん	13g		麦豆 しょうゆ（うすくち）	2.08g	
乳麦豆豚りハ	10.4g		麦豆 野菜豆腐ナゲット	2こ		鶏 鶏ささ身	6.5g		ワイン（白）	2.6g	
乳麦豆鶏豚りご	5.2g		豚 なたねてんぷら油	5g		麦豆 砂糖・上白糖	0.65g		水	162.5g	
水	143g		豚 もも肉	58.5g		ご におかひじき	1.69g		ハンバーグ（冷凍）	1こ	
牛乳（飲用普通牛乳）	1本		土しょうが	0.91g		麦豆 しょうゆ（うすくち）	2.6g		トマトケチャップ袋	7.8g	
豆鶏 ささみポテトカツ	1こ		こしょう	0.04g		ご いりごま・すり	1.69g		り ソース（中濃）	3.25g	
なたねてんぷら油	5g		砂糖・上白糖	1.95g					砂糖・上白糖	0.78g	
キャベツ	39g		みりん風調味料	3.9g					ワイン（白）	0.78g	
にんじん	6.5g		麦豆 しょうゆ（こいくち）	6.76g					豆 冷凍白玉餅	19.5g	
えだまめ	6.5g		水	13g					れ みかん缶詰	19.5g	
豆 ノンエッグマヨネーズ	7.8g								パイナップル缶詰	26g	
酢・穀物酢	1.95g								り カットゼリー（ぶどう）	9.1g	
砂糖・上白糖	1.56g								り カットゼリー（りんご）	9.1g	
食塩	0.13g								り カットゼリー（はちみつレモン）	9.1g	
こしょう	0.04g								り カットゼリー（さくらんぼ）	9.1g	
豆 お祝いクレープ	1こ								り りんご飲料・果汁100%	3.9g	
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）										

表:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ビ:落花生 E:えび 蟹:かに 鮑:あわび 飴:いから 丸:オレンジ キ:キウイフルーツ 牛:牛肉 ク: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

アレルギー食品使用予定献立表（令和5年4月11日～令和5年4月28日）

献立ブロック（中学校）

4月21日(金)			4月24日(月)			4月25日(火)			4月26日(水)		
中華丼 牛乳 小松菜ともやしのナムル オレンジゼリー			ハヤシライス のむヨーグルト かぼちゃフライ ブロッコリーのイタリアンサラダ			御飯 牛乳 新じゃがの味噌汁 鱈の塩こうじ焼き 山菜のきんぴら			ゆかり御飯 牛乳 チンゲン菜のスープ 肉巻きいなり きのこの中華サラダ		
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		米(100g)	1食		米(100g)	1食	
豚スライス肉	39g		米粒麦	9g		牛乳(飲用普通牛乳)	1本		ゆかり御飯の素	1.07g	
いか・短冊切り	26g		牛肉ショルダー	32.5g		じゃがいも	32.5g		牛乳(飲用普通牛乳)	1本	
冷凍むきえび	26g		たまねぎ	58.5g		たまねぎ	32.5g		チンゲンサイ	13g	
はくさい	52g		にんじん	26g		にんじん	19.5g		にんじん	13g	
たまねぎ	58.5g		マッシュルーム	6.5g		油あげ・刻み	5.2g		たまねぎ	39g	
にんじん	32.5g		グリーンピース(冷凍)	6.5g		カットわかめ	0.39g		はるさめ(緑豆)	3.9g	
干しいたけ	1.3g		ハヤシルウ	15.6g		淡色辛みそ	9.75g		鶏豚肉だんご(ポーク&チキン)	19.5g	
なたねサラダ油	0.39g		トマトケチャップ袋	10.4g		和風だしの素	0.65g		麦豆	しょうゆ(うすくち)	3.9g
こしょう	0.05g		ソース(中濃)	3.9g		水	156g		麦豆鶏豚ご	中華スープの素	1.3g
中華スープの素	1.04g		食塩	0.39g		さわら切り身	1切		水	169g	
しょうゆ(うすくち)	5.2g		こしょう	0.13g		塩こうじ	5.2g		麦豆鶏豚	肉巻きいなり	1こ
みりん風調味料	1.3g		なたねサラダ油	0.39g		ささがきごぼう	29.9g		鶏	鶏さき身	6.5g
じゃがいもでんぶん	3.25g		ワイン(白)	1.3g		つきこんにやく	13g		きゅうり	45.5g	
水	26g		水	123.5g		にんじん	6.5g		ぶなしめじ	6.5g	
牛乳(飲用普通牛乳)	1本		のむヨーグルト	1本		さつま揚げ	9.1g		麦豆	しょうゆ(うすくち)	3.9g
ごまつな・冷凍	39g		かぼちゃフライ40	1こ		山菜ミックス	6.5g		酢・穀物酢	3.9g	
もやし(緑豆)	26g		なたねてんぷら油	4g		なたねサラダ油	0.65g		砂糖・上白糖	2.08g	
しょうゆ(うすくち)	1.3g		ブロッコリー(冷凍)	39g		砂糖・上白糖	2.6g		ごま油	1.04g	
ごま油	1.3g		ツナ袋(まぐろ油漬7レク)	13g		しょうゆ(こいくち)	3.64g				
ごま(いりごま)	0.52g		コーン・冷凍	6.5g		みりん風調味料	1.04g				
食塩	0.26g		イタリアンドレッシング	9.75g		ごま(いりごま)	1.04g				
オレンジゼリー	1こ					唐辛子・七味	0.01g				

表:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば 苳: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 鱈: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

アレルギー食品使用予定献立表 (令和5年4月11日～令和5年4月28日)

献立ブロック (中学校)

4月27日(木)			4月28日(金)								
アップルパン 牛乳 アスパラのミネストローネ おさつコロッケ ポテトサラダ			わかめ御飯 牛乳 すき焼きうどん 千草あえ いちごプリン								
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 食	米 (100g)	1 食							
麦	ドライアップル	7.15 g	わかめ御飯の素	1.42 g							
乳	牛乳 (飲用普通牛乳)	1 本	牛乳 (飲用普通牛乳)	1 本							
豚	アスパラガス(グリーン)	9.1 g	うどん・冷凍	52 g							
豚	シャウエッセン	12 g	牛肉ショルダー	39 g							
麦	たまねぎ	19.5 g	冷凍焼き豆腐	52 g							
麦	キャベツ	32.5 g	たまねぎ	52 g							
麦	シェルマカロニ	5.2 g	根深ねぎ	10.4 g							
麦	なたねサラダ油	0.39 g	糸こんにゃく	52 g							
麦	食塩	0.26 g	砂糖・上白糖	4.55 g							
麦	こしょう	0.04 g	麦豆	しょうゆ (こいくち)	5.85 g						
麦	マジック	1.3 g	麦豆	しょうゆ (うすくち)	4.55 g						
麦	トマト(缶詰) ダイスカット	11.05 g	豆	水	15.6 g						
麦	トマトケチャップ袋	14.3 g	豆	油あげ・刻み	3.9 g						
麦	砂糖・上白糖	0.65 g	豆	ほうれんそう	39 g						
麦	水	162.5 g	豆	にんじん	6.5 g						
麦	おさつコロッケ	1 食	麦豆	えのき茸	9.1 g						
麦	なたねてんぷら油	5 g	麦豆	砂糖・上白糖	1.43 g						
豆	じゃがいも	32.5 g	麦豆	しょうゆ (うすくち)	3.51 g						
豆	ツナ袋	6.5 g	麦豆	酢・穀物酢	0.91 g						
豆	たまねぎ	19.5 g	麦豆	なたねサラダ油	0.78 g						
豆	えだまめ	6.5 g	麦豆	いりごま・すり	1.3 g						
豆	ノンエッグマヨネーズ	9.1 g	麦豆	いちごプリン	1 食						
麦	中華スープの素	0.33 g									
麦	しょうゆ (うすくち)	0.39 g									
麦	黒こしょう(粒)	0.01 g									

表:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば 花:落花生 E:えび 蟹:かに 鮑:あわび 功: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 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