

アレルギー食品使用予定献立表 (令和5年8月30日～令和5年9月29日)

献立ブロック (中学校)

8月30日(木)		8月31日(木)		9月1日(金)		9月4日(月)	
ボークカレー 牛乳 ごぼうとお豆のサラダ 冷凍みかん		減量黒糖パン 牛乳 フルーツ白玉 タンドリーチキン ブロッコリーとパプリカのサラダ		御飯 牛乳 ワンタンスープ 夏野菜のスタミナ丼 ゆで枝豆(さや付き)		御飯 のむヨーグルト キムチチゲ風味噌汁 キャベツ入り平つくね こんにゃくサラダ	
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)	1食	減量コッペパン	1こ	米	1食	米	1食
米粒麦	9g	黒砂糖	7.02g	牛乳(飲用普通牛乳)	1本	のむヨーグルト(マスカット)	1本
豚スライス肉	26g	牛乳(飲用普通牛乳)	1本	ワンタン	15.6g	豚スライス肉	13g
じゃがいも	39g	冷凍白玉餅	39g	にんじん	13g	キムチ(はくさい)	13g
たまねぎ	52g	みかん缶詰	32.5g	たまねぎ	39g	もやし(緑豆)	13g
にんじん	26g	パッパル缶詰	32.5g	ぶなしめじ	13g	じゃがいも	26g
グリーンピース	6.5g	りんごダイス・シロップ漬け	13g	カットわかめ	0.39g	ミニトック	19.5g
脱脂粉乳	3.9g	カットゼリー(ぶどう)	13g	マギーブイヨン	1.3g	たまねぎ	26g
なたねサラダ油	0.78g	カットゼリー(りんご)	13g	しょうゆ(うすくち)	4.16g	カットわかめ	0.39g
食塩	0.39g	カットゼリー(はちみつレモン)	13g	水	169g	なたねサラダ油	0.26g
こしょう	0.1g	カットゼリー(サイダー)	13g	豚ももひき肉	32.5g	ごま油	0.26g
ソース(中濃)	3.9g	りんご飲料・果汁100%	9.1g	なす	19.5g	淡色辛みそ	9.75g
ワイン(白)	1.3g	鶏むね皮つき	71.5g	ズッキーニ	19.5g	和風だしの素	0.65g
パーム油	10.4g	トマトケチャップ袋	3.9g	にんじん	6.5g	水	162.5g
ジャワカレー	5.2g	ソース(中濃)	2.6g	おろしにんにく	0.65g	ごま(すりごま)	0.65g
水	130g	しょうゆ(こいくち)	1.95g	おろし生姜	0.52g	キャベツ入り平つくね	1こ
牛乳(飲用普通牛乳)	1本	カレー粉	0.39g	食塩	0.26g	糸こんにゃく	26g
ごぼう	26g	オイスターソース	0.91g	こしょう	0.01g	きゅうり	32.5g
きゅうり	19.5g	おろしにんにく	0.65g	料理酒	2.6g	魚肉ハム	6.5g
ミックスビーンズ	6.5g	こしょう	0.04g	砂糖・上白糖	2.34g	砂糖・上白糖	2.21g
ノンエッグマヨネーズ	9.36g	ブロッコリー	45.5g	しょうゆ(うすくち)	5.2g	しょうゆ(うすくち)	4.42g
しょうゆ(うすくち)	0.65g	赤ピーマン	6.5g	みりん風味調味料	2.6g	酢・穀物酢	3.25g
冷凍みかん	1こ	パプリカ(黄)	6.5g	オイスターソース	0.78g	ごま油	0.78g
		ツナ袋	6.5g	唐辛子・一味	0.01g		
		なたねサラダ油	1.95g	ごま油	0.26g		
		酢・穀物酢	1.3g	えだまめ	20.8g		
		食塩	0.43g				
		こしょう	0.03g				
		砂糖・上白糖	0.91g				

アレルギー除去食対応
 ボークカレー
 →①脱脂粉乳除去
 ②カレールー変更
 (アレルギー:小麦、大豆)

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ビ:落花生 It: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 モ:もも 芋:やまいも リ:りんご ゼ:ゼラチン パ:パナナ 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8月30日～令和5年9月29日)

献立ブロック (中学校)

9月5日(火)		9月6日(水)		9月7日(木)		9月8日(金)	
御飯 牛乳 高野豆腐の味噌汁 焼き魚(さんま) ひじきとごぼうの炒め煮		ゆかり御飯 牛乳 タイビーエン(うずら無) 野菜豆腐ナゲット パンパンジー		メロンパン 牛乳 夏野菜のナポリタン キャベツと玉ねぎのマリネ ミニフィッシュ		御飯 牛乳 けんちん汁 鶏肉の黒蜜煮 いんげんとちくわのごま和え	
食品名	分量	食品名	分量	食品名	分量	食品名	分量
米	1食	米	1食	乳麦 メロンパン60	1こ	米	1食
乳 牛乳(飲用普通牛乳)	1本	ゆかり御飯の素	1.07g	乳 牛乳(飲用普通牛乳)	1本	乳 牛乳(飲用普通牛乳)	1本
豆 高野豆腐(極小)	2.6g	乳 牛乳(飲用普通牛乳)	1本	麦 スパゲティ(乾)	45.5g	乳 にんじん	19.5g
にんじん	13g	春雨	5.2g	豚 豚スライス肉	13g	ごぼう	19.5g
たまねぎ	32.5g	豚スライス肉	13g	たまねぎ	26g	つきこんにゃく	19.5g
焼きちくわ	9.1g	焼きちくわ	6.5g	にんじん	26g	木綿豆腐	39g
こまつな	9.1g	たまねぎ	26g	なす	19.5g	豆 油あげ・刻み	5.2g
豆 淡色辛みそ	9.75g	にんじん	13g	ズッキーニ	19.5g	豆 青ねぎ	6.5g
和風だしの素	0.65g	はくさい	26g	パプリカ(黄)	6.5g	ご ごま油	0.65g
水	162.5g	もやし(緑豆)	6.5g	食塩	0.39g	料理酒	6.5g
さんま	1切	麦豆鶏豚ご 中華スープの素	1.3g	こしょう	0.05g	麦豆 しょうゆ(うすくち)	3.51g
干しひじき	2.6g	麦豆 しょうゆ(うすくち)	3.9g	トマトケチャップ袋	20.8g	食塩	0.65g
ごぼう	15.6g	食塩	0.13g	リ ソース(中濃)	6.5g	和風だしの素	0.65g
にんじん	6.5g	こしょう	0.01g	なたねサラダ油	0.65g	水	162.5g
豆 さつま揚げ	6.5g	水	175.5g	豆 ツナ袋	6.5g	鶏 鶏むね皮つき	71.5g
さやいんげん	3.9g	麦豆 野菜豆腐ナゲット	2こ	キャベツ	32.5g	黒砂糖	3.9g
麦豆 しょうゆ(こいくち)	3.9g	なたねてんぷら油	5g	たまねぎ	19.5g	みりん風調味料	2.6g
砂糖・上白糖	2.6g	鶏 鶏ささ身	13g	コーン・冷凍	6.5g	麦豆 しょうゆ(こいくち)	1.95g
みりん風調味料	1.3g	きゅうり	45.5g	酢・穀物酢	3.51g	豆 淡色辛みそ	1.3g
なたねサラダ油	0.52g	ご ごま(すりごま)	1.3g	砂糖・上白糖	2.21g	じゃがいもでんぷん	0.52g
和風だしの素	0.39g	ご ごま油	0.65g	食塩	0.39g	なたねサラダ油	0.26g
水	19.5g	麦豆 しょうゆ(うすくち)	1.3g	オリーブオイル	1.95g	水	9.75g
		酢・穀物酢	1.04g	麦牛豆 マギーブイヨン	0.26g	ざやいんげん	39g
		砂糖・上白糖	0.78g	こしょう	0.07g	焼きちくわ	6.5g
		豆 淡色辛みそ	1.3g	ミニフィッシュ	1こ	にんじん	9.1g
						ご ごま(すりごま)	1.95g
						麦豆 しょうゆ(うすくち)	2.6g
						砂糖・上白糖	0.65g
アレルギー 除去食対応				メロンパン →ソフトカンパーニュ (アレルギー:小麦)			

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ビ:落花生 It: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 モ: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

アレルギー食品使用予定献立表 (令和5年8月30日～令和5年9月29日)

献立ブロック (中学校)

9月15日(金)		9月19日(火)		9月20日(水)		9月21日(木)	
御飯 牛乳 マーボー豆腐 蒸しシューマイ たくあんのごまあえ		御飯 のおヨーグルト 豚汁 おのっこポテトコロッケ 白菜のおひたし		御飯 牛乳 たぬき汁 いわしの生姜煮 ほうれんそうのきのこあえ		フルーツパン 牛乳 コンソメスープ れんこんとエリンギのごま照り ブロッコリーと大豆のサラダ	
食品名	分量	食品名	分量	食品名	分量	食品名	分量
米	1食	米	1食	米	1食	小麦 コッペパン	1こ
牛乳(飲用普通牛乳)	1本	のおむヨーグルト(アレルギー)	1本	牛乳(飲用普通牛乳)	1本	ドライフルーツミックス	7.8g
冷凍豆腐	91g	豚スライス肉	13g	つきごんにやく	26g	牛乳(飲用普通牛乳)	1本
豚ももひき肉	39g	さつまいも	52g	にんじん	19.5g	鶏むね皮つき	19.5g
おろし生姜	0.91g	大根	39g	たまねぎ	32.5g	たまねぎ	39g
たまねぎ	58.5g	にんじん	13g	さつま揚げ	19.5g	にんじん	19.5g
にんじん	26g	カットわかめ	0.39g	青ねぎ	6.5g	ほうれんそう	13g
青ねぎ	6.5g	淡色辛みそ	9.1g	土しろうが	0.65g	マギーブイヨン	1.3g
なたねサラダ油	0.26g	和風だしの素	0.65g	なたねサラダ油	0.39g	しょうゆ(うすくち)	3.51g
淡色辛みそ	7.8g	水	156g	しょうゆ(うすくち)	5.46g	水	156g
砂糖・上白糖	1.3g	じゃがいもコロッケ	1こ	じゃがいもでんぷん	0.65g	れんこん	32.5g
しょうゆ(うすくち)	6.5g	なたねてんぷら油	5g	和風だしの素	0.65g	エリンギ	19.5g
料理酒	1.95g	はくさい	65g	水	169g	ベーコン	13g
じゃがいもでんぷん	1.56g	にんじん	13g	いわしの生姜煮	1こ	パセリ	0.13g
唐辛子・一味	0.04g	かつお節・花カット	0.91g	ほうれんそう	52g	しょうゆ(うすくち)	5.2g
水	32.5g	しょうゆ(うすくち)	5.2g	えのき茸	13g	砂糖・上白糖	2.21g
ホークシューマイ	3こ			ごま(すりごま)	1.95g	ノンエッグマヨネーズ	1.04g
たくあん漬け	7.8g			しょうゆ(うすくち)	2.6g	ごま(すりごま)	0.91g
きゅうり	39g					なたねサラダ油	0.39g
ごま(すりごま)	0.65g					ブロッコリー	45.5g
						大豆	6.5g
						サザンアイランド レッシング	9.1g
アレルギー 除去食対応							

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ビ:落花生 It:えび 蟹:かに 鮑:あわび 飴: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 モ: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

アレルギー食品使用予定献立表 (令和5年8月30日～令和5年9月29日)

献立ブロック (中学校)

9月22日(金)		9月25日(月)		9月26日(火)		9月27日(水)		
わかめ御飯 牛乳 すき焼きうどん 千草あえ 豆乳プリンタルト		ハヤシライス 牛乳 チキンコロッケ コールスローサラダ		御飯 野菜ジュース なめこの味噌汁 ますの塩こうじ焼き 鶏とさつま芋のバター醤油炒め		御飯 牛乳 もずくスープ ホイコーロー 小松菜のナムル		
	食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量
	米	1食		米(麦御飯用)	1食		米	1食
	わかめ御飯の素	1.42 g		米粒麦	9 g		牛乳(飲用普通牛乳)	1本
乳	牛乳(飲用普通牛乳)	1本	牛	牛肉ショルダー	32.5 g	豆	木綿豆腐	39 g
麦	うどん・冷凍	52 g		たまねぎ	58.5 g	豆	油あげ	5.2 g
牛	牛肉ショルダー	39 g		にんじん	26 g	豆	カットわかめ	0.39 g
豆	冷凍焼き豆腐	52 g		マッシュルーム	6.5 g		にんじん	13 g
	たまねぎ	52 g		グリーンピース	6.5 g		たまねぎ	39 g
	根深ねぎ	6.5 g	麦豆豚	ハヤシルウ	15.6 g		なめこ	9.1 g
	つきこんにやく	52 g		トマトケチャップ袋	10.4 g	豆	淡色辛みそ	9.1 g
	砂糖・上白糖	4.55 g	リ	ソース(中濃)	3.9 g		和風だしの素	0.65 g
麦豆	しょうゆ(こいくち)	5.85 g		食塩	0.39 g		水	156 g
麦豆	しょうゆ(うすくち)	4.55 g		こしょう	0.13 g		ぎくらます	1.3切
	水	15.6 g		なたねサラダ油	0.65 g		塩こうじ	5.2 g
豆	油あげ	3.9 g		ワイン(白)	1.3 g	鶏	鶏むね皮つき	19.5 g
	ほうれんそう	39 g		水	123.5 g		さつまいも	32.5 g
	にんじん	6.5 g	乳	牛乳(飲用普通牛乳)	1本		にんじん	9.1 g
	えのき茸	6.5 g	麦豆鶏	チキンコロッケ	1こ		アスパラガス	6.5 g
	砂糖・上白糖	1.43 g		なたねてんぷら油	5 g	麦豆	なたねサラダ油	0.26 g
麦豆	しょうゆ(うすくち)	3.51 g		キャベツ	39 g		しょうゆ(うすくち)	2.86 g
	酢・穀物酢	0.91 g		にんじん	9.1 g	豆	砂糖・上白糖	0.65 g
	なたねサラダ油	0.78 g		コーン	6.5 g	豆	マーガリン	1.04 g
ご	ごま(すりごま)	1.3 g	豆	ノンエッグマヨネーズ	7.8 g	ご	黒ごま(いりごま)	0.52 g
豆	豆乳プリンタルト	1こ		酢・穀物酢	2.08 g			
				砂糖・上白糖	1.56 g			
				食塩	0.13 g			
				こしょう	0.04 g			

アレルギー
除去食対応

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ビ:落花生 It: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 モ: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

アレルギー食品使用予定献立表 (令和5年8月30日～令和5年9月29日)

献立ブロック (中学校)

9月28日(木)		9月29日(金)					
食品名	分量	食品名	分量	食品名	分量	食品名	分量
コッペパン 牛乳 マカロニスープ ボークミンチカツ キャベツのイタリアンサラダ 大豆チョコクリーム		御飯 牛乳 里芋の味噌煮 小松菜の豆腐寄せ いかときゅうりの酢の物 お月見団子					
麦 コッペパン 1こ 牛乳(飲用普通牛乳) 1本 麦 アルファベットマカロニ 5.2g にんじん 13g たまねぎ 35.1g ぶなしめじ 9.1g パセリ 0.13g なたねサラダ油 0.26g 食塩 0.39g こしょう 0.04g 麦牛豆 マギーブイヨン 1.56g 麦豆 しょうゆ(うすくち) 2.08g ワイン(白) 2.6g 水 162.5g 豚 ぼークミンチカツ40g 1こ なたねてんぷら油 4g キャベツ 39g 豆 ツナ袋 6.5g 豆 えだまめ 6.5g 麦豆豚 イタリアンドレッシング 9.1g 乳豆 大豆チョコクリーム10g 1こ		米 1食 牛乳(飲用普通牛乳) 1本 鶏 鶏もも皮つき 32.5g 里芋 58.5g 大根 39g にんじん 19.5g こんにゃく 19.5g 焼きちくわ 13g 豆 淡色辛みそ 7.8g 砂糖・上白糖 2.86g 麦豆 しょうゆ(うすくち) 1.56g 和風だしの素 0.52g 水 39g 豆 小松菜の豆腐寄せ 1こ いか 19.5g きゅうり 26g カットわかめ 1.3g 酢・穀物酢 2.6g 砂糖・上白糖 2.6g 麦豆 しょうゆ(うすくち) 2.6g お月見団子 1こ					
アレルギー 除去食対応 大豆チョコクリーム →マーガリン (アレルギー:大豆)							

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば 苳:落花生 It:えび 蟹:かに 鮑:あわび 竹: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 モ: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