

アレルギー食品使用予定献立表 (令和5年10月2日~令和5年10月31日)

献立ブロック (中学校)

10月2日(月)			10月3日(火)			10月4日(水)			10月5日(木)		
御飯 牛乳 ワントンスープ ピビンバ 中華サラダ			御飯 牛乳 大根の味噌汁 ささみポテトカツ エリンギと人参のきんぴら			御飯 のむヨーグルト(ストロベリー味) チンゲン菜のスープ 鶏肉のレモンあえ わかめともやしのナムル			減量コッペパン 牛乳 クリームシチュー 大学芋 キャベツとコーンのマリネ		
	食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量
乳 麦豆豚ご 麦牛豆 麦豆 牛 麦豆 麦豆 ご ご ご 麦豆 ご 麦豆鶏豚ご	米 (100g)	1 食	米 (100g)	1 食	米 (100g)	1 食	米 (100g)	1 食	減量コッペパン (88g)	1 こ	
	牛乳 (飲用普通牛乳)	1 本	牛乳 (飲用普通牛乳)	1 本	のむヨーグルト (ストロベリー)	1.3 本	牛乳 (飲用普通牛乳)	1 本	牛乳 (飲用普通牛乳)	1 本	
	ワントン	15.6 g	木綿豆腐	32.5 g	チンゲンサイ	13 g	鶏むね皮つき	19.5 g	たまねぎ	39 g	
	にんじん	13 g	油あげ	5.2 g	にんじん	13 g	たまねぎ	39 g	にんじん	26 g	
	たまねぎ	39 g	焼きちくわ	6.5 g	たまねぎ	39 g	はるさめ	3.9 g	ブロッコリー	19.5 g	
	ぶなしめじ	13 g	にんじん	13 g	はるさめ	3.9 g	魚肉ハム	9.1 g	マカロニデリカ	7.8 g	
	カットわかめ	0.39 g	大根	39 g	しょうゆ (うすくち)	3.9 g	中華スープの素	1.3 g	シチューミックス	13 g	
	マギーブイヨン	1.3 g	青ねぎ	6.5 g	中華スープの素	1.3 g	水	169 g	なたねサラダ油	0.39 g	
	しょうゆ (うすくち)	4.16 g	淡色辛みそ	9.1 g	水	169 g	鶏むね皮つき	78 g	食塩	0.26 g	
	水	169 g	和風だしの素	0.65 g	鶏	78 g	食塩	0.26 g	こしょう	0.04 g	
	牛肉ショルダー	32.5 g	水	169 g	鶏むね皮つき	78 g	こしょう	0.05 g	じゃがいもでんぷん	5.2 g	
	たまねぎ	26 g	大豆鶏	ささみポテトカツ(50g)	1.3 こ	食塩	0.26 g	小麥粉	6.5 g	なたねてんぷら油	6 g
	にんじん	19.5 g	なたねてんぷら油	5 g	にんじん	13 g	こしょう	0.05 g	なたねてんぷら油	6 g	
	こまつな	13 g	にんじん	13 g	エリンギ	13 g	じゃがいもでんぷん	5.2 g	砂糖・上白糖	7.8 g	
	パプリカ (黄)	6.5 g	エリンギ	13 g	さつま揚げ	13 g	小麥粉	6.5 g	黒ごま (いりごま)	0.65 g	
	ガーリックパウダー	0.03 g	さつま揚げ	13 g	つきこんにゃく	13 g	しょうゆ (こいくち)	3.9 g	しょうゆ (うすくち)	1.04 g	
	食塩	0.13 g	つきこんにゃく	13 g	さやいんげん	6.5 g	砂糖・上白糖	3.9 g	水	3.9 g	
	しょうゆ (こいくち)	2.86 g	さやいんげん	6.5 g	なたねサラダ油	0.26 g	酢・穀物酢	1.3 g	キャベツ	39 g	
	しょうゆ (うすくち)	2.86 g	なたねサラダ油	0.26 g	砂糖・上白糖	2.34 g	レモン(果汁)	1.3 g	コーン	13 g	
	砂糖・上白糖	2.99 g	砂糖・上白糖	2.34 g	しょうゆ (こいくち)	3.25 g	カットわかめ	0.78 g	ツナ袋	6.5 g	
	ごま油	0.2 g	しょうゆ (こいくち)	3.25 g	みりん風調味料	0.91 g	もやし	26 g	酢・穀物酢	3.51 g	
	ごま (いりごま)	0.26 g	ごま (いりごま)	0.65 g	ごま (いりごま)	0.65 g	きゅうり	19.5 g	砂糖・上白糖	2.21 g	
	唐辛子・七味	0.01 g	唐辛子・七味	0.01 g	唐辛子・七味	0.01 g	しょうゆ (うすくち)	1.56 g	食塩	0.39 g	
	なたねサラダ油	0.26 g	唐辛子・七味	0.01 g			ごま油	0.65 g	オリブオイル	1.95 g	
	はるさめ	7.8 g					ごま (いりごま)	0.65 g	マギーブイヨン	0.26 g	
	きゅうり	26 g					食塩	0.2 g	こしょう	0.07 g	
	コーン	13 g									
	しょうゆ (うすくち)	4.29 g									
	酢・穀物酢	4.55 g									
	砂糖・上白糖	2.34 g									
ごま油	1.04 g										
中華スープの素	0.13 g										
アレルギー 除去食対応									シチューミックス →シチュールウ変更 (アレルギー:なし)		

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば 比:落花生 比: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 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

アレルギー食品使用予定献立表 (令和5年10月2日~令和5年10月31日)

献立ブロック (中学校)

10月6日(金)		10月10日(火)		10月11日(水)		10月12日(木)	
御飯 牛乳 もずくスープ 和風キャベ井 小松菜の納豆あえ		御飯 牛乳 田舎汁 スケトウダラの照り焼き ほうれん草のごま和え ブルーベリーゼリー		御飯 牛乳 吉野汁 豚肉の生姜焼き風 きゅうりの梅昆布あえ		減量黒糖パン 牛乳 キャベツときのこのスパゲティ ブロッコリーとコーンのサラダ スイートポテト	
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 (100g)	1 食	米 (100g)	1 食	麦 減量コッペパン (88g)	1 こ
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	黒砂糖	7.02 g
たまねぎ	39 g	じゃがいも	39 g	鶏 鶏むね皮つき	19.5 g	乳 牛乳 (飲用普通牛乳)	1 本
コーン	6.5 g	大根	26 g	にんじん	13 g	麦 スパゲティ(乾)	39 g
にんじん	15.6 g	にんじん	13 g	豆 木綿豆腐	32.5 g	豚 豚ももひき肉	19.5 g
もずく	13 g	青ねぎ	6.5 g	大根	19.5 g	キャベツ	32.5 g
鶏豚 肉だんご	15.6 g	豆 油あげ	5.2 g	青ねぎ	6.5 g	たまねぎ	32.5 g
麦豆鶏豚ご 中華スープの素	1.3 g	カットわかめ	0.52 g	干しいたけ	0.78 g	ぶなしめじ	13 g
麦豆 しょうゆ (うすくち)	3.51 g	豆 淡色辛みそ	9.1 g	鯖 だしパック	2.6 g	えのき茸	9.1 g
水	162.5 g	和風だしの素	0.65 g	麦豆 しょうゆ (うすくち)	5.85 g	にんじん	13 g
キャベツ	32.5 g	水	169 g	食塩	0.26 g	麦豆 しょうゆ (こいくち)	5.2 g
たまねぎ	32.5 g	すけとうだら(50g)	1.3 切	じゃがいもでんぶん	1.56 g	豆 マーガリン	2.99 g
にんじん	13 g	砂糖・上白糖	1.3 g	水	169 g	和風だしの素	1.95 g
豆 ツナ袋	13 g	麦豆 しょうゆ (こいくち)	3.9 g	豚 豚スライス肉	45.5 g	食塩	0.39 g
食塩	0.13 g	みりん風調味料	3.9 g	たまねぎ	52 g	こしょう	0.13 g
和風だしの素	0.2 g	ほうれんそう	58.5 g	麦豆 しょうが焼きのたれ	11.7 g	ブロッコリー	45.5 g
麦豆 塩こんぶ	1.3 g	ごま (すりごま)	1.95 g	なたねサラダ油	0.39 g	コーン	9.1 g
麦豆 しょうゆ (うすくち)	1.3 g	麦豆 しょうゆ (うすくち)	2.6 g	きゅうり	41.6 g	ワザンアイランドドレッシング	9.1 g
酢・穀物酢	1.3 g	ブルーベリーゼリー	1 こ	豆 えだまめ	6.5 g	スイートポテト	1 こ
なたねサラダ油	0.26 g			にんじん	6.5 g		
ごまつな	52 g			豆 ツナ袋	6.5 g		
にんじん	13 g			麦豆 しょうゆ (うすくち)	1.82 g		
豆 挽きわり納豆	3.9 g			梅びしお	0.65 g		
麦豆 しょうゆ (うすくち)	3.25 g			り 減塩梅びしお	0.39 g		
かつお節・花カット	1.04 g			砂糖・上白糖	1.04 g		
ごま油	1.3 g			乾燥カリカリ梅	0.2 g		
				牛豆豚 ぶりかけ昆布	0.65 g		
アレルギー 除去食対応							

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

アレルギー食品使用予定献立表 (令和5年10月2日~令和5年10月31日)

献立ブロック (中学校)

10月13日(金)		10月16日(月)		10月17日(火)		10月18日(水)	
御飯 牛乳 筑前煮 カツオコロッケ 大根のすだち和え		減量わかめご飯 牛乳 長崎皿うどん 切干大根のごま和え		ハヤシライス 野菜ジュース(アップル&キャロット) コーンコロッケ 海と畑のサラダ		御飯 牛乳 さつま汁 さばの塩こうじ焼き ツナおから	
食品名	分量	食品名	分量	食品名	分量	食品名	分量
米 (100g)	1 食	米 (減量) (90g)	1 食	米 (麦御飯用) (90g)	1 食	米 (100g)	1 食
牛乳 (飲用普通牛乳)	1 本	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
鶏もも皮つき	26 g	牛乳 (飲用普通牛乳)	1 本	牛 牛肉ショルダー	32.5 g	豚 豚スライス肉	13 g
焼きちくわ	19.5 g	麦 血うどん麵(30g)	1 こ	たまねぎ	58.5 g	さつまいも	52 g
ごぼう	26 g	豚 豚スライス肉	39 g	にんじん	26 g	大根	39 g
れんこん	19.5 g	伪 いか	32.5 g	マッシュルーム	6.5 g	にんじん	13 g
こんにゃく	32.5 g	たまねぎ	52 g	グリーンピース	6.5 g	カットわかめ	0.39 g
にんじん	32.5 g	にんじん	26 g	麦豆豚 ハヤシルウ	15.6 g	豆 淡色辛みそ	9.1 g
砂糖・上白糖	3.9 g	はくさい	58.5 g	トマトケチャップ	10.4 g	和風だしの素	0.65 g
和風だしの素	0.52 g	干しいたけ	1.3 g	り ソース (中濃)	3.9 g	水	156 g
麦豆 しょうゆ (こいくち)	3.9 g	なたねサラダ油	0.65 g	食塩	0.39 g	鯖 さば切り身(50g)	1 切
麦豆 しょうゆ (うすくち)	3.9 g	麦豆鶏豚ご 中華スープの素	1.04 g	ごしょう	0.13 g	塩こうじ	6.5 g
みりん風調味料	1.3 g	麦豆 しょうゆ (うすくち)	5.2 g	なたねサラダ油	0.65 g	おから	13 g
なたねサラダ油	0.65 g	ごしょう	0.05 g	ワイン (白)	1.3 g	豆 ツナ袋	6.5 g
水	39 g	みりん風調味料	1.3 g	水	97.5 g	つきこんにゃく	6.5 g
麦豆 カツオコロッケ(60g)	1 こ	じゃがいもでんぶん	3.25 g	り 野菜ジュース(アップル&キャロット)	1 本	焼きちくわ	6.5 g
なたねてんぷら油	5 g	水	39 g	麦豆 コーンコロッケ(60g)	1 こ	にんじん	6.5 g
豆 ツナ袋	6.5 g	切り干し大根	7.8 g	なたねてんぷら油	5 g	青ねぎ	3.9 g
大根	39 g	にんじん	9.1 g	キャベツ	39 g	和風だしの素	0.26 g
きゅうり	13 g	豆 えだまめ	9.1 g	ツナ袋	6.5 g	砂糖・上白糖	1.95 g
すだち(果汁)	1.3 g	鶏 ささ身	6.5 g	えだまめ	6.5 g	料理酒	0.65 g
砂糖・上白糖	2.6 g	麦豆 しょうゆ (うすくち)	4.68 g	しよひじき	0.65 g	麦豆 しょうゆ (うすくち)	1.69 g
麦豆 しょうゆ (うすくち)	2.6 g	砂糖・上白糖	1.3 g	なたねサラダ油	1.95 g	ご ごま油	0.39 g
酢・穀物酢	1.3 g	ご ごま (すりごま)	2.34 g	酢・穀物酢	1.3 g	水	7.8 g
				食塩	0.39 g		
				ごしょう	0.03 g		
				砂糖・上白糖	0.91 g		

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ビ:落花生 花:えび 蟹:かに 鮑:あわび 偽: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 鯖: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10月2日~令和5年10月31日)

献立ブロック (中学校)

10月19日(木)			10月23日(月)			10月24日(火)			10月25日(水)				
御飯 牛乳 秋野菜の沢煮椀 おのっこおさつコロッケ ほうれん草のおひたし			御飯 牛乳 きのこたっぷり味噌汁 かぼちゃの豆腐寄せ 焼き豚			御飯 のむヨーグルト(プレーン) マーボー豆腐 春巻 ビーフンサラダ			御飯 牛乳 冬瓜の和風スープ 鶏肉の味噌マヨ焼き キャベツとちくわの磯あえ				
	食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量		
乳 豚 鯖 麦豆 麦 麦豆	米(100g)	1食	乳 豚 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆	米(100g)	1食	乳 豆 豚 おろし生姜 たまねぎ にんじん 青ねぎ なたねサラダ油 豆 淡色辛みそ 砂糖・上白糖 麦豆 しょうゆ(うすくち) 料理酒 じゃがいもでんぶん ご 唐辛子・七味 水 麦豆鶏ご なたねてんぷら油 ビーフン きゅうり にんじん 砂糖・上白糖 酢・穀物酢 しょうゆ(うすくち) 麦豆 ご ごま油	米(100g)	1食	乳 豚 豆 麦豆 鶏 豆 みりん風調味料 砂糖・上白糖 料理酒 麦豆 豆 キャベツ 焼きちくわ 麦豆 しょうゆ(うすくち) 刻みのり かつお節・花カット	米(100g)	1食		
	牛乳(飲用普通牛乳)	1本		牛乳(飲用普通牛乳)	1本		のむヨーグルト(プレーン)	1本		牛乳(飲用普通牛乳)	1本		
	豚スライス肉	19.5 g		なめこ	10.4 g		冷凍豆腐	91 g		とうがん	19.5 g		
	にんじん	19.5 g		まいたけ	9.1 g		豚ももひき肉	39 g		にんじん	15.6 g		
	ごぼう	19.5 g		ぶなしめじ	13 g		おろし生姜	0.91 g		豆	冷凍ミニ厚揚げ	15.6 g	
	干しいたけ	1.04 g		焼きちくわ	6.5 g		たまねぎ	58.5 g		干しいたけ	0.39 g		
	えのき茸	9.1 g		木綿豆腐	32.5 g		にんじん	26 g		もやし	19.5 g		
	大根	19.5 g		にんじん	13 g		青ねぎ	6.5 g		豆	えだまめ	6.5 g	
	青ねぎ	6.5 g		青ねぎ	6.5 g		なたねサラダ油	0.26 g		料理酒	6.5 g		
	鯖	だしパック		2.6 g	豆		淡色辛みそ	9.1 g		豆	しょうゆ(うすくち)	3.25 g	
	麦豆	食塩		0.39 g	豆		和風だしの素	0.65 g		砂糖・上白糖	1.3 g	食塩	0.52 g
	水	しょうゆ(うすくち)		6.5 g	水		169 g	麦豆		しょうゆ(うすくち)	6.5 g	和風だしの素	0.52 g
	おのっこおさつコロッケ	1こ		豆	かぼちゃの豆腐寄せ		1こ	料理酒		1.95 g	水	162.5 g	
	なたねてんぷら油	6 g		豚	豚もも肉		58.5 g	じゃがいもでんぶん		1.56 g	鶏	鶏むね皮つき	71.5 g
	ほうれん草	52 g		土しょうが	0.91 g		唐辛子・七味	0.04 g		豆	淡色辛みそ	3.9 g	
	にんじん	13 g		こしょう	0.04 g		水	32.5 g		みりん風調味料	3.9 g		
	かつお節・花カット	0.91 g		砂糖・上白糖	1.95 g		麦豆鶏ご	1こ		砂糖・上白糖	2.21 g		
しょうゆ(うすくち)	2.6 g	みりん風調味料	3.9 g	なたねてんぷら油	5 g	料理酒	1.43 g						
		しょうゆ(こいくち)	6.76 g	ビーフン	7.8 g	麦豆	しょうゆ(こいくち)	0.78 g					
		水	13 g	きゅうり	32.5 g	豆	ノンエッグマヨネーズ	1.82 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 花:えび 蟹:かに 鮑:あわび 肉:いかり 肉:いくら 乳:オレンジ キ:キウイフルーツ 牛:牛肉 肉: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

アレルギー食品使用予定献立表（令和5年10月2日～令和5年10月31日）

献立ブロック（中学校）

10月26日(木)		10月27日(金)		10月30日(月)		10月31日(火)	
減量コッペパン 牛乳 焼きそば 根菜のごまヨサラダ りんごゼリー		御飯 牛乳 いもたき いわしのおかか煮 白菜と大豆の甘酢あえ		カレーライス オレンジジュース オムレツ ポパイサラダ		キャロットピラフ 牛乳 ミネストローネ かぼちゃフライ 大根のイタリアンサラダ	
食品名	分量	食品名	分量	食品名	分量	食品名	分量
麦 減量コッペパン (88g)	1 こ	米 (100g)	1 食	米 (麦御飯用) (90g)	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	米粒麦	9 g	豆鶏 キャロットピラフの素	31.42 g
麦 焼きそば麺	32.5 g	鶏 鶏もも皮つき	32.5 g	れ オレンジジュース	26 g	乳 牛乳 (飲用普通牛乳)	1 本
豚 豚スライス肉	26 g	里芋	39 g	牛 牛肉ショルダー	52 g	豚 シャウエッセン	15.6 g
ゆ いか	19.5 g	こんにゃく	26 g	じゃがいも	52 g	にんじん	13 g
豆 さつま揚げ	13 g	にんじん	26 g	たまねぎ	26 g	たまねぎ	32.5 g
キャベツ	52 g	豆 厚揚げ	22.1 g	にんじん	6.5 g	キャベツ	26 g
たまねぎ	39 g	焼きちくわ	15.6 g	グリーンピース	3.9 g	麦 シェルマカロニ	5.2 g
にんじん	13 g	砂糖・上白糖	3.64 g	乳 脱脂粉乳	0.39 g	食塩	0.26 g
粉がつお	0.78 g	麦豆 しょうゆ (うすくち)	6.89 g	なたねサラダ油	0.39 g	こしょう	0.04 g
こしょう	0.07 g	麦豆 しょうゆ (こいくち)	1.3 g	食塩	0.1 g	麦牛豆 マギーブイヨン	1.3 g
り ソース (濃厚)	18.2 g	鯖 だしパック	1.56 g	こしょう	3.9 g	トマト	11.05 g
ウスターソース	5.2 g	水	78 g	り ソース (中濃)	1.3 g	トマトケチャップ	14.3 g
なたねサラダ油	0.52 g	麦豆 いわしのおかか煮	1 こ	ワイン (白)	10.4 g	砂糖・上白糖	0.65 g
ごぼう	26 g	はくさい	39 g	乳麦豆豚りハ	5.2 g	水	162.5 g
れんこん	19.5 g	豆 大豆	9.1 g	乳麦豆鶏豚りご	117 g	麦豆豚り かぼちゃフライ (40g)	1 こ
コーン	9.1 g	にんじん	6.5 g	水	1 本	なたねてんぷら油	6 g
豆 ノンエッグマヨネーズ	5.2 g	豆 ツナ袋	5.2 g	麦卵豆 オムレツ	1 こ	大根	52 g
ごま (すりごま)	2.08 g	砂糖・上白糖	3.25 g	ほうれんそう	39 g	豆 えだまめ	6.5 g
麦豆 しょうゆ (うすくち)	1.56 g	酢・穀物酢	3.25 g	にんじん	9.1 g	麦豆 魚肉ハム	3.9 g
酢・穀物酢	1.3 g	食塩	0.52 g	コーン	9.1 g	麦豆豚 イタリアンドレッシング	9.1 g
り りんごゼリー	1.3 こ			豆 ノンエッグマヨネーズ	9.1 g		
				食塩	0.13 g		
				こしょう	0.04 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:小麦、大豆) オムレツ →ハンバーグ (アレルギー:大豆、鶏肉、豚肉)			

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