

アレルギー食品使用予定献立表 (令和5年11月1日~令和5年11月30日)

献立ブロック (中学校)

11月1日(水)			11月2日(木)			11月6日(月)			11月7日(火)		
御飯 牛乳 餃子スープ キムタク炒め 野菜の南蛮サラダ			黒糖パン 牛乳 レタススープ ジャーマンポテト フルーツあえ			御飯 のむヨーグルト マーボー豆腐 揚げシューマイ つば漬け和え			ゆかりごはん 牛乳 鶏すきうどん ほうれん草ともやしのごま和え アセロラゼリー		
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	
牛乳	1本		黒砂糖	8.58g		ジョア:ブルーベリー味	1.3本		ゆかりごはんの素	1.07g	
麦豆鶏豚ご			牛乳	1本		乳 冷凍豆腐	91g		牛乳	1本	
水ぎょうぎ	39g		麦豆鶏豚			豚ももひき肉	39g		鶏肉むね・もも混皮つき10g	32.5g	
人参	19.5g		彩り野菜ミートボール	26g		おろし生姜	0.91g		冷凍うどん	52g	
白菜	32.5g		レタス	26g		玉ねぎ	58.5g		こんにやく(つき)	52g	
しめじ	9.1g		人参	13g		人参	26g		冷凍焼き豆腐	52g	
麦牛豆			玉ねぎ	39g		青ねぎ	6.5g		玉ねぎ	52g	
麦豆			しめじ	6.5g		サラダ油	0.26g		根深ねぎ	10.4g	
水	162.5g		麦牛豆			淡色みそ	7.8g		上白糖	4.55g	
豚			麦豆			上白糖	1.3g		サラダ油	0.26g	
豚肉スライス	32.5g		水	156g		しょうゆ(薄口)	6.5g		しょうゆ(濃口)	5.85g	
キムチ(はくさい)	13g		じゃがいも	45.5g		料理酒	1.95g		しょうゆ(薄口)	4.55g	
たくあん(千切り)	13g		玉ねぎ	26g		でんぶん	2.34g		水	15.6g	
根深ねぎ	6.5g		人参	6.5g		一味唐辛子	0.04g		ほうれん草	45.5g	
麦豆			ベーコン	13g		水	32.5g		もやし	19.5g	
しょうゆ(濃口)	0.26g		パセリ・乾	0.13g		麦豚			人参	6.5g	
サラダ油	0.26g		オリーブオイル	0.78g		天ぷら油	3.6g		すりごま	1.95g	
ごま油	0.26g		食塩	0.13g		麦豆			しょうゆ(薄口)	2.6g	
鶏			こしょう	0.07g		つば漬け	7.8g		アセロラゼリー	1こ	
鶏さき身	9.1g		麦牛豆			きゅうり	39g				
きゅうり	39g		パイナップル缶	39g		ごま(すりごま)	0.65g				
人参	9.1g		ナタデココ	13g		しょうゆ(薄口)	0.39g				
コーン	9.1g		みかん缶	26g							
麦豆											
穀物酢	4.55g										
しょうゆ(薄口)	3.9g										
上白糖	2.6g										
サラダ油	0.91g										
一味唐辛子	0.01g										
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 匕: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 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

アレルギー食品使用予定献立表 (令和5年11月1日~令和5年11月30日)

献立ブロック (中学校)

11月8日(水)			11月9日(木)			11月10日(金)			11月13日(月)		
御飯 牛乳 冬瓜と茎わかめの味噌汁 鯖のみぞれかけ かみかみサラダ			コッペパン 牛乳 きのこシチュー ポイルシャウエッセン ブロッコリーとコーンのサラダ			御飯 牛乳 ビーフンスープ 中華風から揚げ ひじきとかぶのナムル			御飯 牛乳 芋の子汁 白身魚フライ 白菜のおひたし		
	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	麦乳	コッペパン (120g)	1 食	乳	米 (100g)	1 食	乳	米 (100g)	1 食
	牛乳	1 本		牛乳	1 本		牛乳	1 本		牛乳	1 本
豆	冬瓜 (カット)	19.5 g	鶏	鶏肉むね皮つき10g	26 g	麦豆	ビーフン	7.8 g	豆	里芋	32.5 g
	くきわかめ	6.5 g		しめじ	13 g		玉ねぎ	32.5 g		ごぼう	13 g
	焼きちくわ	9.1 g		マッシュルーム	13 g		人参	13 g		こんにゃく (つき)	13 g
	人参	15.6 g		玉ねぎ	52 g		小松菜	6.5 g		人参	13 g
	冷凍厚揚げ	15.6 g		人参	32.5 g		干しいたけ	0.65 g		冷凍厚揚げ	15.6 g
	淡色みそ	9.1 g		グリーンピース	6.5 g		しょうゆ (薄口)	3.9 g		まいたけ	6.5 g
	和風だしの素	0.65 g		シチューミックス	15.6 g		中華スープの素	1.3 g		根深ねぎ	6.5 g
	水	156 g		サラダ油	0.78 g		ごしょう	0.01 g		淡色みそ	9.1 g
	鯖切り身でんぷん付き	1 切		食塩	0.39 g		水	169 g		和風だしの素	0.65 g
	天ぷら油	5 g		ごしょう	0.04 g		鶏肉むね皮つき15g	71.5 g		水	156 g
大根	26 g	ワイン (白)	1.3 g	食塩	0.26 g	麦豆	白身魚フライ	1 食			
穀物酢	2.6 g	水	117 g	ごしょう	0.05 g		天ぷら油	6 g			
食塩	0.52 g	ポイルシャウエッセン	2 食	でんぷん	5.2 g	白菜	65 g				
上白糖	2.6 g	ブロッコリー	45.5 g	小麦粉	6.5 g	人参	13 g				
小麦	さきいか	4.55 g	コーン	9.1 g	天ぷら油	6 g	花かつお・カット	0.91 g			
	切干大根	4.55 g	サラダ油	1.95 g	根深ねぎ	3.9 g	麦豆	しょうゆ (薄口)	5.2 g		
	キャベツ	32.5 g	穀物酢	1.3 g	しょうが(おろし)	0.65 g					
	穀物酢	2.6 g	食塩	0.39 g	上白糖	3.9 g					
麦豆	上白糖	2.34 g	ごしょう	0.03 g	しょうゆ (濃口)	3.9 g					
	しょうゆ (薄口)	3.25 g	上白糖	0.91 g	中華スープの素	0.13 g					
	ごま油	0.65 g			穀物酢	2.6 g					
					ごま油	0.65 g					
						干しひじき	0.39 g				
						かぶ・葉切り	48.1 g				
						えだまめ	11.7 g				
						しょうゆ (薄口)	1.56 g				
						ごま油	1.43 g				
						いりごま	0.78 g				
						食塩	0.39 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 (アレルゲン:なし)								

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ビ:落花生 匕: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 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

アレルギー食品使用予定献立表 (令和5年11月1日~令和5年11月30日)

献立ブロック (中学校)

11月14日(火)			11月15日(水)			11月16日(木)			11月17日(金)		
ボークハヤシ 野菜ジュース ささみポテトカツ さつま芋のサラダ			御飯 牛乳 なめこの赤だし 鶏肉のさっぱり煮 野菜の昆布あえ			減量バインパン 牛乳 スパゲティナポリタン ブロccoliのマリネ ミニフィッシュ			御飯 牛乳 かす汁 かぼちゃコロック ほうれんそうのきのこあえ		
	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		米 (100g)	1 食	麦	減量コッペパン (88g)	1 こ		米 (100g)	1 食
	米粒麦	9 g	乳	牛乳	1 本		ドライバイン	5.85 g	乳	牛乳	1 本
豚	豚肉スライス	32.5 g	豆	木綿豆腐	39 g	乳	牛乳	1 本	豚	豚肉スライス	19.5 g
	玉ねぎ	58.5 g		油揚げ	5.2 g	麦	スパゲティ・ハーフカット	45.5 g	豆	油揚げ	5.2 g
	人参	26 g		焼きちくわ	6.5 g	豚	ベーコン	13 g		ごぼう	15.6 g
	マッシュルーム	6.5 g		人参	13 g		玉ねぎ	45.5 g		焼きちくわ	6.5 g
	グリーンピース	6.5 g		なめこ (水煮)	10.4 g		人参	32.5 g		こんにゃく (つき)	19.5 g
麦豆豚	ハヤシルウ	15.6 g		根深ねぎ	6.5 g		ピーマン	6.5 g		人参	13 g
	ケチャップ	10.4 g	豆	赤だし味噌	9.36 g		食塩	0.39 g	豆	根深ねぎ	6.5 g
リ	ソース (中濃)	3.9 g		和風だしの素	0.91 g		こしょう	0.05 g		淡色みそ	9.1 g
	食塩	0.39 g		みりん	0.13 g	リ	ケチャップ	20.8 g		酒かす	7.8 g
	こしょう	0.13 g		水	169 g		ソース (中濃)	6.5 g		和風だしの素	0.65 g
	サラダ油	0.39 g	鶏	鶏肉むね皮つき15g	71.5 g		サラダ油	0.65 g	麦豆豚	水	169 g
	ワイン (白)	1.3 g		穀物酢	7.8 g		ブロccoli	52 g		かぼちゃコロック	1 こ
	水	123.5 g		上白糖	5.2 g		コーン	13 g		天ぷら油	6 g
	野菜ジュース	1.3 本	麦豆	料理酒	5.2 g	豆	まぐろ油漬ルーク	6.5 g		ほうれん草	52 g
豆鶏	ささみポテトカツ	2 こ		しょうゆ (薄口)	3.9 g		穀物酢	3.51 g		えのきたけ	13 g
	天ぷら油	5.9 g	麦豆	しょうゆ (濃口)	3.9 g		上白糖	2.21 g	こ	すりごま	1.95 g
	さつま芋	32.5 g		おろしにんにく	0.52 g		食塩	0.39 g	麦豆	しょうゆ (薄口)	3.25 g
	まぐろ油漬ルーク	6.5 g		サラダ油	0.26 g	麦牛豆	オリーブオイル	1.95 g			
	玉ねぎ	13 g		水	13 g		ブイオン	0.26 g			
	きゅうり	13 g		キャベツ	45.5 g		こしょう	0.07 g			
	マヨネーズ	9.1 g		もやし	19.5 g		ミニフィッシュ	1 こ			
麦豆鶏豚こ	中華スープの素	0.33 g	麦豆ゼ	塩昆布	1.69 g						
麦豆	しょうゆ (薄口)	0.39 g	麦豆	しょうゆ (薄口)	0.91 g						
	黒こしょう (粒)	0.01 g									
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 匕: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 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11月1日～令和5年11月30日）

献立ブロック（中学校）

11月27日(月)			11月28日(火)			11月29日(水)			11月30日(木)		
大豆とコーンのカレー（麦御飯） オレンジジュース ほうれん草のオムレツ コールスローサラダ			御飯 牛乳 きのこ汁 ハンバーグのてりやきソースかけ 大根のゆずあえ			ひじき御飯 牛乳 おでん キャベツとれんこんの梅和え りんご			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		
	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		米（100g）	1 食		米（100g）	1 食		麦 コッペパン（120g）	1 食
	米粒麦	9.9		牛乳	1 本		麦豆 ひじきご飯の素	28.5 g		麦 牛乳	1 本
豆	ゆで大豆	13.9		えのきたけ	9.1 g		牛 牛肉シュルダー	26.9		麦 アルファベットマカロニ	5.2 g
鶏	鶏ひき肉	19.5 g		しめじ	13.9		大豆 大豆	52.9		人参	13.9
	じゃがいも	45.5 g		木綿豆腐	39.9		大豆 さつまあげ	39.9		玉ねぎ	35.1 g
	玉ねぎ	45.5 g		蒸しかまぼこ	6.5 g		大豆 厚揚げ	26.9		しめじ	9.1 g
	人参	26.9		根深ねぎ	6.5 g		焼きちくわ	19.5 g		パセリ・乾	0.13 g
	コーン	13.9		かつお節だしパック	2.6 g		こんやく（板）	26.9		サラダ油	0.26 g
	乳 脱粉乳	3.9 g		しょうゆ（薄口）	5.85 g		人参	19.5 g		食塩	0.39 g
	サラダ油	0.39 g		水	156.9		麦豆 しょうゆ（薄口）	3.9 g		麦牛豆 こしょう	0.04 g
	食塩	0.39 g		ハンバーグ	1 食		麦豆 しょうゆ（濃口）	3.9 g		麦豆 プイヨン	1.56 g
	こしょう	0.1 g		上白糖	1.9		水	45.5 g		麦豆 しょうゆ（薄口）	2.08 g
	ソース（中濃）	3.9 g		料理酒	2.5 g		キャベツ	36.4 g		麦豆 ワイン（白）	2.6 g
	ワイン（白）	1.3 g		みりん	3.9		豆 まぐろ油漬フレーク	6.5 g		水	162.5 g
	乳麦豆豚りば	7.77 g		めんづん	0.4 g		麦豆 れんこん・スライス	9.1 g		牛豚 谷ひき肉	26.9
	乳麦豆鶏豚りご	9.9		大根	52.9		麦豆 しょうゆ（薄口）	2.21 g		豆 ゆで大豆	13.9
	水	117.9		人参	6.5 g		り 梅びしお	0.78 g		玉ねぎ	39.9
	オレンジジュース	1 本		鶏ささ身	6.5 g		り 減塩梅びしお	0.39 g		トマト缶（ダイス）	19.5 g
卵豆	ほうれん草のオムレツ	1.3 食		ゆず果汁	1.3 g		り 上白糖	1.04 g		ケチャップ	15.6 g
	キャベツ	39.9		上白糖	2.6 g		り 乾燥カリカリ梅	0.2 g		ウスターソース	1.95 g
	人参	9.1 g		麦豆 しょうゆ（薄口）	2.6 g		り りんご（カット）	1 食		上白糖	0.65 g
豆	えだまめ	6.5 g		穀物酢	1.3 g					バジル	0.91 g
豆	マヨネーズ	6.5 g								チリパウダー	0.26 g
	穀物酢	2.08 g								おろしにんにく	0.52 g
	上白糖	1.56 g								こしょう	0.03 g
	食塩	0.13 g								サラダ油	0.39 g
	こしょう	0.04 g								キャベツ	39.9
										豆 まぐろ油漬フレーク	6.5 g
										豆 えだまめ	6.5 g
										麦豆豚 イリアクトレッシング	9.1 g
アレルギー 除去食対応	大豆とコーンのカレー →①脱脂粉乳除去 ②カレールウ変更 （アレルギー：小麦、大豆） ほうれん草のオムレツ →ウインナーソーテー （アレルギー：豚肉）										

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば 苺:落花生 上: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 り: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