

アレルギー食品使用予定献立表 (令和5年12月1日～令和5年12月21日)

献立ブロック (中学校)

12月1日(金)		12月4日(月)		12月5日(火)		12月6日(水)	
御飯 牛乳 吉野汁 おのっこポテトコロッケ 焼き豚		御飯 牛乳 小松菜の味噌汁 キャベツのカラフル炒め 大根の甘酢あえ		御飯 のおヨーグルト(ストロベリー味) さつま汁 焼き魚(鯖) エリンギと人参のきんぴら		御飯 牛乳 マーボー豆腐 春巻 チンゲン菜ともやしのナムル	
食品名	分量	食品名	分量	食品名	分量	食品名	分量
米 牛乳(飲用普通牛乳) 鶏 鶏むね皮つき にんじん 豆 木綿豆腐 大根 根深ねぎ 干しいたけ 和風だしの素 麦豆 しょうゆ(うすくち) 食塩 じゃがいもでんぷん 水 麦豆豚 じゃがいもコロッケ なたねてんぷら油 豚 豚もも肉 土しょうが こしょう 砂糖・上白糖 みりん風調味料 麦豆 しょうゆ(こいくち) 水	1食 1本 19.5g 13g 32.5g 19.5g 6.5g 0.78g 0.65g 5.85g 0.26g 1.56g 169g 13g 5g 58.5g 0.65g 0.04g 2.6g 3.9g 5.85g 13g	米 牛乳(飲用普通牛乳) 豆 冷凍ミニ厚揚げ にんじん たまねぎ 焼きちくわ 豆 淡色辛みそ 和風だしの素 水 豚 豚スライス肉 キャベツ 赤パブリカ コーン 食塩 こしょう 麦豆 しょうゆ(うすくち) 砂糖・上白糖 料理酒 みりん風調味料 ごま油 ごま(いりごま) おろしにんにく なたねサラダ油 大根 にんじん 砂糖・上白糖 酢・穀物酢 食塩	1食 1本 13g 13g 19.5g 39g 6.5g 10.4g 0.78g 156g 32.5g 39g 6.5g 13g 0.13g 0.04g 5.2g 1.3g 1.3g 0.65g 1.04g 0.65g 0.39g 0.39g 52g 6.5g 3.25g 3.25g 0.46g	米 のおヨーグルト(ストロベリー) 豚 豚スライス肉 さつまいも 大根 にんじん カットわかめ 豆 淡色辛みそ 和風だしの素 水 鯖 さば切り身50g にんじん エリンギ 豆 さつま揚げ つきこんにゃく さやいんげん なたねサラダ油 麦豆 砂糖・上白糖 しょうゆ(こいくち) みりん風調味料 ごま(いりごま) 唐辛子・七味	1食 1本 13g 52g 39g 13g 0.39g 9.1g 0.65g 156g 1切 13g 13g 13g 13g 6.5g 0.26g 2.34g 3.25g 0.91g 0.65g 0.01g	米 牛乳(飲用普通牛乳) 豆 冷凍豆腐 豚 豚ももひき肉 おろし生姜 たまねぎ にんじん 根深ねぎ 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 じゃがいもでんぷん 唐辛子・一味 水 麦豆鶏ご 春巻 なたねてんぷら油 チンゲンサイ もやし(緑豆) にんじん しょうゆ(うすくち) ごま油 ごま(いりごま) 食塩	1食 1本 91g 39g 0.91g 58.5g 26g 6.5g 0.26g 7.8g 1.3g 6.5g 1.95g 2.34g 0.04g 32.5g 5g 39g 19.5g 6.5g 1.56g 0.65g 0.65g 0.2g
アレルギー 除去食対応							

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば 苳:落花生 苳:えび 蟹:かに 鮑:あわび 飴:いか ち:いくら ち: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12月1日~令和5年12月21日)

献立ブロック (中学校)

12月7日(木)		12月8日(金)		12月11日(月)		12月12日(火)	
黒糖パン 牛乳 かぼちゃのクリームシチュー 小松菜の豆腐寄せ きゅうりとコーンのサラダ		御飯 牛乳 豚じゃが ほうれんそうのおかかあえ 豆乳プリンタルト		ゆかり御飯 牛乳 田舎汁 肉詰いなり 野菜の昆布あえ		御飯 野菜ジュース(アップルキャロット) すいとん入り味噌汁 赤えいの南蛮タレかけ ほうれん草のごま和え	
食品名	分量	食品名	分量	食品名	分量	食品名	分量
小麦 コッペパン 黒砂糖 牛乳(飲用普通牛乳) 鶏 鶏むね皮つき たまねぎ にんじん かぼちゃ(カット) ブロccoli 小麦 マカロニデリカ 乳麦豆鶏豚 シチューミックス なたねサラダ油 食塩 こしょう ウイン(白) 水 豆 小松菜の豆腐寄せ 小麦 煮肉ハム きゅうり コーン なたねサラダ油 酢・穀物酢 食塩 こしょう 砂糖・上白糖	1食 8.58 g 1本 15.6 g 32.5 g 19.5 g 19.5 g 13 g 3.9 g 15.6 g 0.39 g 0.39 g 0.04 g 1.3 g 143 g 1食 3.9 g 45.5 g 9.1 g 1.95 g 1.3 g 0.39 g 0.03 g 0.91 g	米 乳 牛乳(飲用普通牛乳) 豚 豚スライス肉 じゃがいも たまねぎ にんじん 豆 がんもどき 糸こんにゃく 小麦 しょうゆ(こいくち) 小麦 しょうゆ(うすくち) 砂糖・上白糖 みりん風調味料 水 ほうれんそう にんじん 花かつお・カット しょうゆ(うすくち) 小麦 豆乳プリンタルト	1食 1本 32.5 g 78 g 52 g 26 g 26 g 32.5 g 3.9 g 3.25 g 2.6 g 1.3 g 45.5 g 52 g 19.5 g 0.91 g 1.95 g 1食	米 ゆかり御飯の素 牛乳(飲用普通牛乳) じゃがいも 大根 にんじん 根深ねぎ 油あげ・刻み カットわかめ 淡色辛みそ 和風だしの素 水 小麦 肉詰いなり キャベツ もやし(緑豆) 小麦 塩こんぶ 小麦 しょうゆ(うすくち)	1食 1.07 g 1本 32.5 g 19.5 g 13 g 6.5 g 5.2 g 0.52 g 9.1 g 0.65 g 169 g 1食 45.5 g 19.5 g 1.69 g 0.91 g	米 野菜ジュース(アップルキャロット) すいとん 豆 ミニ厚揚げ 焼きちくわ にんじん 大根 カットわかめ 淡色辛みそ 和風だしの素 水 小麦 赤えいの唐揚げ なたねてんぷら油 酢・穀物酢 しょうゆ(うすくち) 砂糖・上白糖 じゃがいもでんぷん なたねサラダ油 ほうれんそう 豆 油あげ ごま(すりごま) 小麦 しょうゆ(うすくち)	1本 23.4 g 13 g 6.5 g 13 g 26 g 0.39 g 9.1 g 0.65 g 156 g 65 g 5 g 5.85 g 3.9 g 3.9 g 0.26 g 0.39 g 58.5 g 6.5 g 1.56 g 2.34 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 苳:落花生 苳:えび 蟹:かに 鮑:あわび 飴:いか ら:いくら 苳: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 苳: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12月1日~令和5年12月21日)

献立ブロック (中学校)

12月13日(水)			12月14日(木)			12月15日(金)			12月18日(月)		
カレーライス 牛乳 大豆サラダ みかん			減量パン 牛乳 白菜のスープ 鶏肉の米粉から揚げ ブロッコリーのマリネ クリスマスケーキ			御飯 牛乳 きのこの中華スープ 揚げ餃子 春雨の酢の物			御飯 牛乳 沢煮椀 ささみポテトカツ 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	
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		ドライパン	5.85g		牛乳(飲用普通牛乳)	1本		牛乳(飲用普通牛乳)	1本	
牛肉シヨルダー	26g		牛乳(飲用普通牛乳)	1本		えのき茸	10.4g		豚スライス肉	19.5g	
じゃがいも	52g		はくざい	39g		ぶなしめじ	13g		にんじん	19.5g	
たまねぎ	52g		にんじん	19.5g		にんじん	13g		ごぼう	19.5g	
にんじん	26g		たまねぎ	32.5g		木綿豆腐	39g		大根	19.5g	
グリーンピース	6.5g		オクラ	9.1g		カットわかめ	0.78g		干しいたけ	1.04g	
乳脱脂粉乳	3.9g		なたねサラダ油	0.26g		しょうゆ(うすくち)	3.9g		根深ねぎ	6.5g	
なたねサラダ油	0.39g		麦牛豆	1.3g		麦豆鶏豚ご	中華スープの素	1.3g	鯖	だしパック	2.6g
食塩	0.39g		麦豆	3.51g		食塩	0.13g		食塩	0.39g	
こしょう	0.1g		水	156g		水	162.5g		麦豆	しょうゆ(うすくち)	6.5g
ソース(中濃)	3.9g		鶏	鶏むね皮つき	71.5g	麦豆豚	ぎょうざ	2こ	水	162.5g	
ワイン(白)	1.3g		米粉	6.5g		なたねてんぷら油	5g		豆鶏	ささみポテトカツ(50g)	1こ
乳麦豆豚りハ	11.7g		なたねてんぷら油	5g		はるさめ	7.8g		なたねてんぷら油	5g	
乳麦豆鶏豚りこ	6.5g		料理酒	2.6g		にんじん	7.8g		はくざい	65g	
水	117g		麦豆	しょうゆ(うすくち)	2.6g	きゅうり	26g		もやし(緑豆)	13g	
牛乳(飲用普通牛乳)	1本		食塩	0.26g		酢・穀物酢	3.9g		花かつお・カット	0.91g	
ゆで大豆	9.1g		おろしにんにく	0.26g		砂糖・上白糖	2.6g		麦豆	しょうゆ(うすくち)	3.25g
たまねぎ	13g		こしょう	0.05g		しょうゆ(うすくち)	5.2g				
キャベツ	36.4g		ブロッコリー	52g		ごま油	1.04g				
ノンエッグマヨネーズ	9.1g		コーン	13g							
食塩	0.13g		豆	ツナ	6.5g						
みかん(温州)	1こ		酢・穀物酢	3.51g							
			砂糖・上白糖	2.21g							
			食塩	0.39g							
			オリーブオイル	1.95g							
			麦牛豆	マギーブイオン	0.26g						
			豆ゼ	こしょう	0.07g						
				クリスマスケーキ	1こ						
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 (アレルギーン:小麦、大豆)										

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ピ:落花生 比:えび 蟹:かに 鮑:あわび 勿: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12月1日～令和5年12月21日)

献立ブロック (中学校)

12月19日(火)		12月20日(水)		12月21日(木)			
御飯 のむヨーグルト(プレーン) かす汁 ほっけの一夜干し 大根と小松菜のひじき和え 味付けのり		ハヤシライス 牛乳 コーンたっぷりコロッケ ポパイサラダ		わかめ御飯 牛乳 豚肉のすき焼きうどん れんこんとにんじんのサラダ はちみつゆずゼリー			
食品名	分量	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		
乳 のむヨーグルト(プレーン)	1本	米粒麦	9g	わかめ御飯の素	1.42g		
豚 豚スライス肉	19.5g	牛 牛肉ショルダー	32.5g	牛乳(飲用普通牛乳)	1本		
豆 油あげ	5.2g	たまねぎ	58.5g	豚 豚スライス肉	39g		
ごぼう	15.6g	にんじん	26g	麦 うどん	52g		
焼きちくわ	6.5g	マッシュルーム	6.5g	豆 焼き豆腐	52g		
つきこんにやく	19.5g	グリーンピース	6.5g	たまねぎ	52g		
にんじん	13g	麦豆豚 ハヤシルウ	16.9g	つきこんにやく	39g		
根深ねぎ	6.5g	トマトケチャップ	10.4g	根深ねぎ	10.4g		
豆 淡色辛みそ	9.1g	リ ソース(中濃)	3.9g	砂糖・上白糖	4.55g		
酒かす	7.8g	食塩	0.39g	麦豆 しょうゆ(こいくち)	5.85g		
和風だしの素	0.65g	こしょう	0.13g	麦豆 しょうゆ(うすくち)	4.55g		
水	162.5g	なたねサラダ油	0.65g	麦豆 水	15.6g		
ほっけ一夜干し	1こ	ワイン(白)	1.3g	れんこん	19.5g		
大根	45.5g	水	97.5g	にんじん	13g		
こまつな	9.1g	乳 牛乳(飲用普通牛乳)	1本	コーン	13g		
麦豆 しそひじき(佃煮)	5.2g	麦豆 コーンコロッケ(60g)	1こ	豆 ノンエッグマヨネーズ	5.2g		
麦豆 しょうゆ(うすくち)	1.56g	なたねてんぷら油	5g	ごま(すりごま)	2.6g		
味付けのり	1こ	ほうれんそう	39g	麦豆 しょうゆ(うすくち)	1.56g		
		にんじん	9.1g	豆 酢・穀物酢	1.3g		
		えだまめ	9.1g	はちみつゆずゼリー	1こ		
		豆 ノンエッグマヨネーズ	9.1g				
		食塩	0.13g				
		こしょう	0.04g				

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ビ:落花生 花:えび 蟹:かに 鮑:あわび 介: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 パ:バナナ ご:ごま カ:カシューナッツ ア:アーモンド