

アレルギー食品使用予定献立表(令和6年1月10日~令和6年1月31日)

献立ブロック (中学生)

1月10日(水)		1月11日(木)		1月12日(金)		1月15日(月)	
御飯 牛乳 団子汁 真鯛の塩焼き 水菜のはりはり漬け		減量コッペパン 牛乳 クリームシチュー ポイルシャウエッセン ブロッコリーのサラダ		わかめごはん 牛乳 鶏すきうどん キャベツとコーンのごまマヨサラダ みかん		カレーライス(麦御飯) のむヨーグルト ささみポテトカツ コールスローサラダ	
食品名	分量	食品名	分量	食品名	分量	食品名	分量
米 牛乳 白玉(白) 白玉(赤) 人参 大根 蒸しかまぼこ 油揚げ カットわかめ 淡色みそ 和風だしの素 水 たい(まだい)天然 料理酒 食塩 切干大根 人参 水菜 穀物酢 しょうゆ(薄口) 上白糖 すりごま	1食 1本 19.5g 19.5g 13g 32.5g 13g 5.2g 0.52g 10.4g 0.78g 156g 2こ 2.6g 0.65g 5.2g 9.1g 10.4g 3.9g 3.25g 2.6g 0.65g	減量コッペパン 牛乳 鶏肉むね皮つき10g 玉ねぎ 人参 じゃがいも シチュールウ サラダ油 食塩 こしょう ワイン(白) 水 ジャウエッセン ブロッコリー コーン 人参 しょうゆ(薄口) ごまドレッシング	1こ 1本 19.5g 39g 19.5g 39g 18.2g 0.39g 0.26g 0.04g 1.3g 117g 2本 52g 13g 6.5g 0.65g 6.5g	わかめ御飯の素 牛乳 鶏肉むね皮つき10g 冷凍うどん こんにゃく(つき) 冷凍焼き豆腐 玉ねぎ 根深ねぎ 上白糖 サラダ油 しょうゆ(濃口) しょうゆ(薄口) 水 キャベツ コーン マヨネーズ すりごま しょうゆ(薄口) 穀物酢 みかん	1食 1本 32.5g 52g 39g 52g 52g 10.4g 4.55g 0.26g 5.85g 4.55g 15.6g 39g 13g 5.2g 2.6g 1.56g 1.3g 1こ	米 米粒麦 豚肉スライス じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリーンピース サラダ油 食塩 こしょう 中濃ソース ワイン(白) カレールウ 水 ショア:ブルーベリー:味 ささみポテトカツ 天ぷら油 キャベツ 人参 コーン マヨネーズ 穀物酢 上白糖 食塩 こしょう	1食 9g 26g 52g 52g 26g 6.5g 0.39g 0.39g 0.1g 3.9g 1.3g 18.2g 117g 1本 2こ 5g 39g 9.1g 6.5g 6.5g 2.08g 1.56g 0.13g 0.04g
アレルギー 除去食対応		今月のシチュールウは アレルギー対応で提供します		今月のカレールウは アレルギー対応で提供します			

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ピ:落花生 比:えび 蟹:かに 鮑:あわび 沱: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6年1月10日~令和6年1月31日)

献立ブロック (中学生)

1月16日(火)		1月17日(水)		1月18日(木)		1月19日(金)	
御飯 牛乳 もずくたっぷりワンタンスープ ピビンバ わかめと大根の中華あえ		御飯 牛乳 マーボー豆腐 春巻き チンゲン菜とちくわのナムル		減量パン 牛乳 焼きそば ブロッコリーと大豆のマリネ ミニフィッシュ		御飯 牛乳 白菜の和風スープ 小野産キャベツの鶏つくね れんこんとにんじんのサラダ	
食品名	分量	食品名	分量	食品名	分量	食品名	分量
米 牛乳 小麦豚ご ワンタン 人参 玉ねぎ もずく 麦牛豆 ブイオン 麦豆 しょうゆ(薄口) 水 豚 豚肉スライス 玉ねぎ 人参 小松菜・冷凍 黄パプリカ ガーリックパウダー 食塩 麦豆 しょうゆ(濃口) 麦豆 しょうゆ(薄口) 上白糖 ご ごま油 七味唐辛子 ご サラダ油 ご ガツトわかめ 大根 豆 枝豆 麦豆 しょうゆ(薄口) ご ごま油 ご いりごま 食塩	1食 1本 15.6g 13g 26g 19.5g 1.04g 3.51g 162.5g 32.5g 26g 19.5g 13g 6.5g 0.03g 0.13g 2.86g 2.86g 2.99g 0.2g 0.01g 0.26g 0.65g 39g 6.5g 1.56g 1.3g 0.65g 0.2g	米 牛乳 豚 冷凍豆腐 豚ももひき肉 おろし生姜 玉ねぎ 人参 根深ねぎ サラダ油 豆 淡色みそ 上白糖 麦豆 しょうゆ(薄口) 料理酒 うどん 味噌唐辛子 水 麦豆鶏ご 春巻 天ぷら油 チンゲンサイ ご 焼きちくわ 麦豆ご しょうゆ(薄口) ご ごま油 ご 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 1食 5g 52g 9.1g 1.3g 0.65g 0.65g 0.13g	麦 減量コッペパン ドライパン 牛乳 焼きそばめん 豚肉スライス ゆ いか 豆 さつまあげ キャベツ 玉ねぎ 人参 粉がつお ごしょう り とんかつソース ウスターソース サラダ油 ブロッコリー 豆 ゆて大豆 豆 まぐろ油漬ブロック 穀物酢 上白糖 食塩 麦牛豆 オリーブオイル ブイオン ごしょう ミニフィッシュ	1食 5.85g 1本 32.5g 26g 19.5g 13g 52g 39g 13g 0.78g 0.07g 18.2g 5.2g 0.52g 45.5g 6.5g 6.5g 3.25g 1.95g 0.39g 1.95g 0.26g 0.07g 1食	米 牛乳 白菜 豆 冷凍厚揚げ 干しいたけ もやし オクラ 料理酒 麦豆 しょうゆ(薄口) 食塩 和風だしの素 水 鶏豚 キャベツ入り平つくね れんこん・スライス 人参 コーン 豆 マヨネーズ ご すりごま 麦豆 しょうゆ(薄口) 穀物酢	1食 1本 32.5g 13g 15.6g 0.39g 13g 6.5g 6.5g 3.25g 0.52g 0.52g 162.5g 1食 19.5g 13g 13g 5.2g 2.6g 1.56g 1.3g
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 ピ:落花生 比:えび 蟹:かに 鮑:あわび ゆ: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 せ: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6年1月10日~令和6年1月31日)

献立ブロック (中学生)

1月22日(月)		1月23日(火)		1月24日(水)		1月25日(木)	
コーンピラフ オレンジジュース ミネストローネ おさつコロッケ 大根のイタリアンサラダ		御飯 牛乳 みぞれ汁 和風あんかけハンバーグ ほうれん草ともやしの甘酢あえ		御飯 牛乳 味噌おでん 白菜のおかかあえ りんごゼリー		黒糖パン 牛乳 塩こうじポトフ 野菜豆腐ナゲット フルーツあえ	
食品名	分量	食品名	分量	食品名	分量	食品名	分量
米 コーンピラフの素 オレンジジュース 豚 ジャヴエッセ 人参 玉ねぎ キャベツ 麦 マカロニ 食塩 麦牛豆 こしょう ブイヨン トマト缶(ダイス) ケチャップ 上白糖 水 麦 おさつコロッケ 天ぷら油 大根 豆 枝豆 麦豆 ぎよにくハム 麦豆豚 イタリアンレタリング	1食 7.28g 1本 15.6g 13g 32.5g 26g 5.2g 0.26g 0.04g 1.3g 11.05g 14.3g 0.65g 162.5g 1こ 5g 52g 6.5g 3.9g 6.5g	米 牛乳 大根 油揚げ 豆 木綿豆腐 豆 さつまあげ 人参 根深ねぎ 鯖 かつお節だしパック 麦豆 しょうゆ(薄口) 食塩 てんぷん 水 豆鶏豚 ハンバーグ 料理酒 麦豆 しょうゆ(薄口) みりん 上白糖 てんぷん ほうれん草 もやし 上白糖 穀物酢 食塩	1食 1本 32.5g 5.2g 39g 9.1g 15.6g 6.5g 2.6g 6.5g 1.26g 0.26g 11.05g 156g 3.25g 2.08g 3.9g 1.3g 0.52g 45.5g 13g 3.25g 3.25g 0.46g	米 牛乳 牛肉 大根 人参 こんにゃく(板) 豆 厚揚げ 焼きちくわ 麦豆 しょうゆ(薄口) 麦豆 しょうゆ(濃口) 豆 赤味噌 料理酒 上白糖 水 白菜 人参 花かつお・カット 麦豆 しょうゆ(薄口) 麦豆 りんごゼリー	1食 1本 26g 58.5g 39g 26g 39g 19.5g 1.3g 1.3g 6.5g 1.3g 3.51g 45.5g 65g 9.1g 0.65g 2.6g 1こ	麦 コッペパン 黒砂糖 牛乳 豆鶏豚 ブイヨン ブロッコリー 玉ねぎ 人参 キャベツ しめじ サラダ油 塩こうじ こしょう 麦牛豆 ブイヨン 麦豆 しょうゆ(薄口) 麦豆 ワイン(白) 水 麦豆 野菜豆腐ナゲット 天ぷら油 パイナップル缶 ナタデココ みかん缶	1こ 8.58g 1本 15.6g 19.5g 39g 19.5g 19.5g 6.5g 0.39g 5.2g 0.04g 1.56g 1.3g 2.6g 162.5g 2こ 5g 39g 13g 26g
アレルギー 除去食対応							

表:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ピ:落花生 上:えび 蟹:かに 鮑:あわび ｲ:いから ｲ:いくら 乳: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 桃: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6年1月10日~令和6年1月31日)

献立ブロック (中学生)

1月26日(金)			1月29日(月)			1月30日(火)			1月31日(水)			
御飯 牛乳 キムチスープ スタミナ納豆 ほうれん草の塩こうじ和え			御飯 牛乳 なめこの味噌汁 鶏肉のしっとり甘酒焼き 玉ねぎときゅうりの酢の物			御飯 のむヨーグルト かす汁 さばの醤油こうじ焼き 春雨の黒酢サラダ			御飯 牛乳 小松菜のすまし汁 ポークミンチカツ ひじきとおからの炒め煮			
食品名	分量	食	食品名	分量	食	食品名	分量	食	食品名	分量	食	
米		1本	米		1本	米		1本	米		1本	
牛乳			牛乳			ショア:マスカット味			牛乳			
豚	豚肉スライス	19.5 g	豆	木綿豆腐	39 g	豚	豚肉スライス	19.5 g	豆	木綿豆腐	39 g	
	白菜キムチ	15.6 g		油揚げ	5.2 g		油揚げ	5.2 g		焼きちくわ	13 g	
	もやし	13 g		カットわかめ	0.39 g		ごぼう	15.6 g		人参	19.5 g	
	玉ねぎ	32.5 g		人参	13 g		焼きちくわ	6.5 g		小松菜・冷凍	13 g	
	カットわかめ	0.39 g		玉ねぎ	39 g		こんにやく(つき)	19.5 g		油揚げ	7.8 g	
	春雨(スープ用)	3.9 g		なめこ	9.1 g		人参	13 g		かつお節だしパック	2.6 g	
	淡色みそ	6.5 g		淡色みそ	9.1 g		根深ねぎ	6.5 g		食塩	0.26 g	
麦豆	中華スープの素	0.65 g		和風だしの素	0.65 g		淡色みそ	9.1 g	麦豆	しょうゆ(薄口)	6.11 g	
	料理酒	1.3 g		水	156 g		酒かす	7.8 g		水	156 g	
	しょうゆ(薄口)	1.95 g		鶏	鶏肉むね皮つき15g	71.5 g		和風だしの素	0.65 g	麦豚	ポークミンチカツ	1こ
	ごま油	0.65 g		甘酒	4.68 g		水	162.5 g		天ぷら油	5 g	
	水	156 g		上白糖	2.6 g		さば:切り身	1切		干しひじき	2.6 g	
	鶏	鶏ひき肉	26 g		食塩	0.26 g	麦豆	醤油こうじ	6.5 g		おから	13 g
	挽きわり納豆	13 g		しょうゆ(薄口)	3.12 g		春雨サラダ用	6.5 g		人参	7.8 g	
	人参	13 g	麦豆	しょうゆ(薄口)	3.12 g		きゅうり	29.9 g		さつまあげ	7.8 g	
	根深ねぎ	6.5 g		おろし生姜	0.65 g		ぎょにくハム	3.9 g		枝豆	3.9 g	
	おろしにんにく	0.52 g		玉ねぎ	19.5 g		しょうゆ(薄口)	4.55 g		和風だしの素	0.26 g	
	おろし生姜	0.52 g		きゅうり	39 g		黒酢	1.95 g		上白糖	1.95 g	
	ごま油	0.65 g		まぐろ油漬7レク	6.5 g		穀物酢	0.91 g		料理酒	0.65 g	
	上白糖	1.69 g		上白糖	2.6 g		上白糖	2.34 g	麦豆	しょうゆ(薄口)	1.69 g	
	料理酒	1.3 g		しょうゆ(薄口)	2.6 g		ごま油	1.04 g		サラダ油	0.39 g	
麦豆	しょうゆ(薄口)	3.9 g								水	7.8 g	
	一味唐辛子	0.01 g										
	ほうれん草	52 g										
	えのきたけ	9.1 g										
	塩こうじ	2.6 g										
	オリーブオイル	0.52 g										
麦豆	しょうゆ(薄口)	0.65 g										
	穀物酢	0.13 g										

表:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ピ:落花生 上:えび 蟹:かに 鮑:あわび 佻:いか 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 珥:もも 芋:やまいも リ:りんご ぜ: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