

アレルギー予定献立表 (令和4年12月 小学校)

献立ブロック (小学校)

12月1日(木)			12月2日(金)			12月5日(月)			12月6日(火)		
黒糖パン 牛乳 バターナッツかぼちゃのクリームシチュー おのっこポテトコロッケ きゅうりとコーンのサラダ			御飯 牛乳 さつま汁 小松菜の豆腐寄せ 焼き豚			御飯 牛乳 鮭のつみれ汁 キャベツのカラフル炒め 大根の甘酢あえ			御飯 牛乳 沢煮椀 ししゃもフライ エリンギと人参のきんぴら		
食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量	
麦	コッペパン	1 こ	米	1 食		米	1 食		米	1 食	
	黒砂糖	6.6 g	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
乳	牛乳(飲用普通牛乳)	1 本		さつまいも	40 g	鮭	鮭つみれ	20 g	豚	豚スライス肉	15 g
豚	シャウエッセン	12 g		にんじん	10 g		ぶなしめじ	8 g		にんじん	15 g
	たまねぎ	25 g	豆	厚揚げ	12 g		にんじん	15 g		ごぼう	15 g
	にんじん	15 g		大根	25 g	豆	油あげ	4 g		大根	15 g
	かぼちゃ	15 g		根深ねぎ	5 g		カットわかめ	0.3 g		干しいたけ	0.8 g
	ブロッコリー	10 g	豆	淡色辛みそ	7 g	豆	淡色辛みそ	7 g		根深ねぎ	5 g
麦	マカロニデリカ	3 g		和風だしの素	0.5 g		和風だしの素	0.5 g	鯖	だしパック	2 g
乳	シチューミックス	10 g		水	110 g		水	110 g		食塩	0.3 g
	なたねサラダ油	0.3 g	豆	小松菜の豆腐寄せ	1 こ	豚	豚スライス肉	20 g	麦豆	しょうゆ(うすくち)	5 g
乳	脱脂粉乳	3 g	豚	豚もも肉	45 g		キャベツ	30 g		水	130 g
	食塩	0.2 g		土しょうが	0.7 g		赤パプリカ	5 g	麦豆	ししゃもフライ	2 こ
	こしょう	0.03 g		こしょう	0.03 g		コーン	5 g		なたねてんぷら油	5 g
	ワイン(白)	1 g		砂糖・上白糖	1.5 g		食塩	0.1 g		にんじん	10 g
	水	110 g		みりん風調味料	3 g		こしょう	0.03 g		エリンギ	10 g
麦豆豚	じゃがいもコロッケ	1 こ	麦豆	しょうゆ(こいくち)	5.2 g	麦豆	しょうゆ(うすくち)	4 g	豆	さつま揚げ	10 g
	なたねてんぷら油	5 g		水	10 g		砂糖・上白糖	1 g		つきこんにやく	10 g
豆	ハム(魚肉)	3 g					料理酒	1 g		さやいんげん	5 g
	きゅうり	35 g					みりん風調味料	0.5 g		なたねサラダ油	0.2 g
	コーン	7 g				ご	ごま油	0.5 g		砂糖・上白糖	1.8 g
	なたねサラダ油	1.5 g				ご	ごま(いりごま)	0.3 g	麦豆	しょうゆ(こいくち)	2.5 g
	酢・穀物酢	1 g					おろしにんにく	0.3 g		みりん風調味料	0.7 g
	食塩	0.3 g					なたねサラダ油	0.3 g	ご	ごま(いりごま)	0.5 g
	こしょう	0.02 g					大根	40 g	ご	唐辛子・七味	0.01 g
	砂糖・上白糖	0.7 g					にんじん	5 g			
							砂糖・上白糖	2.5 g			
							酢・穀物酢	2.5 g			
							食塩	0.35 g			
アレルギー除去食対応	バターナッツかぼちゃの クリームシチュー →①脱脂粉乳除去 ②ルウ変更 (アレルギー：無し)		/			/			/		

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ピ:落花生 土: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 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

アレルギー予定献立表 (令和4年12月 小学校)

献立ブロック (小学校)

12月7日(水)			12月8日(木)			12月9日(金)			12月12日(月)		
御飯 牛乳 マーボー豆腐 揚げワントン チンゲン菜ともやしのナムル			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 マーガリン			御飯 牛乳 豚じゃが 水菜のおかかあえ 豆乳野菜マフィン			ゆかり御飯 牛乳 レタススープ 肉巻きいなり 春雨の酢の物		
食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量	
米	1 食		麦 コッペパン	1 こ		米	1 食		米	1 食	
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		乳 牛乳(飲用普通牛乳)	0.75 g	
豆 冷凍豆腐	70 g		豆鶏 彩り野菜ミートボール	15 g		豚 豚スライス肉	25 g		乳 牛乳(飲用普通牛乳)	1 本	
豚 豚ももひき肉	30 g		麦 アルファベットマカロニ	4 g		じゃがいも	60 g		豚 ベーコン	10 g	
おろし生姜	0.7 g		にんじん	15 g		たまねぎ	40 g		レタス	20 g	
たまねぎ	45 g		ほうれんそう	10 g		にんじん	20 g		にんじん	10 g	
にんじん	20 g		えのき茸	10 g		豆 小粒がんも	20 g		たまねぎ	30 g	
根深ねぎ	5 g		食塩	0.3 g		系こんにやく	25 g		コーン	5 g	
なたねサラダ油	0.2 g		こしょう	0.03 g		麦豆 しょうゆ(うすくち)	5.5 g		なたねサラダ油	0.2 g	
豆 淡色辛みそ	6 g		麦牛豆 マギーブイヨン	1 g		砂糖・上白糖	2 g		麦牛豆 マギーブイヨン	0.7 g	
砂糖・上白糖	1 g		麦豆 しょうゆ(うすくち)	1.6 g		カレー粉	0.3 g		麦豆 しょうゆ(うすくち)	2.6 g	
麦豆 しょうゆ(うすくち)	5 g		ワイン(白)	2 g		みりん風調味料	1 g		水	120 g	
料理酒	1.5 g		水	120 g		水	35 g		麦豆鶏豚 肉巻きいなり	1 こ	
じゃがいもでんぷん	1.2 g		牛豚 合びき肉	20 g		水菜	20 g		はるさめ	5 g	
唐辛子・一味	0.03 g		豆 大豆	10 g		焼きちくわ	7 g		にんじん	5 g	
水	25 g		たまねぎ	30 g		きゅうり	15 g		きゅうり	20 g	
麦豆豚 ワントン	40 g		トマト(缶詰)	15 g		かつお節・花カット	1 g		酢・穀物酢	3 g	
なたねてんぷら油	4 g		トマトケチャップ	12 g		麦豆 しょうゆ(うすくち)	2 g		砂糖・上白糖	2 g	
チンゲンサイ	30 g		ウスターソース	1.5 g		麦豆 豆乳野菜マフィン	1 こ		麦豆 しょうゆ(うすくち)	4 g	
もやし	12 g		砂糖・上白糖	1.5 g					麦豆 ごま油	0.8 g	
麦豆 しょうゆ(うすくち)	1 g		豆 バジルペースト	0.7 g							
ごま油	1 g		チリパウダー	0.2 g							
ごま(いりごま)	0.4 g		おろしにんにく	0.4 g							
食塩	0.2 g		こしょう	0.02 g							
			なたねサラダ油	0.5 g							
			キャベツ	30 g							
			豆 ツナ	5 g							
			コーン	5 g							
			麦豆豚 イタリアンドレッシング	7.5 g							
			マーガリン	1 こ							
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 上:えび 蟹:かに 鮑:あわび 効: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 珥: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

アレルギー予定献立表 (令和4年12月 小学校)

献立ブロック (小学校)

12月13日(火)			12月14日(水)			12月15日(木)			12月16日(金)		
御飯 牛乳 すいとん入り味噌汁 わかさぎの南蛮漬け ほうれん草のごま和え			カレーライス 牛乳 大豆サラダ みかん			減量バインパン 牛乳 チキンと白菜のスープ もみの木ハンバーグ(ケチャップソース) ブロッコリーのマリネ クリスマスケーキ			御飯 牛乳 たぬき汁 鶏肉の米粉から揚げ(ゆずこしょう風味) 野菜の昆布あえ		
	食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量
	米	1 食		米(麦御飯用)	1 食		麦 減量コッペパン	1 こ		米	1 食
乳	牛乳(飲用普通牛乳)	1 本		米粒麦	6 g		ドライパン	4.5 g	乳	牛乳(飲用普通牛乳)	1 本
麦	冷凍すいとん	18 g	牛	牛肉ショルダー	20 g	乳	牛乳(飲用普通牛乳)	1 本		つきごんにゃく	20 g
豆	冷凍ミニ厚揚げ	10 g		じゃがいも	30 g	鶏	鶏むね皮つき	15 g		にんじん	15 g
	焼きちくわ	5 g		たまねぎ	40 g		はくさい	25 g		たまねぎ	25 g
	にんじん	10 g		にんじん	20 g		にんじん	15 g	豆	さつま揚げ	15 g
	大根	20 g		グリーンピース	5 g		たまねぎ	25 g		根深ねぎ	5 g
	カットわかめ	0.3 g		乳 脱脂粉乳	3 g		オクラ	7 g		おろし生姜	0.5 g
豆	淡色辛みそ	7 g		なたねサラダ油	0.3 g		なたねサラダ油	0.2 g		なたねサラダ油	0.3 g
	和風だしの素	0.5 g		食塩	0.3 g	麦牛豆	マギーブイオン	1 g	麦豆	しょうゆ(うすくち)	3.6 g
	水	120 g		こしょう	0.08 g	麦豆	しょうゆ(うすくち)	2.7 g		じゃがいもでんぷん	0.5 g
	わかさぎ	45 g	リ	ソース(中濃)	3 g		水	120 g		和風だしの素	0.5 g
	なたねてんぷら油	5 g		ワイン(白)	1 g	豆鶏豚	もみの木ハンバーグ	1 こ		水	120 g
	たまねぎ	4 g		乳麦豆豚りバ	8 g		トマトケチャップ	6 g	鶏	鶏むね皮つき	55 g
	にんじん	2 g		乳麦豆鶏豚りご	4 g	リ	ソース(中濃)	2.5 g		米粉	5 g
	酢・穀物酢	4.5 g		水	110 g		砂糖・上白糖	0.6 g		なたねてんぷら油	5 g
麦豆	しょうゆ(うすくち)	3 g	乳	牛乳(飲用普通牛乳)	1 本		ワイン(白)	0.6 g		料理酒	2 g
	砂糖・上白糖	3 g	豆	大豆	7 g		ブロッコリー	30 g	麦豆	しょうゆ(うすくち)	2 g
	じゃがいもでんぷん	0.2 g		たまねぎ	10 g	豆	コーン	5 g		食塩	0.1 g
	なたねサラダ油	0.3 g		キャベツ	28 g		ツナ	5 g		ゆずこしょう	0.2 g
	ほうれんそう	35 g	豆	ノンエッグマヨネーズ	7 g		酢・穀物酢	2.7 g		おろしにんにく	0.2 g
豆	油あげ	5 g		食塩	0.1 g		砂糖・上白糖	1.7 g		キャベツ	30 g
ご	いりごま・すり	1.2 g	乳	みかん(温州)	1 こ		食塩	0.3 g		にんじん	5 g
麦豆	しょうゆ(うすくち)	1.8 g				麦牛豆	オリーブオイル	1.5 g	豆	枝豆	5 g
							マギーブイオン	0.2 g	麦豆	塩こんぶ	1.2 g
						豆	こしょう	0.05 g	麦豆	しょうゆ(うすくち)	0.6 g
							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ルウ変更 (アレルギー:大豆、小麦)								

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

アレルギー予定献立表 (令和4年12月 小学校)

献立ブロック (小学校)

12月19日(月)			12月20日(火)			12月21日(水)			12月22日(木)		
御飯 牛乳 お芋たっぷりけんちん汁 おのっこキャベツ鶏つくね 白菜のおひたし			御飯 牛乳 かす汁 ほっけの一夜干し 大根と小松菜のひじき和え			ハヤシライス のおヨーグルト トマトオムレツ ポパイサラダ			わかめ御飯 牛乳 豚肉のすき焼きうどん 人参とれんこんのゆずあえ かぼちゃプリン		
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(麦御飯用)	1食		米	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	6g		わかめ御飯の素	1g	
里芋	15g		豚豚スライス肉	15g		牛牛肉ショルダー	25g		乳牛乳(飲用普通牛乳)	1本	
にんじん	5g		ごぼう	12g		たまねぎ	45g		豚豚スライス肉	30g	
さつまいも	25g		焼きちくわ	5g		にんじん	20g		麦うどん・冷凍	40g	
豆木綿豆腐	20g		つきこんにやく	15g		マッシュルーム	5g		豆ゼ焼き豆腐	40g	
豆油あげ	4g		にんじん	10g		麦豆豚ハヤシルウ	12g		たまねぎ	40g	
ごさいやいんげん	5g		根深ねぎ	5g		りソース(中濃)	3g		系こんにやく	40g	
料理酒	5g		豆淡色辛みそ	6.5g		食塩	0.3g		根深ねぎ	8g	
麦豆しょうゆ(うすくち)	2.6g		酒かす(清酒)	6g		トマトケチャップ	8g		砂糖・上白糖	3.5g	
食塩	0.5g		和風だしの素	0.5g		こしょう	0.1g		麦豆しょうゆ(こいくち)	4.5g	
和風だしの素	0.5g		水	120g		なたねサラダ油	0.3g		麦豆しょうゆ(うすくち)	3.5g	
水	120g		ほっけ一夜干し	1こ		ワイン(白)	1g		水	12g	
鶏豚キャベツ入り平つくね	1こ		大根	35g		水	95g		鶏鶏ささ身	5g	
はくさい	50g		小松菜	7g		乳のおヨーグルト(いちご)	1本		にんじん	10g	
にんじん	7g		麦豆しそひじき(佃煮)	4g		卵豆鶏トマトオムレツ	1こ		れんこん	10g	
かつお節・花カット	0.7g		麦豆しょうゆ(うすくち)	1.2g		ほうれんそう	30g		きゅうり	15g	
麦豆しょうゆ(うすくち)	3g					にんじん	7g		ゆず(果汁)	1g	
						コーン	5g		砂糖・上白糖	2g	
						豆ノンエッグマヨネーズ	7g		しょうゆ(うすくち)	2g	
						食塩	0.1g		酢・穀物酢	1g	
						こしょう	0.03g		かぼちゃプリン	1こ	
アレルギー 除去食対応						トマトオムレツ →ハムステーキに変更 (アレルギー：豚肉、鶏肉)					

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ピ:落花生 七: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 マツ: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