

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（小学校）

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	食品名	分量		
米	1食	米	1食	米	1食	米	1食	減量コッペパン	1こ		
牛乳(飲用普通牛乳)	1本	牛乳(飲用普通牛乳)	1本	牛乳(飲用普通牛乳)	1本	牛乳(飲用普通牛乳)	1本	牛乳(飲用普通牛乳)	1本		
小麦豆豚ご	12g	木綿豆腐	25g	チンゲンサイ	10g	鶏むね皮つき	15g				
にんじん	10g	油あげ	4g	にんじん	10g	たまねぎ	30g				
たまねぎ	30g	焼きちくわ	5g	たまねぎ	30g	にんじん	20g				
ぶなしめじ	10g	にんじん	10g	はるさめ	3g	ブロッコリー	15g				
カットわかめ	0.3g	大根	30g	魚肉ハム	7g	小麦	6g				
麦牛豆	1g	青ねぎ	5g	しょうゆ(うすくち)	3g	乳麦豆鶏豚	シチューミックス	10g			
麦豆	3.2g	淡色辛みそ	7g	中華スープの素	1g	なたねサラダ油	0.3g				
水	130g	和風だしの素	0.5g	水	130g	食塩	0.2g				
牛	25g	水	130g	鶏	60g	こしょう	0.03g				
牛肉ショルダー	25g	豆鶏	ささみポテトカツ(50g)	1こ	鶏むね皮つき	60g	ワイン(白)	1g			
たまねぎ	20g		なたねてんぷら油	5g	食塩	0.2g	水	110g			
にんじん	15g		にんじん	10g	こしょう	0.04g	ぎつまいも	70g			
こまつな	10g		エリンギ	10g	じゃがいもでんぶん	4g	なたねてんぷら油	3g			
パプリカ(黄)	5g		さつま揚げ	10g	小麦粉	5g	砂糖・上白糖	6g			
ガーリックパウダー	0.02g		つきこんにゃく	10g	なたねてんぷら油	6g	ご	黒ごま(いりごま)	0.5g		
食塩	0.1g		さやいんげん	5g	しょうゆ(こいくち)	3g	麦豆	しょうゆ(うすくち)	0.8g		
麦豆	2.2g		なたねサラダ油	0.2g	砂糖・上白糖	3g	水	3g			
麦豆	2.2g		砂糖・上白糖	1.8g	酢・穀物酢	1g	キャベツ	30g			
ご	0.15g		麦豆	しょうゆ(こいくち)	2.5g	レモン(果汁)	1g	コーン	10g		
ご	0.2g		ご	みりん風調味料	0.7g	カットわかめ	0.6g	豆	ツナ袋	5g	
ご	0.01g		ご	ごま(いりごま)	0.5g	もやし	20g	酢・穀物酢	2.7g		
なたねサラダ油	0.2g		ご	ごま(いりごま)	0.5g	きゅうり	15g	砂糖・上白糖	1.7g		
はるさめ	6g		ご	唐辛子・七味	0.01g	しょうゆ(うすくち)	1.2g	食塩	0.3g		
きゅうり	20g					ご	ごま油	0.5g			
コーン	10g					ご	ごま(いりごま)	0.5g			
麦豆	3.3g					食塩	0.15g	麦牛豆	オリーブオイル	1.5g	
酢・穀物酢	3.5g							マギーブイオン	0.2g		
砂糖・上白糖	1.8g							こしょう	0.05g		
ご	0.8g										
麦豆鶏豚ご	0.1g										
中華スープの素	0.1g										
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			シチューミックス →シチュールウ変更 (アレルギー:なし)		
									シチューミックス →シチュールウ変更 (アレルギー:なし)		

表:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば 比:落花生 比:えび 蟹:かに 鮑:あわび 功:いから くら: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 珉:もも 芋:やまいも リ:りんご ぜ: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（小学校）

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 のおヨーグルト(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
米	1食	米	1食	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	乳のおヨーグルト(プレーン)	1本	乳牛乳(飲用普通牛乳)	1本
豚豚スライス肉	15g	豚なめこ	8g	豚冷凍豆腐	70g	豚豆腐	15g
にんじん	15g	豚まいたけ	7g	豚豚ももひき肉	30g	にんじん	12g
ごぼう	15g	豚ぶなしめじ	10g	豚おろし生姜	0.7g	豆冷凍ミニ厚揚げ	12g
干しいたけ	0.8g	豚焼きちくわ	5g	豚たまねぎ	45g	豆干しいたけ	0.3g
えのき茸	7g	豆木綿豆腐	25g	豆にんじん	20g	豆もやし	15g
大根	15g	豆にんじん	10g	豆青ねぎ	5g	豆えだまめ	5g
青ねぎ	5g	豆青ねぎ	5g	豆なたねサラダ油	0.2g	豆料理酒	5g
鯖だしパック	2g	豆淡色辛みそ	7g	豆淡色辛みそ	6g	麦豆しょうゆ(うすくち)	2.5g
食塩	0.3g	豆和風だしの素	0.5g	豆砂糖・上白糖	1g	食塩	0.4g
麦豆しょうゆ(うすくち)	5g	豆水	130g	麦豆しょうゆ(うすくち)	5g	和風だしの素	0.4g
水	130g	豆かぼちゃの豆腐寄せ	1g	麦豆料理酒	1.5g	水	125g
麦おのっこおさつコロッケ	1こ	豚豚もも肉	45g	ごじゃがいもでんぶ	1.2g	鶏鶏むね皮つき	55g
なたねてんぷら油	6g	ご土しょうが	0.7g	ご唐辛子・七味	0.03g	豆淡色辛みそ	3g
ほうれんそう	40g	ごこしょう	0.03g	ご水	25g	豆みりん風調味料	3g
にんじん	10g	ご砂糖・上白糖	1.5g	麦豆鶏ご春巻	1こ	ご砂糖・上白糖	1.7g
かつお節・花カット	0.7g	麦豆みりん風調味料	3g	ごなたねてんぷら油	5g	麦豆料理酒	1.1g
麦豆しょうゆ(うすくち)	2g	麦豆しょうゆ(こいくち)	5.2g	ごビーフン	6g	麦豆しょうゆ(こいくち)	0.6g
		水	10g	ごきゅうり	25g	豆ノンエッグマヨネーズ	1.4g
				ごにんじん	5g	麦豆キャベツ	30g
				ご砂糖・上白糖	1.8g	麦豆焼きちくわ	7g
				麦豆酢・穀物酢	3.5g	麦豆しょうゆ(うすくち)	2g
				ごしょうゆ(うすくち)	3.3g	刻みのり	0.3g
				ごごま油	1g	かつお節・花カット	0.15g
アレルギー 除去食対応							

表:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば 匕:落花生 上: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 珉:もも 芋:やまいも リ:りんご ぜ: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 (小学校)

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 根菜のごまマヨサラダ 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	1こ	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	豆 鶏	22g
麦 焼きそば麺	25g	鶏 鶏もも皮つき	25g	オレンジジュース	1本	乳 牛乳(飲用普通牛乳)	1本
豚 豚スライス肉	20g	芋 里芋	30g	牛 牛肉シュルダ	20g	豚 じゃわエッセ	12g
缶 いか	15g	こんにゃく	20g	じゃがいも	40g	にんじん	10g
豆 さつま揚げ	10g	にんじん	20g	たまねぎ	40g	たまねぎ	25g
キャベツ	40g	豆 厚揚げ	17g	にんじん	20g	キャベツ	20g
たまねぎ	30g	焼きちくわ	12g	グリーンピース	5g	麦 シェルマカロニ	4g
にんじん	10g	砂糖・上白糖	2.8g	乳 脱脂粉乳	3g	食塩	0.2g
粉がつお	0.6g	麦豆 しょうゆ(うすくち)	5.3g	なたねサラダ油	0.3g	こしょう	0.03g
こしょう	0.05g	麦豆 しょうゆ(こいくち)	1g	食塩	0.3g	麦牛豆 マギーブイヨン	1g
り ソース(濃厚)	14g	麦豆 だしパック	1.2g	こしょう	0.08g	トマト	8.5g
ウスターソース	4g	水	60g	り ソース(中濃)	3g	トマトケチャップ	11g
なたねサラダ油	0.4g	麦豆 いわしのおかが煮	1こ	ワイン(白)	1g	砂糖・上白糖	0.5g
ごぼう	20g	はくさい	30g	乳麦豆豚りバ	8g	水	125g
れんこん	15g	大豆	7g	乳麦豆鶏豚りご	4g	麦豆豚り かぼちゃフライ(40g)	1こ
コーン	7g	にんじん	5g	水	90g	なたねてんぷら油	6g
豆 ノンエッグマヨネーズ	4g	豆 ツナ袋	4g	卵豆麦 オムレツ	1こ	大根	40g
ごま(すりごま)	1.6g	砂糖・上白糖	2.5g	ほうれんそう	30g	えだまめ	5g
麦豆 しょうゆ(うすくち)	1.2g	酢・穀物酢	2.5g	にんじん	7g	麦豆 魚肉ハム	3g
酢・穀物酢	1g	食塩	0.4g	コーン	7g	麦豆豚 イタリアンドレッシング	7g
り りんごゼリー	1こ			豆 ノンエッグマヨネーズ	7g		
				食塩	0.1g		
				こしょう	0.03g		
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 ビ:落花生 上:えび 蟹:かに 鮑:あわび 缶: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