

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 (小学校)

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	1食		麦 コップパン	1こ		米	1食		米	1食	
牛乳	1本		黒砂糖	6.6g		乳 ジョア・ブルーベリー味	1本		ゆかりごはんの素	0.75g	
麦豆鶏豚こ			牛乳	1本		豆 冷凍豆腐	70g		牛乳	1本	
水ぎょうぎ	30g		麦豆鶏豚			豚ももひき肉	30g		鶏		
人参	15g		彩り野菜ミートボール	20g		おろし生姜	0.7g		麦		
白菜	25g		レタス	20g		玉ねぎ	45g		豆		
しめじ	7g		人参	10g		人参	20g		豆		
麦牛豆			玉ねぎ	30g		青ねぎ	5g		豆		
麦豆			しめじ	5g		サラダ油	0.2g		豆		
水	125g		麦牛豆			淡色みそ	6g		豆		
豚			麦豆			上白糖	1g		豆		
豚肉スライス	25g		水	120g		麦豆			豆		
キムチ(はくさい)	10g		じゃがいも	35g		豆			豆		
たくあん(千切り)	10g		玉ねぎ	20g		麦豆			豆		
根深ねぎ	5g		人参	5g		豆			豆		
麦豆			麦豆			料理酒	1.5g		豆		
しょうゆ(濃口)	0.2g		豚			でんぶん	1.8g		豆		
サラダ油	0.2g		ベーコン	10g		一味唐辛子	0.03g		豆		
ごま油	0.2g		パセリ・乾	0.1g		水	25g		豆		
鶏			オリーブオイル	0.6g		麦豚			豆		
鶏さき身	7g		食塩	0.1g		麦豆			豆		
きゅうり	30g		こしょう	0.05g		麦豆			豆		
人参	7g		麦牛豆			麦豆			豆		
コーン	7g		パイナップル缶	30g		麦豆			豆		
穀物酢	3.5g		ナタデココ	10g		麦豆			豆		
麦豆			みかん缶	20g		麦豆			豆		
しょうゆ(薄口)	3g					麦豆			豆		
上白糖	2g					麦豆			豆		
サラダ油	0.7g					麦豆			豆		
一味唐辛子	0.01g					麦豆			豆		

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 (小学校)

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
米 牛乳 冬瓜(カット) くきわかめ 焼きちくわ 人参 冷凍厚揚げ 淡色みそ 和風だしの素 水 鯖切り身でんぶん付き 天ぷら油 大根 穀物酢 食塩 上白糖 さきいか 切干大根 キャベツ 穀物酢 上白糖 しょうゆ(薄口) ごま油	1食 1本 15g 5g 7g 12g 12g 7g 0.5g 120g 1切 5g 20g 2g 0.4g 2g 3.5g 3.5g 25g 2g 1.8g 2.5g 0.5g	コッペパン 牛乳 鶏肉むね皮つき10g しめじ マッシュルーム 玉ねぎ 人参 グリーンピース シチューミックス サラダ油 食塩 こしょう ワイン(白) 水 シャウエッセン ブロッコリー コーン サラダ油 穀物酢 食塩 こしょう 上白糖	1こ 1本 20g 10g 10g 40g 25g 5g 12g 0.6g 0.3g 0.03g 1g 90g 2こ 35g 7g 1.5g 1g 0.3g 0.02g 0.7g	米 牛乳 ビーフン 玉ねぎ 人参 小松菜 干しいたけ しょうゆ(薄口) 中華スープの素 こしょう 水 鶏肉むね皮つき15g 食塩 こしょう でんぶん 小麦粉 天ぷら油 根深ねぎ しょうが(おろし) 上白糖 しょうゆ(濃口) 中華スープの素 穀物酢 ごま油 干しひじき かぶ・葉切り えだまめ しょうゆ(薄口) ごま油 いりごま 食塩	1食 1本 6g 25g 10g 5g 0.5g 3g 1g 0.01g 130g 55g 0.2g 0.04g 4g 5g 6g 3g 0.5g 3g 3g 0.1g 2g 0.5g 0.3g 37g 9g 1.2g 1.1g 0.6g 0.3g	米 牛乳 里芋 ごぼう こんにゃく(つき) 人参 冷凍厚揚げ まいたけ 根深ねぎ 淡色みそ 和風だしの素 水 白身魚フライ 天ぷら油 白菜 人参 花かつお・カット しょうゆ(薄口)	1食 1本 25g 10g 10g 10g 12g 5g 5g 5g 7g 0.5g 120g 1こ 6g 50g 10g 0.7g 4g
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)					

表: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 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 (小学校)

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 ブロッコリーのマリネ 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	1食		麦	減量コッペパン	1こ	米	1食			
米粒麦	6g		牛乳	1本			ドライバイン	4.5g	牛乳	1本			
豚肉スライス	25g		木綿豆腐	30g		乳	牛乳	1本	豚肉スライス	15g			
玉ねぎ	45g		油揚げ	4g		麦	スパゲティ・ハーフカット	35g	豆	油揚げ	4g		
人参	20g		焼きちくわ	5g		豚	ベーコン	10g		ごぼう	12g		
マッシュルーム	5g		人参	10g			玉ねぎ	35g		焼きちくわ	5g		
グリーンピース	5g		なめこ(水煮)	8g			人参	25g		こんにゃく(つき)	15g		
マッシュルーム	5g		根深ねぎ	5g			ピーマン	5g		人参	10g		
ハヤシルウ	12g		赤だし味噌	7.2g			食塩	0.3g		根深ねぎ	5g		
ケチャップ	8g		和風だしの素	0.7g			こしょう	0.04g		豆	淡色みそ	7g	
ソース(中濃)	3g		みりん	0.1g			ケチャップ	16g			酒かす	6g	
食塩	0.3g		水	130g			ソース(中濃)	5g			和風だしの素	0.5g	
こしょう	0.1g		鶏	鶏肉むね皮つき15g	55g		リ	サラダ油	0.5g		水	130g	
サラダ油	0.3g			穀物酢	6g			ブロッコリー	40g		麦豆豚	かぼちゃコロック	1こ
ワイン(白)	1g			上白糖	4g			コーン	10g			天ぷら油	6g
水	95g			料理酒	4g			まぐろ油漬ルー	5g			ほうれん草	40g
野菜ジュース	1本			しょうゆ(薄口)	3g			穀物酢	2.7g			えのきたけ	10g
豆鶏	ささみポテトカツ	1こ	麦豆	しょうゆ(濃口)	3g			上白糖	1.7g			すりごま	1.5g
	天ぷら油	5g	麦豆	おろしにんにく	0.4g			食塩	0.3g		麦豆	しょうゆ(薄口)	2.5g
	さつま芋	25g		サラダ油	0.2g			オリーブオイル	1.5g				
	まぐろ油漬ルー	5g		水	10g		麦牛豆	ブイオン	0.2g				
	玉ねぎ	10g		キャベツ	35g			こしょう	0.05g				
	きゅうり	10g		もやし	15g			ミニフィッシュ	1こ				
	マヨネーズ	7g		塩昆布	1.3g								
麦豆鶏豚こ	中華スープの素	0.25g	麦豆ゼ	しょうゆ(薄口)	0.7g								
麦豆	しょうゆ(薄口)	0.3g	麦豆										
	黒こしょう(粒)	0.01g											

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 (小学校)

11月20日(月)			11月21日(火)			11月22日(水)			11月24日(金)		
中華丼 牛乳 春雨の酢の物 オレンジゼリー			御飯 のむヨーグルト 高野豆腐の煮物 ごぼうミンチカツ いかときゅうりの酢の物			御飯 牛乳 どさんこ汁 ししゃもフライ はりはり漬け			古代米入り御飯 牛乳 さつま汁 いわしの生姜煮 ひじきとごぼうの炒め煮		
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	
豚肉スライス	30 g		乳 ジョア・マスカット味	1 本		乳 牛乳	1 本		乳 古代米	4 g	
いか	20 g		豆 高野豆腐	7 g		豚 豚ももひき肉	15 g		乳 牛乳	1 本	
ちゃんぽんかまぼこ	10 g		大根	40 g		じゃがいも	25 g		豚 豚肉スライス	10 g	
白菜	40 g		豆 さつまあげ	10 g		玉ねぎ	20 g		さつまいも	40 g	
玉ねぎ	45 g		豆 がんもどき	15 g		人参	10 g		大根	30 g	
人参	25 g		豆 人参	25 g		コーン	5 g		人参	10 g	
干しいたけ	1 g		豆 えだまめ	5 g		おろしにんにく	0.2 g		カットわかめ	0.3 g	
サラダ油	0.3 g		上白糖	3 g		しょうが(おろし)	0.2 g		豆 淡色みそ	7 g	
こしょう	0.04 g		麦豆 しょうゆ(薄口)	4 g		中華スープの素	0.5 g		和風だしの素	0.5 g	
麦豆鶏豚ご 中華スープの素	0.8 g		和風だしの素	0.6 g		豆 淡色みそ	7 g		水	120 g	
麦豆 しょうゆ(薄口)	4 g		みりん	1 g		ごま油	0.2 g		麦豆 いわしの生姜煮	1 食	
みりん	1 g		水	40 g		水	120 g		干しひじき	2 g	
でんぶん	2.5 g		麦豆鶏豚 水	20 g		麦豆 天ぷら油	5 g		ごぼう	12 g	
水	20 g		豚 天ぷら油	6 g		切干大根	3 g		人参	5 g	
乳 牛乳	1 本		いかに	15 g		きゅうり	30 g		豆 さつまあげ	5 g	
春雨サラダ用	6 g		きゅうり	20 g		きゅうり	30 g		麦豆 さやいんげん	3 g	
人参	6 g		カットわかめ	1 g		穀物酢	3 g		しょうゆ(濃口)	3 g	
きゅうり	20 g		穀物酢	2 g		上白糖	2 g		上白糖	2 g	
穀物酢	3 g		上白糖	2 g		麦豆 しょうゆ(薄口)	2.5 g		みりん	1 g	
上白糖	2 g		麦豆 しょうゆ(薄口)	2 g		すりごま	0.5 g		サラダ油	0.4 g	
麦豆ご しょうゆ(薄口)	4 g							和風だしの素	0.3 g		
ごま油	0.8 g							水	15 g		
オレンジゼリー	1 食										
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 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（小学校）

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	1 食		米	1 食		小麦粉	1 食	
米粒麦	6 9		牛乳	1 本		小麦粉	20 9		小麦粉	1 本	
ゆで大豆	10 9		えのきだけ	7 9		ひじきご飯の素	20 9		小麦粉	1 本	
鶏			しめじ	10 9		牛乳	1 本		小麦粉	1 本	
鶏ひき肉	15 9		木綿豆腐	30 9		牛肉	20 9		小麦粉	1 本	
じゃがいも	35 9		蒸しかまぼこ	5 9		大根	40 9		小麦粉	1 本	
玉ねぎ	35 9		人参	10 9		さつまいも	30 9		小麦粉	1 本	
人参	20 9		根深ねぎ	5 9		厚揚げ	20 9		小麦粉	1 本	
コーン	10 9		かつお節だしパック	2 9		焼きちくわ	15 9		小麦粉	1 本	
乳			しょうゆ（薄口）	4.5 9		こんやく（板）	20 9		小麦粉	1 本	
脱粉乳	3 9		食塩	0.2 9		人参	15 9		小麦粉	1 本	
サラダ油	0.3 9		水	120 9		しょうゆ（薄口）	3 9		小麦粉	1 本	
食塩	0.3 9		ハンバーグ	1 食		しょうゆ（濃口）	3 9		小麦粉	1 本	
こしょう	0.08 9		上白糖	1 9		料理酒	1 9		小麦粉	1 本	
ソース（中濃）	3 9		しょうゆ（濃口）	3 9		水	35 9		小麦粉	1 本	
ワイン（白）	1 9		料理酒	2.5 9		キャベツ	28 9		小麦粉	1 本	
乳			みりん	3 9		まぐろ油漬フレーク	5 9		小麦粉	1 本	
乳麦豆豚りご			でんぷん	0.4 9		れんこん・スライス	7 9		小麦粉	1 本	
バーモントカレー	10 9		大根	40 9		しょうゆ（薄口）	1.7 9		小麦粉	1 本	
ジャワカレー	4 9		人参	5 9		梅びしお	0.6 9		小麦粉	1 本	
水	90 9		鶏ささ身	5 9		減塩梅びしお	0.3 9		小麦粉	1 本	
オレンジジュース	1 本		ゆず果汁	1 9		上白糖	0.8 9		小麦粉	1 本	
卵			上白糖	2 9		乾燥カリカリ梅	0.15 9		小麦粉	1 本	
ほうれん草のオムレツ	1 食		しょうゆ（薄口）	2 9		りんご（カット）	1 食		小麦粉	1 本	
キャベツ	30 9		穀物酢	1 9					小麦粉	1 本	
人参	7 9							小麦粉	1 本		
えだまめ	5 9							小麦粉	1 本		
マヨネーズ	5 9							小麦粉	1 本		
穀物酢	1.6 9							小麦粉	1 本		
上白糖	1.2 9							小麦粉	1 本		
食塩	0.1 9							小麦粉	1 本		
こしょう	0.03 9							小麦粉	1 本		
大豆とコーンのカレー →①脱脂粉乳除去 ②カレールー変更 （アレルギー：小麦、大豆） ほうれん草のオムレツ →ウインナーソテー （アレルギー：豚肉）											

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば 苺:落花生 匕:えび 蟹:かに 鮑:あわび 舂: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 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