

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 (小学校)

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	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
乳 牛乳(飲用普通牛乳)		1本	乳 牛乳(飲用普通牛乳)		1本	乳 のむヨーグルト(ストロベリー)		1本	乳 牛乳(飲用普通牛乳)		1本
鶏 鶏おね皮つき	15 g		豆 冷凍ミニ厚揚げ	10 g		豚 豚スライス肉	10 g		豆 冷凍豆腐	70 g	
豆 にんじん	10 g		豆 にんじん	15 g		豆 さつまいも	40 g		豚 豚ももひき肉	30 g	
豆 木綿豆腐	25 g		豆 たまねぎ	30 g		豆 大根	30 g		鶏 おろし生姜	0.7 g	
豆 大根	15 g		豆 焼きちくわ	5 g		豆 にんじん	10 g		豚 たまねぎ	45 g	
豆 根深ねぎ	5 g		豆 淡色辛みそ	8 g		豆 カットわかめ	0.3 g		豆 にんじん	20 g	
豆 干しいたけ	0.6 g		豆 和風だしの素	0.6 g		豆 淡色辛みそ	7 g		豆 根深ねぎ	5 g	
豆 和風だしの素	0.5 g		豆 水	120 g		豆 和風だしの素	0.5 g		豆 なたねサラダ油	0.2 g	
麦豆 しょうゆ(うすくち)	4.5 g		豚 豚スライス肉	25 g		豚 水	120 g		豆 淡色辛みそ	6 g	
麦豆 食塩	0.2 g		豚 じゃがいもでんぷん	30 g		豚 さば切り身40g	40 g		麦豆 砂糖・上白糖	1 g	
麦豆 じゃがいもでんぷん	1.2 g		麦豆 赤パブリカ	5 g		豚 にんじん	10 g		麦豆 しょうゆ(うすくち)	5 g	
麦豆 水	130 g		麦豆 コーン	10 g		豆 エリンギ	10 g		麦豆 料理酒	1.5 g	
麦豆 じゃがいもコロッケ	10 g		麦豆 食塩	0.1 g		豆 さつま揚げ	10 g		麦豆 じゃがいもでんぷん	1.8 g	
豚 なたねてんぷら油	5 g		麦豆 こしょう	0.03 g		豆 つきこんにゃく	10 g		豚 唐辛子・一味	0.03 g	
豚 豚もも肉	45 g		麦豆 しょうゆ(うすくち)	4 g		豆 さやいんげん	5 g		麦豆 水	25 g	
豚 土しょうが	0.5 g		麦豆 砂糖・上白糖	1 g		麦豆 なたねサラダ油	0.2 g		麦豆 春巻	1 g	
豚 こしょう	0.03 g		麦豆 料理酒	1 g		麦豆 砂糖・上白糖	1.8 g		麦豆 なたねてんぷら油	5 g	
麦豆 砂糖・上白糖	2 g		麦豆 みりん風調味料	0.5 g		麦豆 しょうゆ(こいくち)	2.5 g		麦豆 チンゲン菜	30 g	
麦豆 みりん風調味料	3 g		麦豆 ごま油	0.8 g		麦豆 しょうゆ(こいくち)	0.7 g		麦豆 もやし(緑豆)	15 g	
麦豆 しょうゆ(こいくち)	4.5 g		麦豆 ごま(いりごま)	0.5 g		麦豆 ごま(いりごま)	0.5 g		麦豆 にんじん	5 g	
麦豆 水	10 g		麦豆 おろしにんにく	0.3 g		麦豆 唐辛子・七味	0.01 g		麦豆 しょうゆ(うすくち)	1.2 g	
			麦豆 なたねサラダ油	0.3 g					麦豆 ごま油	0.5 g	
			麦豆 大根	40 g					麦豆 ごま(いりごま)	0.5 g	
			麦豆 にんじん	5 g					麦豆 食塩	0.15 g	
			麦豆 砂糖・上白糖	2.5 g							
			麦豆 酢・穀物酢	2.5 g							
			麦豆 食塩	0.35 g							

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 (小学校)

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 1こ 黒砂糖 6.6g 牛乳(飲用普通牛乳) 1本 鶏 鶏むね皮つき 12g たまねぎ 25g にんじん 15g かぼちゃ(カット) 15g ブロッコリー 10g マカロニデリカ 3g 小麦 小麦豆鶏豚 シチューミックス 12g なたねサラダ油 0.3g 食塩 0.3g こしょう 0.03g ウイン(白) 1g 水 110g 豆 小松菜の豆腐寄せ 1こ 小麦 煮肉ハム 3g きゅうり 35g コーン 7g なたねサラダ油 1.5g 酢・穀物酢 1g 食塩 0.3g こしょう 0.02g 砂糖・上白糖 0.7g		米 1食 牛乳(飲用普通牛乳) 1本 豚 スライス肉 25g じゃがいも 60g たまねぎ 40g にんじん 20g 豆 かんもどき 20g 系こんにやく 25g しょうゆ(こいくち) 3g しょうゆ(うすくち) 2.5g 砂糖・上白糖 2g みりん風調味料 1g 水 35g ほうれんそう 40g にんじん 15g 花かつお・カット 0.7g しょうゆ(うすくち) 1.5g 豆 豆乳プリンタルト 1こ		米 1食 ゆかり御飯の素 0.75g 牛乳(飲用普通牛乳) 1本 じゃがいも 25g 大根 15g にんじん 10g 根深ねぎ 5g 油あげ・刻み 4g カットわかめ 0.4g 淡色辛みそ 7g 和風だしの素 0.5g 水 130g 小麦 肉詰いなり 1こ キャベツ 35g もやし(緑豆) 15g 小麦 塩こんぶ 1.3g 小麦 しょうゆ(うすくち) 0.7g		米 1食 野菜ジュース(アップルキャロット) 1本 すいとん 18g 豆 ミニ厚揚げ 10g 焼きちくわ 5g にんじん 10g 大根 20g カットわかめ 0.3g 淡色辛みそ 7g 和風だしの素 0.5g 水 120g 小麦 赤えいの唐揚げ 50g なたねてんぷら油 5g 酢・穀物酢 4.5g しょうゆ(うすくち) 3g 砂糖・上白糖 3g じゃがいもでんぷん 0.2g なたねサラダ油 0.3g ほうれんそう 45g 豆 油あげ 5g ごま(すりごま) 1.2g 小麦 しょうゆ(うすくち) 1.8g	
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)							

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば 豆:大豆 花生:落花生 苳:えび 蟹:かに 鮑:あわび 飴:いか 糖:いから 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 芋:もも 芋:やまいも リ:りんご ゼ:ゼラチン バ:バナナ ゴ: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 (小学校)

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	6g		ドライパン	4.5g		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	20g		牛乳(飲用普通牛乳)	1本		えのき茸	8g		豚スライス肉	15g	
じゃがいも	40g		はくざい	30g		ぶなしめじ	10g		にんじん	15g	
たまねぎ	40g		にんじん	15g		にんじん	10g		ごぼう	15g	
にんじん	20g		たまねぎ	25g		木綿豆腐	30g		大根	15g	
グリーンピース	5g		オクラ	7g		カットわかめ	0.6g		干しいたけ	0.8g	
乳 脱脂粉乳	3g		なたねサラダ油	0.2g		麦豆 しょうゆ(うすくち)	3g		根深ねぎ	5g	
なたねサラダ油	0.3g		麦牛豆 マギーブイオン	1g		麦豆鶏豚ご 中華スープの素	1g		鯖 だしパック	2g	
食塩	0.3g		麦豆 しょうゆ(うすくち)	2.7g		食塩	0.1g		食塩	0.3g	
こしょう	0.08g		水	120g		水	125g		麦豆 しょうゆ(うすくち)	5g	
り ソース(中濃)	3g		鶏 鶏むね皮つき	55g		麦豆豚 きょうざ	2こ		水	125g	
ワイン(白)	1g		米粉	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	9g		なたねてんぷら油	5g		はるさめ	6g		なたねてんぷら油	5g	
乳麦豆鶏豚りご	5g		料理酒	2g		にんじん	6g		はくざい	50g	
水	90g		麦豆 しょうゆ(うすくち)	2g		きゅうり	20g		もやし(緑豆)	10g	
牛乳(飲用普通牛乳)	1本		食塩	0.2g		酢・穀物酢	3g		花かつお・カット	0.7g	
ゆで大豆	7g		おろしにんにく	0.2g		砂糖・上白糖	2g		麦豆 しょうゆ(うすくち)	2.5g	
たまねぎ	10g		こしょう	0.04g		麦豆 しょうゆ(うすくち)	4g				
キャベツ	28g		ブロッコリー	40g		ごま油	0.8g				
ノンエッグマヨネーズ	7g		コーン	10g							
食塩	0.1g		豆 ツナ	5g							
みかん(温州)	1こ		酢・穀物酢	2.7g							
			砂糖・上白糖	1.7g							
			食塩	0.3g							
			麦牛豆 オリーブオイル	1.5g							
			麦牛豆 マギーブイオン	0.2g							
			こしょう	0.05g							
			豆ゼ 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:小麦、大豆)

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば 豆:大豆 花生: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

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 (小学校)

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		
乳 豚 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆	米	1食	米(麦御飯用)	1食	米	1食				
	のむヨーグルト(プレーン)	1本	米粒麦	6g	わかめ御飯の素	1g				
	豚スライス肉	15g	牛肉シヨルダー	25g	牛乳(飲用普通牛乳)	1本				
	油あげ	4g	たまねぎ	45g	豚スライス肉	30g				
	ごぼう	12g	にんじん	20g	うどん	40g				
	焼きちくわ	5g	マッシュルーム	5g	焼き豆腐	40g				
	つきこんにやく	15g	グリーンピース	5g	たまねぎ	40g				
	にんじん	10g	麦豆豚	ハヤシルウ	12g	つきこんにやく	30g			
	根深ねぎ	5g		トマトケチャップ	8g	根深ねぎ	8g			
	淡色辛みそ	7g	リ	ソース(中濃)	3g	砂糖・上白糖	3.5g			
	酒かす	6g		食塩	0.3g	しょうゆ(こいくち)	4.5g			
	和風だしの素	0.5g		こしょう	0.1g	しょうゆ(うすくち)	3.5g			
	水	125g		なたねサラダ油	0.5g	水	12g			
	ほっけ一夜干し	1こ		ワイン(白)	1g	れんこん	15g			
	大根	35g		水	75g	にんじん	10g			
	こまつな	7g		乳	牛乳(飲用普通牛乳)	1本	コーン	10g		
	しそひじき(佃煮)	4g		麦豆	コーンコロッケ(40g)	1こ	ノンエッグマヨネーズ	4g		
しょうゆ(うすくち)	1.2g			なたねてんぷら油	5g	ごま(すりごま)	2g			
味付けのり	1こ			ほうれんそう	30g	しょうゆ(うすくち)	1.2g			
				にんじん	7g	酢・穀物酢	1g			
				えだまめ	7g	はちみつゆずゼリー	1こ			
				ノンエッグマヨネーズ	7g					
				食塩	0.1g					
				こしょう	0.03g					

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ビ:落花生 比:えび 蟹:かに 鮑:あわび 仿: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