

ア レ ル ギ ー 食 品 使 用 予 定 献 立 表 (令和8年1月9日～令和8年1月30日)

献立ブロック (小学生)

1月9日(金)			1月13日(火)			1月14日(水)			1月15日(木)		
御飯 野菜ジュース ミートボールカレー 豆腐ナゲット コールスローサラダ			減量チャーハン 牛乳 長崎血うどん 血うどん麺 もやしのゆず和え ミニフィッシュ			御飯 牛乳 味噌おでん ほっけの一夜干し キャベツとれんこんの梅和え			コッペパン のむヨーグルト クリームシチュー グリルチキンの照り焼きソースかけ ブロッコリーと大豆のサラダ		
食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量	
米	1 食		米 (60g)	1 食		米	1 食		麦 コッペパン	1 こ	
野菜ジュース(アップル&キウイ)	1 本		豆鶏豚ご チャーハンの素	17.14 g		乳 牛乳	1 本		麦 牛乳	1 本	
鶏豚 肉だんご	30 g		豚 豚肉スライズ	30 g		鶏豚 肉だんご	25 g		豚 豚肉スライズ	15 g	
じゃがいも	30 g		い 玉ねぎ	25 g		大根	40 g		玉ねぎ	30 g	
玉ねぎ	35 g		い 玉ねぎ	45 g		人参	25 g		人参	15 g	
人参	15 g		い 人参	25 g		板こんにゃく	25 g		じゃがいも	30 g	
グリーンピース	5 g		白 白菜	40 g		豆 厚揚げ	30 g		シチュールウ(28品目不使用)	14 g	
サラダ油	0.3 g		干しいたけ	1 g		ちくわ	10 g		パセリ(乾燥)	0.01 g	
ワイン(赤)	1 g		サラダ油	0.5 g		麦豆 しょうゆ(濃口)	1 g		サラダ油	0.3 g	
麦豆 カレールウ	7 g		麦豆鶏豚ご 中華スープの素	0.8 g		豆 淡色みそ	4 g		ブイヨン	0.1 g	
カレールウ(28品目不使用)	7 g		麦豆 しょうゆ(薄口)	4 g		粉末だし	1 g		ワイン(白)	1 g	
水	90 g		白こしょう	0.04 g		上白糖	1.5 g		水	100 g	
麦豆豚 豆腐ナゲット	2 g		片栗粉	2.5 g		みりん	1 g		豆鶏 グリルチキン	1 こ	
てんぷら油	5 g		水	30 g		水	40 g		上白糖	1.5 g	
キャベツ	30 g		麦 血うどん麺	1 こ		ほっけいちやぼし	1 切		麦豆 しょうゆ(濃口)	2 g	
人参	5 g		もやし	35 g		キャベツ	30 g		料理酒	1 g	
コーン	5 g		きゅうり	10 g		豆 ツナフレーク	5 g		みりん	0.5 g	
豆 ノンエッグマヨネーズ	6 g		豆鶏 鶏ささみ	10 g		れんこん	10 g		片栗粉	0.2 g	
穀物酢	1.5 g		ゆず果汁	1 g		しょうゆ(薄口)	1.6 g		水	5 g	
上白糖	1.2 g		上白糖	2 g		練り梅	0.5 g		ブロッコリー	40 g	
食塩	0.1 g		麦豆 しょうゆ(薄口)	2 g		り 減塩梅びしお	0.25 g		ゆで大豆	5 g	
白こしょう	0.03 g		穀物酢	1 g		上白糖	1 g		豆 サウザンドレッシング	10 g	
			ミニフィッシュ	1 こ		しそご飯の素	0.1 g				
市教委が決定した除去食対象者向け											

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ビ:落花生 上:えび 蟹:かに 鮑:あわび 肉:いくら 乳:オレンジ キ:キウイフルーツ 牛:牛肉 小:くるみ 鮭:さけ 鯖:さば 豆:大豆
鶏:鶏肉 豚:豚肉 肉: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 マ:マカダミナッツ

ア レ ル ギ ー 食 品 使 用 予 定 献 立 表 (令和8年1月9日～令和8年1月30日)

献立ブロック (小学生)

1月16日(金)			1月19日(月)			1月20日(火)			1月21日(水)							
御飯 牛乳 チンゲン菜のスープ 揚げ餃子 中華サラダ			御飯 牛乳 じゃがいもの旨煮 もやしのごま和え ふりかけ(おかか) ヨーグルト			御飯 牛乳 ポークハヤシ コーンたっぷりコロッケ 白菜と枝豆の青じそサラダ			御飯 牛乳 紅白団子汁 鱈のゆず醤油がけ キャベツのごまマヨサラダ だいだいの豆乳パバロア							
	食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量					
乳	米	1食	乳豚	米	1食	乳豚	米	1食	乳	米	1食					
	牛乳	1本		牛乳	1本		牛乳	1本		牛乳	1本					
	チンゲン菜	15 g		豚肉スライス	20 g		豚肉スライス	25 g		白玉(紅)	15 g					
	人参	10 g		じゃがいも	60 g		玉ねぎ	45 g		白玉(白)	15 g					
	玉ねぎ	30 g		玉ねぎ	40 g		人参	20 g		人参	10 g					
	豆腐	25 g		人参	25 g		マッシュルーム	5 g		玉ねぎ	15 g					
	鶏	チキンウインナー		10 g	つきこんにゃく		25 g	グリーンピース		5 g	えのきたけ	10 g				
	麦豆	しょうゆ(薄口)		3 g	さつま揚げ		15 g	ハヤシルウ		13 g	かまぼこ	8 g				
	麦豆鶏豚ご	中華スープの素		1 g	上白糖		3.5 g	トマトケチャップ		5 g	油揚げ	5 g				
	麦豆豚	水		125 g	しょうゆ(濃口)		4 g	中濃ソース		2 g	根深ねぎ	3 g				
		きょうざ		2 こ	しょうゆ(薄口)		3 g	白こしょう		0.1 g	淡色みそ	7.5 g				
		てんぷら油		5 g	水		30 g	サラダ油		0.5 g	粉末だし	0.5 g				
		はるぎめ		6 g	もやし		35 g	ワイン(赤)		1 g	水	125 g				
		きゅうり		20 g				水		75 g	さわら切り身	1 切				
		コーン		10 g	豆鶏		鶏ささみ	10 g		麦豆	コーンコロッケ	1 こ	麦豆	和風ゆずしょうゆドレッシング	5 g	
		麦豆		しょうゆ(薄口)	3.3 g		麦豆	穀物酢		2.5 g		てんぷら油	5 g	麦豆	キャベツ	30 g
				穀物酢	3.5 g		麦豆	しょうゆ(薄口)		2 g		白菜	45 g	豆	枝豆	5 g
		上白糖	1.8 g		上白糖	1.2 g		人参	5 g	鶏	チキンウインナー	5 g				
		ごま油	0.8 g	ご	ごま油	0.3 g		枝豆	5 g	ご	すりごま	1.5 g				
	麦豆鶏豚ご	中華スープの素	0.1 g	ご	すりごま	1.2 g	麦豆	青じそドレッシング	10 g	豆	ノンエッグマヨネーズ	2 g				
			乳	ふりかけ(おかか)	1 こ				麦豆	上白糖	2 g					
				ヨーグルト(プレーン)	1 こ				麦豆	しょうゆ(薄口)	2 g					
									豆	穀物酢	2 g					
										だいだいの豆乳パバロア	1 こ					
市教委が決定した除去食対象者向け			ヨーグルト ↓ さつま芋と栗のタルトに変更 (大豆を含む)													

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 上: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 マ:マカダミナッツ

ア レ ル ギ ー 食 品 使 用 予 定 献 立 表 (令和8年1月9日～令和8年1月30日)

献立ブロック (小学生)

1月22日(木)			1月23日(金)			1月26日(月)			1月27日(火)		
コッペパン のむヨーグルト 中華スープ ピーマン炒め ひじきと大根のナムル いちごとりんごのミックスジャム			御飯 牛乳 白菜の和風スープ いわしのおかか煮 ごぼうとお豆のサラダ			御飯 牛乳 かす汁 ポークミンチカツ ブロッコリーのおかか和え			御飯 牛乳 わかめスープ かんぱちそばろのドライカレー ポテトサラダ		
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 米	1 食		米 米	1 食		米 米	1 食	
乳 ジョア・マスカット	1 本		乳 牛乳	1 本		乳 牛乳	1 本		乳 牛乳	1 本	
鶏豚 肉だんご	25 g		豚 豚肉スライス	15 g		豚 豚肉スライス	15 g		鶏 カットわかめ	0.6 g	
玉ねぎ	30 g		豆 油揚げ	4 g		豆 油揚げ	4 g		鶏 鶏肉むね皮つき	20 g	
人参	10 g		豆 ミニ厚揚げ	12 g		豆 大根	15 g		人参	15 g	
ほうれん草	5 g		干ししいたけ	0.3 g		豆 ちくわ	5 g		えのきたけ	10 g	
麦豆 しょうゆ(薄口)	3 g		もやし	10 g		麦豆 つきこんにゃく	15 g		もやし	20 g	
麦豆鶏豚ご	1 g		根深ねぎ	3 g		人参	10 g		麦豆鶏豚ご	1 g	
中華スープの素	1 g		料理酒	5 g		根深ねぎ	3 g		麦豆 しょうゆ(薄口)	3 g	
水	130 g		麦豆 しょうゆ(薄口)	2.5 g		豆 淡色みそ	7 g		水	130 g	
ビーラン	8.3 g		豚 食塩	0.4 g		豆 酒粕	6 g		豚 豚ももひき肉	20 g	
豚 豚肉スライス	8.3 g		粉末だし	0.4 g		麦豆 粉未だし	0.5 g		かんぱちそばろ	10 g	
人参	6.7 g		水	125 g		麦豆豚	125 g		人参	10 g	
玉ねぎ	13.3 g		麦豆 いわしのおかか煮	1 こ		麦豆豚	1 こ		玉ねぎ	35 g	
もやし	6.7 g		ごぼう	20 g		てんぷら油	6 g		グリーンピース	3 g	
根深ねぎ	1.7 g		きゅうり	15 g		ブロッコリー	40 g		食塩	0.2 g	
干ししいたけ	0.3 g		ミックスビーンズ	5 g		人参	5 g		白こしょう	0.02 g	
おろし生姜	0.17 g		豆 ノンエッグマヨネーズ	3 g		コーン	5 g		おろしにんにく	0.3 g	
食塩	0.1 g		麦豆 しょうゆ(薄口)	1.5 g		かつおぶし	1 g		カレー粉	0.4 g	
麦豆 しょうゆ(薄口)	1.5 g		穀物酢	1 g		上白糖	0.8 g		トマトケチャップ	2.4 g	
白こしょう	0.01 g		上白糖	2 g		麦豆 しょうゆ(薄口)	2 g		ウスターソース	2.4 g	
サラダ油	0.2 g								り とんかつソース	1.2 g	
ごま油	0.1 g								麦豆 しょうゆ(濃口)	0.5 g	
料理酒	0.3 g								ワイン(赤)	0.5 g	
干しひじき	0.3 g								サラダ油	0.2 g	
大根	37 g								片栗粉	0.5 g	
枝豆	9 g								じゃがいも	25 g	
麦豆 しょうゆ(薄口)	1.2 g								豆 ツナフレーク	5 g	
ごま油	1.1 g								玉ねぎ	10 g	
いりごま	0.6 g								きゅうり	10 g	
食塩	0.15 g								豆 ノンエッグマヨネーズ	7 g	
り いちごとりんごのミックスジャム	1 こ								牛豆 コンソメ	0.25 g	
									麦豆 しょうゆ(薄口)	0.3 g	
									黒こしょう	0.01 g	
市教委が決定した除去食対象者向け											

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 オ: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 枝: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 マ:マカダミナッツ

ア レ ル ギ ー 食 品 使 用 予 定 献 立 表 (令和8年1月9日～令和8年1月30日)

献立ブロック (小学生)

1月28日(水)			1月29日(木)			1月30日(金)							
御飯 牛乳 トックスープ ヤンニョムチキン 小松菜ともやしのナムル			黒糖パン 牛乳 キャベツのコンソメスープ トマサバナポリタン ブロッコリーのサラダ			御飯 牛乳 さつまいもの味噌汁 かぼちゃひき肉フライ 卵の花炒め							
食品名			食品名			食品名			食品名				
乳牛	米	1食	麦乳鶏	コッペパン	1こ	乳牛	米	1食					
	牛乳	1本		黒糖	6.6g		牛乳	1本					
	牛肉ショルダー	10g		チキンウインナー	10g		さつまいも	30g					
	人参	15g		キャベツ	25g		玉ねぎ	20g					
	玉ねぎ	25g		人参	10g		人参	15g					
	干しいたけ	0.5g		玉ねぎ	35g		ちくわ	5g					
	根深ねぎ	3g		サラダ油	0.3g		カットわかめ	0.3g					
	トック	15g		コンソメ	1g		淡色みそ	7.5g					
	麦豆鶏豚ご	中華スープの素		1g	しょうゆ(薄口)		2g	粉末だし				0.5g	
	麦豆	しょうゆ(薄口)		2.5g	水		120g	水				130g	
	食塩	0.1g		麦鯖	スパゲティ		17g	麦豆豚り				かぼちゃフライ	1こ
	サラダ油	0.2g			さばの水煮		5g	豆				てんぷら油	6g
	水	125g			玉ねぎ		20g	鶏				おから	10g
	鶏肉むね皮つき	55g			人参		10g	鶏				鶏肉むね皮つき	10g
	食塩	0.2g			パセリ(乾燥)		0.01g					人参	5g
白こしょう	0.04g		食塩	0.1g		ごぼう	5g						
片栗粉	3g		白こしょう	0.02g		つきこんにゃく	5g						
米粉	2g		おろしにんにく	0.1g	豆	油揚げ	2g						
てんぷら油	6g		トマトケチャップ	8g		根深ねぎ	3g						
おろしにんにく	0.03g		中濃ソース	2g	麦豆	上白糖	2g						
上白糖	1.3g		サラダ油	0.2g		しょうゆ(薄口)	2g						
麦豆	しょうゆ(濃口)	2.6g		ブロッコリー	40g		みりん	0.5g					
	トマトケチャップ	5.3g		コーン	15g		粉末だし	0.5g					
豆	コチュジャン	0.4g		しょうゆ(薄口)	0.5g		サラダ油	0.3g					
	小松菜	35g	麦豆	ごまドレッシング	10g		水	12g					
	もやし	18g											
	しょうゆ(薄口)	1.2g											
	ごま油	0.5g											
	いりごま	0.5g											
	食塩	0.15g											
市教委が決定した除去食対象者向け													