

ア レ ル ギ ー 食 品 使 用 予 定 献 立 表 (令和8年10月1日～令和8年10月30日)

献立ブロック (小学生)

10月1日(木)			10月2日(金)			10月5日(月)			10月6日(火)		
コッペパン 牛乳 ミネストローネ 焼きそば ほうれん草とコーンのマリネ			御飯 牛乳 じゃがいもの旨煮 小松菜のごまみそ和え ふりかけ(のり)			御飯 牛乳 みぞれ汁 鶏肉の味噌マヨ焼き 白菜とコーンの青じそサラダ			すし飯 牛乳 さつま汁 手巻用ボイルウインナー ツナマヨ和え 手巻きのり		
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	
乳 牛乳	1 本		乳 牛乳	1 本		乳 牛乳	1 本		麦豆 すし酢	9 g	
鶏 鶏肉むね皮つき	15 g		豚 豚肉スライス	20 g		豆 大豆	25 g		乳 牛乳	1 本	
人參	10 g		じゃがいも	60 g		豆 揚げ	4 g		豚 豚肉スライス	10 g	
玉ねぎ	25 g		玉ねぎ	40 g		豆腐	30 g		さつまいも	30 g	
ブロッコリー	20 g		人參	25 g		豆 さつま揚げ	7 g		玉ねぎ	25 g	
しめじ	7 g		つきこんにゃく	25 g		人參	10 g		人參	10 g	
食塩	0.2 g		さつま揚げ	15 g		根深ねぎ	3 g		豆 油揚げ	5 g	
白こしょう	0.03 g		上白糖	3.5 g		鯖 だしパック	2 g		わかめ	0.3 g	
牛豆 コンソメ	1 g		麦豆 しょうゆ(濃口)	4 g		麦豆 しょうゆ(薄口)	5.2 g		豆 淡色みそ	7 g	
トマト缶	8.5 g		麦豆 しょうゆ(薄口)	3 g		食塩	0.2 g		粉末だし	0.5 g	
トマトケチャップ	11 g		水	30 g		片栗粉	0.5 g		水	120 g	
上白糖	0.5 g		小松菜	40 g		水	120 g		鶏 手巻用ウインナー	2 本	
サラダ油	0.3 g		人參	5 g		鶏 鶏肉むね皮つき	55 g		豆 ツナフレーク	15 g	
水	105 g		えのきたけ	10 g		豆 淡色みそ	3 g		きゅうり	30 g	
麦 焼きそばめん	9 g		豆 淡色みそ	1.5 g		みりん	3 g		コーン	15 g	
豚 豚肉スライス	7 g		上白糖	1.5 g		上白糖	1.7 g		豆 ノンエッグマヨネーズ	4 g	
キャベツ	14 g		ご すりごま	1.1 g		料理酒	1.1 g		麦豆 しょうゆ(薄口)	0.3 g	
玉ねぎ	10 g		みりん	0.9 g		麦豆 しょうゆ(濃口)	0.6 g		麦 穀物酢	0.3 g	
人參	5 g		麦豆 しょうゆ(薄口)	1.5 g		豆 ノンエッグマヨネーズ	1.4 g		食塩	0.1 g	
ちくわ	3.5 g		ふりかけ(のり)	1 こ		白菜	45 g		白こしょう	0.02 g	
粉がつお	0.2 g					人參	5 g		手巻きのり	1 袋	
白こしょう	0.01 g					コーン	5 g				
り とんかつソース	4.6 g					麦豆 青じそドレッシング	10 g				
ウスターソース	1 g										
豆 サラダ油	0.13 g										
ツナフレーク	5 g										
ほうれん草	40 g										
コーン	7 g										
麦 穀物酢	2.5 g										
上白糖	1.5 g										
食塩	0.3 g										
サラダ油	1.2 g										
ブイヨン	0.15 g										
白こしょう	0.05 g										
市教委が決定した除去食対象者向け									手巻きのりには「えび・かに」の生息域で採取している食材を使用しています。		

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 レ: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 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 マ:マカダミアナッツ ビス:ピスタチオ

ア レ ル ギ ー 食 品 使 用 予 定 献 立 表 (令和8年10月1日～令和8年10月30日)

献立ブロック (小学生)

10月7日(水)			10月8日(木)			10月9日(金)			10月13日(火)		
御飯 牛乳 味噌おでん 鯖の照り焼きたれかけ キャベツの和風サラダ			減量ぶどうパン 牛乳 ポトフ カレーボール フルーツ和え			御飯 のむヨーグルト ほうれん草の味噌汁 かぼちゃコロッケ ブロッコリーのおかか和え			御飯 牛乳 ハ宝菜 揚げワントン みかんゼリー		
食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量	
米	1 食		麦	1 こ		米	1 食		米	1 食	
牛乳	1 本		減量コッペパン			ジョア・ブルーベリー	1 本		牛乳	1 本	
豆鶏豚	20 g		レーズン	4.95 g		ほうれん草	10 g		豚肉スライズ	30 g	
肉だんご	40 g		牛乳	1 本		ミニ厚揚げ	20 g		いか	20 g	
大根	25 g		ウインナー	10 g		人参	10 g		玉ねぎ	45 g	
人参	25 g		じゃがいも	35 g		玉ねぎ	30 g		人参	25 g	
板こんにゃく	25 g		玉ねぎ	35 g		人参	20 g		白菜	40 g	
厚揚げ	30 g		人参	20 g		ちくわ	5 g		干しいたけ	1 g	
ちくわ	10 g		キャベツ	30 g		淡色みそ	7.5 g		サラダ油	0.3 g	
しょうゆ(濃口)	1 g		サラダ油	0.3 g		粉末だし	0.5 g		中華スープの素	0.8 g	
淡色みそ	4 g		食塩	0.2 g		水	125 g		しょうゆ(薄口)	4 g	
粉末だし	1 g		白こしょう	0.01 g		かぼちゃコロッケ	1 こ		麦豆鶏豚ご		
上白糖	1.5 g		ブイヨン	1.2 g		てんぷら油	6 g		麦豆		
みりん	1 g		しょうゆ(薄口)	1.6 g		アロワックス	40 g		白こしょう	0.04 g	
水	40 g		ワイン(白)	2 g		人参	5 g		片栗粉	2.3 g	
ざわら切り身	1 切		パセリ(乾燥)	0.01 g		コーン	5 g		料理酒	1 g	
上白糖	1 g		水	90 g		かつおぶし	1 g		水	25 g	
しょうゆ(濃口)	3 g		カレーボール	1 こ		上白糖	0.8 g		肉包ワントン	30 g	
みりん	3 g		てんぷら油	5 g		しょうゆ(薄口)	2 g		てんぷら油	5 g	
料理酒	2.5 g		パイナップル缶	30 g					みかんゼリー	1 こ	
片栗粉	0.3 g		ナタデココ	10 g							
キャベツ	30 g		カットゼリー(みかん)	20 g							
きゅうり	10 g										
わかめ	0.5 g										
上白糖	3 g										
しょうゆ(薄口)	3 g										
麦	3 g										
ご	0.3 g										
オリーブオイル	0.5 g										
すりごま	0.5 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 ピ:落花生 上:えび 蟹:かに 鮑:あわび 肉: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 牛: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 ビ:ビスタチオ

ア レ ル ギ ー 食 品 使 用 予 定 献 立 表 (令和8年10月1日～令和8年10月30日)

献立ブロック (小学生)

10月14日(水)			10月15日(木)			10月16日(金)			10月19日(月)		
御飯 野菜ジュース 高野豆腐の煮物 鯖の味噌煮 ほうれん草とたくあんのごま和え			コッペパン 牛乳 白菜のスープ グリルチキンのゆず醤油がけ さつまいものサラダ			御飯 牛乳 コンソメスープ ドライカレー スパゲティサラダ			御飯 牛乳 白菜の味噌汁 豚肉の生姜焼き風 わかめときゅうりの酢の物		
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	
り 野菜ジュース(アップル&キウイ)	1 本		乳 牛乳	1 本		乳 牛乳	1 本		乳 牛乳	1 本	
豆 高野豆腐	7 g			30 g		鶏 鶏肉むね皮つき	15 g		豆 豆腐	25 g	
大根	40 g			15 g		玉ねぎ	35 g		白菜	20 g	
ちくわ	10 g			25 g		人参	10 g		人参	10 g	
豆 がんもどき	15 g		豆鶏豚 肉だんご	20 g		ブロッコリー	10 g		玉ねぎ	20 g	
人参	25 g		牛豆 コンソメ	1.1 g		牛豆 コンソメ	1 g		豆 油揚げ	4 g	
さやいんげん	5 g		麦豆 しょうゆ(薄口)	2.8 g		麦豆 しょうゆ(薄口)	2.8 g		豆 淡色みそ	7.5 g	
上白糖	3.6 g		水	120 g		水	125 g		粉未だし	0.5 g	
麦豆 しょうゆ(薄口)	4.8 g		豆鶏 グリルチキン	1 こ		豚 ももひき肉	20 g		水	125 g	
粉末だし	0.7 g		麦豆 和風ゆずしょうゆドレッシング	5 g		鶏 鶏ひき肉	10 g		豚 豚肉スライス	30 g	
みりん	1.2 g		豆 さつまいも	25 g		人参	10 g		玉ねぎ	50 g	
水	70 g		豆 ツナフレーク	5 g		人参	10 g		人参	10 g	
鯖豆 さばの味噌煮	1 こ			10 g		玉ねぎ	35 g		麦豆 生姜焼きのたれ	9.5 g	
ほうれん草	35 g			10 g		グリーンピース	3 g		サラダ油	0.3 g	
たくあん漬け(刻み)	10 g		豆 ノンエッグマヨネーズ	7 g		食塩	0.2 g		きゅうり	30 g	
ご すりごま	1 g		牛豆 コンソメ	0.25 g		白こしょう	0.02 g		わかめ	1.2 g	
麦豆 しょうゆ(濃口)	1.4 g		麦豆 しょうゆ(薄口)	0.3 g		おろしにんにく	0.3 g		麦 穀物酢	2.5 g	
			麦豆 黒こしょう	0.01 g		カレー粉	0.4 g		上白糖	2.7 g	
						トマトケチャップ	2.4 g		麦豆 しょうゆ(薄口)	2.5 g	
						ウスターソース	2.4 g				
						とんかつソース	1.2 g				
						しょうゆ(濃口)	0.5 g				
						ワイン(赤)	0.5 g				
						サラダ油	0.2 g				
						片栗粉	0.5 g				
						麦 スパゲティ	15 g				
						きゅうり	5 g				
						コーン	3 g				
						豆 ツナフレーク	5 g				
						サラダ油	1.3 g				
						麦 穀物酢	0.7 g				
						麦豆 しょうゆ(薄口)	0.7 g				
						食塩	0.17 g				
						白こしょう	0.01 g				
						豆 ノンエッグマヨネーズ	4.5 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 効:いか ら:いくら レ: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 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 マ:マカダミナッツ ビス:ピスタチオ

ア レ ル ギ ー 食 品 使 用 予 定 献 立 表 (令和8年10月1日～令和8年10月30日)

献立ブロック (小学生)

10月21日(水)			10月22日(木)			10月23日(金)			10月26日(月)																																																																																																																																																																																																																								
減量チャーハン 牛乳 ワンタンスープ 大学いも 中華サラダ			コッペパン 牛乳 チンゲン菜のスープ キャベツときのこのスパゲティ 大根のサウザンサラダ チョコクリーム			御飯 牛乳 キムチチゲ風味噌汁 かぼちゃ春巻き チンゲン菜とちくわの中華和え			御飯 のおヨーグルト 田舎汁 鶏肉のレモン和え ブロッコリーの昆布和え																																																																																																																																																																																																																								
<table><tr><th>食品名</th><th>分量</th></tr><tr><td>米</td><td>1 食</td></tr><tr><td>チャーハンの素</td><td>17.14 g</td></tr><tr><td>牛乳</td><td>1 本</td></tr><tr><td>鶏肉むね皮つき</td><td>20 g</td></tr><tr><td>タンメン</td><td>7 g</td></tr><tr><td>人参</td><td>10 g</td></tr><tr><td>玉ねぎ</td><td>30 g</td></tr><tr><td>干しいたけ</td><td>1 g</td></tr><tr><td>根深ねぎ</td><td>3 g</td></tr><tr><td>中華スープの素</td><td>1 g</td></tr><tr><td>しょうゆ(薄口)</td><td>3 g</td></tr><tr><td>食塩</td><td>0.1 g</td></tr><tr><td>サラダ油</td><td>0.5 g</td></tr><tr><td>水</td><td>125 g</td></tr><tr><td>ざつまいも</td><td>60 g</td></tr><tr><td>てんぷら油</td><td>3 g</td></tr><tr><td>上白糖</td><td>6 g</td></tr><tr><td>黒ごま</td><td>0.5 g</td></tr><tr><td>しょうゆ(薄口)</td><td>0.8 g</td></tr><tr><td>水</td><td>3 g</td></tr><tr><td>はるさめ</td><td>6 g</td></tr><tr><td>きゅうり</td><td>20 g</td></tr><tr><td>コーン</td><td>5 g</td></tr><tr><td>しょうゆ(薄口)</td><td>3.3 g</td></tr><tr><td>穀物酢</td><td>3 g</td></tr><tr><td>上白糖</td><td>2 g</td></tr><tr><td>ごま油</td><td>0.8 g</td></tr><tr><td>中華スープの素</td><td>0.1 g</td></tr></table>			食品名	分量	米	1 食	チャーハンの素	17.14 g	牛乳	1 本	鶏肉むね皮つき	20 g	タンメン	7 g	人参	10 g	玉ねぎ	30 g	干しいたけ	1 g	根深ねぎ	3 g	中華スープの素	1 g	しょうゆ(薄口)	3 g	食塩	0.1 g	サラダ油	0.5 g	水	125 g	ざつまいも	60 g	てんぷら油	3 g	上白糖	6 g	黒ごま	0.5 g	しょうゆ(薄口)	0.8 g	水	3 g	はるさめ	6 g	きゅうり	20 g	コーン	5 g	しょうゆ(薄口)	3.3 g	穀物酢	3 g	上白糖	2 g	ごま油	0.8 g	中華スープの素	0.1 g	<table><tr><th>食品名</th><th>分量</th></tr><tr><td>コッペパン</td><td>1 こ</td></tr><tr><td>牛乳</td><td>1 本</td></tr><tr><td>チンゲン菜</td><td>15 g</td></tr><tr><td>人参</td><td>10 g</td></tr><tr><td>玉ねぎ</td><td>30 g</td></tr><tr><td>豆腐</td><td>25 g</td></tr><tr><td>チキン&ボークハム</td><td>7 g</td></tr><tr><td>しょうゆ(薄口)</td><td>3 g</td></tr><tr><td>中華スープの素</td><td>1 g</td></tr><tr><td>水</td><td>125 g</td></tr><tr><td>スパゲティ</td><td>12 g</td></tr><tr><td>豚ももひき肉</td><td>5 g</td></tr><tr><td>キャベツ</td><td>9 g</td></tr><tr><td>玉ねぎ</td><td>9 g</td></tr><tr><td>しめじ</td><td>3.5 g</td></tr><tr><td>えのきたけ</td><td>2.5 g</td></tr><tr><td>人参</td><td>4 g</td></tr><tr><td>しょうゆ(濃口)</td><td>1.5 g</td></tr><tr><td>オリーブオイル</td><td>0.2 g</td></tr><tr><td>粉末だし</td><td>0.5 g</td></tr><tr><td>食塩</td><td>0.1 g</td></tr><tr><td>白こしょう</td><td>0.03 g</td></tr><tr><td>大根</td><td>40 g</td></tr><tr><td>枝豆</td><td>5 g</td></tr><tr><td>ツナフレーク</td><td>5 g</td></tr><tr><td>サウザンドレッシング</td><td>7 g</td></tr><tr><td>チョコクリーム</td><td>1 こ</td></tr></table>			食品名	分量	コッペパン	1 こ	牛乳	1 本	チンゲン菜	15 g	人参	10 g	玉ねぎ	30 g	豆腐	25 g	チキン&ボークハム	7 g	しょうゆ(薄口)	3 g	中華スープの素	1 g	水	125 g	スパゲティ	12 g	豚ももひき肉	5 g	キャベツ	9 g	玉ねぎ	9 g	しめじ	3.5 g	えのきたけ	2.5 g	人参	4 g	しょうゆ(濃口)	1.5 g	オリーブオイル	0.2 g	粉末だし	0.5 g	食塩	0.1 g	白こしょう	0.03 g	大根	40 g	枝豆	5 g	ツナフレーク	5 g	サウザンドレッシング	7 g	チョコクリーム	1 こ	<table><tr><th>食品名</th><th>分量</th></tr><tr><td>米</td><td>1 食</td></tr><tr><td>牛乳</td><td>1 本</td></tr><tr><td>豚肉スライス</td><td>10 g</td></tr><tr><td>白菜キムチ</td><td>10 g</td></tr><tr><td>もやし</td><td>10 g</td></tr><tr><td>人参</td><td>15 g</td></tr><tr><td>トック</td><td>12 g</td></tr><tr><td>玉ねぎ</td><td>25 g</td></tr><tr><td>わかめ</td><td>0.3 g</td></tr><tr><td>サラダ油</td><td>0.2 g</td></tr><tr><td>ごま油</td><td>0.2 g</td></tr><tr><td>淡色みそ</td><td>7 g</td></tr><tr><td>粉末だし</td><td>0.5 g</td></tr><tr><td>水</td><td>125 g</td></tr><tr><td>かぼちゃ春巻き</td><td>2 こ</td></tr><tr><td>てんぷら油</td><td>4 g</td></tr><tr><td>チンゲン菜</td><td>35 g</td></tr><tr><td>ちくわ</td><td>10 g</td></tr><tr><td>上白糖</td><td>1.2 g</td></tr><tr><td>しょうゆ(薄口)</td><td>2 g</td></tr><tr><td>穀物酢</td><td>1.6 g</td></tr><tr><td>ごま油</td><td>0.48 g</td></tr></table>			食品名	分量	米	1 食	牛乳	1 本	豚肉スライス	10 g	白菜キムチ	10 g	もやし	10 g	人参	15 g	トック	12 g	玉ねぎ	25 g	わかめ	0.3 g	サラダ油	0.2 g	ごま油	0.2 g	淡色みそ	7 g	粉末だし	0.5 g	水	125 g	かぼちゃ春巻き	2 こ	てんぷら油	4 g	チンゲン菜	35 g	ちくわ	10 g	上白糖	1.2 g	しょうゆ(薄口)	2 g	穀物酢	1.6 g	ごま油	0.48 g	<table><tr><th>食品名</th><th>分量</th></tr><tr><td>米</td><td>1 食</td></tr><tr><td>ジョア・ブレーン</td><td>1 本</td></tr><tr><td>じゃがいも</td><td>25 g</td></tr><tr><td>大根</td><td>20 g</td></tr><tr><td>人参</td><td>10 g</td></tr><tr><td>根深ねぎ</td><td>3 g</td></tr><tr><td>油揚げ</td><td>5 g</td></tr><tr><td>わかめ</td><td>0.5 g</td></tr><tr><td>淡色みそ</td><td>7 g</td></tr><tr><td>粉末だし</td><td>0.5 g</td></tr><tr><td>水</td><td>130 g</td></tr><tr><td>鶏肉むね皮つき</td><td>60 g</td></tr><tr><td>食塩</td><td>0.2 g</td></tr><tr><td>白こしょう</td><td>0.04 g</td></tr><tr><td>片栗粉</td><td>4 g</td></tr><tr><td>小麦粉</td><td>6 g</td></tr><tr><td>てんぷら油</td><td>6 g</td></tr><tr><td>しょうゆ(濃口)</td><td>3 g</td></tr><tr><td>上白糖</td><td>3 g</td></tr><tr><td>穀物酢</td><td>1 g</td></tr><tr><td>レモン果汁</td><td>1 g</td></tr><tr><td>ブロッコリー</td><td>30 g</td></tr><tr><td>ツナフレーク</td><td>5 g</td></tr><tr><td>人参</td><td>10 g</td></tr><tr><td>塩昆布</td><td>1.2 g</td></tr><tr><td>しょうゆ(薄口)</td><td>0.6 g</td></tr></table>			食品名	分量	米	1 食	ジョア・ブレーン	1 本	じゃがいも	25 g	大根	20 g	人参	10 g	根深ねぎ	3 g	油揚げ	5 g	わかめ	0.5 g	淡色みそ	7 g	粉末だし	0.5 g	水	130 g	鶏肉むね皮つき	60 g	食塩	0.2 g	白こしょう	0.04 g	片栗粉	4 g	小麦粉	6 g	てんぷら油	6 g	しょうゆ(濃口)	3 g	上白糖	3 g	穀物酢	1 g	レモン果汁	1 g	ブロッコリー	30 g	ツナフレーク	5 g	人参	10 g	塩昆布	1.2 g	しょうゆ(薄口)	0.6 g
食品名	分量																																																																																																																																																																																																																																
米	1 食																																																																																																																																																																																																																																
チャーハンの素	17.14 g																																																																																																																																																																																																																																
牛乳	1 本																																																																																																																																																																																																																																
鶏肉むね皮つき	20 g																																																																																																																																																																																																																																
タンメン	7 g																																																																																																																																																																																																																																
人参	10 g																																																																																																																																																																																																																																
玉ねぎ	30 g																																																																																																																																																																																																																																
干しいたけ	1 g																																																																																																																																																																																																																																
根深ねぎ	3 g																																																																																																																																																																																																																																
中華スープの素	1 g																																																																																																																																																																																																																																
しょうゆ(薄口)	3 g																																																																																																																																																																																																																																
食塩	0.1 g																																																																																																																																																																																																																																
サラダ油	0.5 g																																																																																																																																																																																																																																
水	125 g																																																																																																																																																																																																																																
ざつまいも	60 g																																																																																																																																																																																																																																
てんぷら油	3 g																																																																																																																																																																																																																																
上白糖	6 g																																																																																																																																																																																																																																
黒ごま	0.5 g																																																																																																																																																																																																																																
しょうゆ(薄口)	0.8 g																																																																																																																																																																																																																																
水	3 g																																																																																																																																																																																																																																
はるさめ	6 g																																																																																																																																																																																																																																
きゅうり	20 g																																																																																																																																																																																																																																
コーン	5 g																																																																																																																																																																																																																																
しょうゆ(薄口)	3.3 g																																																																																																																																																																																																																																
穀物酢	3 g																																																																																																																																																																																																																																
上白糖	2 g																																																																																																																																																																																																																																
ごま油	0.8 g																																																																																																																																																																																																																																
中華スープの素	0.1 g																																																																																																																																																																																																																																
食品名	分量																																																																																																																																																																																																																																
コッペパン	1 こ																																																																																																																																																																																																																																
牛乳	1 本																																																																																																																																																																																																																																
チンゲン菜	15 g																																																																																																																																																																																																																																
人参	10 g																																																																																																																																																																																																																																
玉ねぎ	30 g																																																																																																																																																																																																																																
豆腐	25 g																																																																																																																																																																																																																																
チキン&ボークハム	7 g																																																																																																																																																																																																																																
しょうゆ(薄口)	3 g																																																																																																																																																																																																																																
中華スープの素	1 g																																																																																																																																																																																																																																
水	125 g																																																																																																																																																																																																																																
スパゲティ	12 g																																																																																																																																																																																																																																
豚ももひき肉	5 g																																																																																																																																																																																																																																
キャベツ	9 g																																																																																																																																																																																																																																
玉ねぎ	9 g																																																																																																																																																																																																																																
しめじ	3.5 g																																																																																																																																																																																																																																
えのきたけ	2.5 g																																																																																																																																																																																																																																
人参	4 g																																																																																																																																																																																																																																
しょうゆ(濃口)	1.5 g																																																																																																																																																																																																																																
オリーブオイル	0.2 g																																																																																																																																																																																																																																
粉末だし	0.5 g																																																																																																																																																																																																																																
食塩	0.1 g																																																																																																																																																																																																																																
白こしょう	0.03 g																																																																																																																																																																																																																																
大根	40 g																																																																																																																																																																																																																																
枝豆	5 g																																																																																																																																																																																																																																
ツナフレーク	5 g																																																																																																																																																																																																																																
サウザンドレッシング	7 g																																																																																																																																																																																																																																
チョコクリーム	1 こ																																																																																																																																																																																																																																
食品名	分量																																																																																																																																																																																																																																
米	1 食																																																																																																																																																																																																																																
牛乳	1 本																																																																																																																																																																																																																																
豚肉スライス	10 g																																																																																																																																																																																																																																
白菜キムチ	10 g																																																																																																																																																																																																																																
もやし	10 g																																																																																																																																																																																																																																
人参	15 g																																																																																																																																																																																																																																
トック	12 g																																																																																																																																																																																																																																
玉ねぎ	25 g																																																																																																																																																																																																																																
わかめ	0.3 g																																																																																																																																																																																																																																
サラダ油	0.2 g																																																																																																																																																																																																																																
ごま油	0.2 g																																																																																																																																																																																																																																
淡色みそ	7 g																																																																																																																																																																																																																																
粉末だし	0.5 g																																																																																																																																																																																																																																
水	125 g																																																																																																																																																																																																																																
かぼちゃ春巻き	2 こ																																																																																																																																																																																																																																
てんぷら油	4 g																																																																																																																																																																																																																																
チンゲン菜	35 g																																																																																																																																																																																																																																
ちくわ	10 g																																																																																																																																																																																																																																
上白糖	1.2 g																																																																																																																																																																																																																																
しょうゆ(薄口)	2 g																																																																																																																																																																																																																																
穀物酢	1.6 g																																																																																																																																																																																																																																
ごま油	0.48 g																																																																																																																																																																																																																																
食品名	分量																																																																																																																																																																																																																																
米	1 食																																																																																																																																																																																																																																
ジョア・ブレーン	1 本																																																																																																																																																																																																																																
じゃがいも	25 g																																																																																																																																																																																																																																
大根	20 g																																																																																																																																																																																																																																
人参	10 g																																																																																																																																																																																																																																
根深ねぎ	3 g																																																																																																																																																																																																																																
油揚げ	5 g																																																																																																																																																																																																																																
わかめ	0.5 g																																																																																																																																																																																																																																
淡色みそ	7 g																																																																																																																																																																																																																																
粉末だし	0.5 g																																																																																																																																																																																																																																
水	130 g																																																																																																																																																																																																																																
鶏肉むね皮つき	60 g																																																																																																																																																																																																																																
食塩	0.2 g																																																																																																																																																																																																																																
白こしょう	0.04 g																																																																																																																																																																																																																																
片栗粉	4 g																																																																																																																																																																																																																																
小麦粉	6 g																																																																																																																																																																																																																																
てんぷら油	6 g																																																																																																																																																																																																																																
しょうゆ(濃口)	3 g																																																																																																																																																																																																																																
上白糖	3 g																																																																																																																																																																																																																																
穀物酢	1 g																																																																																																																																																																																																																																
レモン果汁	1 g																																																																																																																																																																																																																																
ブロッコリー	30 g																																																																																																																																																																																																																																
ツナフレーク	5 g																																																																																																																																																																																																																																
人参	10 g																																																																																																																																																																																																																																
塩昆布	1.2 g																																																																																																																																																																																																																																
しょうゆ(薄口)	0.6 g																																																																																																																																																																																																																																
市教委が決定した除去食対象者向け			チョコクリーム ↓ チョコクリームに変更 (アレルゲンなし)																																																																																																																																																																																																																														

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ピ:落花生 上:えび 蟹:かに 鮑:あわび いか:いか ら:いくら 橙: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 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 マ:マカダミナッツ ビ:ビスタチオ

ア レ ル ギ ー 食 品 使 用 予 定 献 立 表 (令和8年10月1日～令和8年10月30日)

献立ブロック (小学生)

10月27日(火)			10月28日(水)			10月29日(木)			10月30日(金)			
御飯 牛乳 ポークハヤシ オムレツ キャベツとれんこんの梅和え			御飯 牛乳 じゃがいもの味噌汁 鰯のおかか煮 卵の花炒め			減量スーパー大麦とひじきの五目ご飯 牛乳 カレーうどん ポパイサラダ りんご			まるパン 牛乳 かぼちゃシチュー ポークミンチカツ ソース(小袋) キャベツときゅうりのサラダ			
	食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量		食品名	分量	
乳豚	米	1 食	乳	米	1 食	麦豆乳豚	米	1 食	麦豆乳鶏	まるパン	1 こ	
	牛乳	1 本		牛乳	1 本		牛乳	1 本		牛乳	1 本	
	豚肉スライス	25 g		じゃがいも	25 g		五目ご飯の素(大麦とひじき)	17.14 g		鶏肉むね皮つき	15 g	
	玉ねぎ	45 g		玉ねぎ	25 g		牛乳	1 本		玉ねぎ	35 g	
	人参	20 g		人参	10 g		豚肉スライス	30 g		人参	10 g	
	マッシュルーム	5 g		ちくわ	10 g		人参	10 g		かぼちゃ	30 g	
	グリーンピース	5 g		わかめ	0.3 g		玉ねぎ	20 g		シチュールウ(28品目不使用)	14 g	
	ハヤシルウ	13 g		淡色みそ	7 g		根深ねぎ	3 g		パセリ(乾燥)	0.01 g	
	トマトケチャップ	5 g		粉末だし	0.5 g		うどん	50 g		サラダ油	0.3 g	
	り	中濃ソース		2 g	水		125 g	麦豆		カレールウ(28品目不使用)	5 g	ワイン(白)
	白こしょう	0.1 g	麦豆鶏	いわしのおかか煮	1 こ		サラダ油	0.3 g	水	100 g		
	サラダ油	0.5 g		おから	10 g	麦豆	ウスターソース	1.5 g	麦豆豚	ポークミンチカツ	1 こ	
	ワイン(赤)	1 g		鶏肉むね皮つき	10 g	麦豆	しょうゆ(濃口)	1.5 g		てんぷら油	6 g	
	水	80 g		人参	5 g		粉末だし	0.2 g		とんかつソース	1 こ	
卵豆鶏	オムレツ	1 こ		ごぼう	5 g		水	85 g		キャベツ	30 g	
	キャベツ	30 g		つきこんにゃく	5 g		ほうれん草	30 g		きゅうり	5 g	
豆	ツナフレーク	5 g		油揚げ	2 g		人参	7 g		サラダ油	1.2 g	
	れんこん	10 g		根深ねぎ	3 g		コーン	7 g		麦	穀物酢	0.7 g
麦豆	しょうゆ(薄口)	1.6 g		上白糖	2 g		ノンエッグマヨネーズ	4 g		食塩	0.2 g	
	練り梅	0.5 g	麦豆	しょうゆ(薄口)	2 g		しょうゆ(薄口)	1.2 g		白こしょう	0.02 g	
り	減塩梅びしお	0.25 g		みりん	0.5 g	麦豆	穀物酢	1 g		上白糖	0.5 g	
	上白糖	1 g		粉末だし	0.5 g	麦	上白糖	1 g				
	しそご飯の素	0.1 g		サラダ油	0.3 g		食塩	0.1 g				
				水	12 g		白こしょう	0.03 g				
						り	カットりんご	1 こ				
市教委が決定した除去食対象者向け						五目ご飯の素には「えび・かに」の生息域で採取している食材を使用しています。						
オムレツ ↓ ボイルウインナーに変更 (豚肉を含む)												

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ピ:落花生 上:えび 蟹:かに 鮑:あわび いか: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 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 マ:マカダミナッツ ビ:ビスタチオ