

アレルギー食品使用予定献立表(令和6年1月10日~令和6年1月31日)

献立ブロック (小学生)

1月10日(水)		1月11日(木)		1月12日(金)		1月15日(月)	
御飯 牛乳 団子汁 真鯛の塩焼き 水菜のはりはり漬け		減量コッペパン 牛乳 クリームシチュー ポイルシャウエッセン ブロッコリーのサラダ		わかめごはん 牛乳 鶏すきうどん キャベツとコーンのごまマヨサラダ みかん		カレーライス(麦御飯) のむヨーグルト ささみポテトカツ コールスローサラダ	
食品名	分量	食品名	分量	食品名	分量	食品名	分量
米 牛乳 白玉(白) 白玉(赤) 人参 大根 蒸しかまぼこ 油揚げ カットわかめ 淡色みそ 和風だしの素 水 たい(まだい)天然 料理酒 食塩 切干大根 人参 水菜 穀物酢 しょうゆ(薄口) 上白糖 すりごま	1食 1本 15g 15g 10g 25g 10g 4g 0.4g 8g 0.6g 120g 2g 2g 0.5g 4g 7g 8g 3g 2.5g 2g 0.5g	減量コッペパン 牛乳 鶏肉むね皮つき10g 玉ねぎ 人参 じゃがいも シチュールウ サラダ油 食塩 こしょう ワイン(白) 水 豚 ジャウエッセン ブロッコリー コーン 人参 しょうゆ(薄口) ごまドレッシング	1こ 1本 15g 30g 15g 30g 14g 0.3g 0.2g 0.03g 1g 90g 2本 40g 10g 5g 0.5g 5g	米 わかめ御飯の素 牛乳 鶏肉むね皮つき10g 麦 冷凍うどん こんにゃく(つき) 豆ゼ 冷凍焼き豆腐 玉ねぎ 根深ねぎ 上白糖 サラダ油 しょうゆ(濃口) しょうゆ(薄口) 水 キャベツ コーン マヨネーズ すりごま しょうゆ(薄口) 穀物酢 みかん	1食 1g 1本 25g 40g 30g 40g 40g 8g 3.5g 0.2g 4.5g 3.5g 12g 30g 10g 4g 2g 1.2g 1g 1こ	米 米粒麦 豚肉スライス じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリーンピース サラダ油 食塩 こしょう 中濃ソース ワイン(白) カレールウ 水 ショア:ブルーベリー:味 ささみポテトカツ 天ぷら油 キャベツ 人参 コーン マヨネーズ 穀物酢 上白糖 食塩 こしょう	1食 6g 20g 40g 40g 20g 5g 0.3g 0.3g 0.08g 3g 1g 14g 90g 1本 1こ 5g 30g 7g 5g 5g 1.6g 1.2g 0.1g 0.03g
アレルギー除去食対応		今月のシチュールウはアレルギー対応で提供します		アレルギー除去食対応		今月のカレールウはアレルギー対応で提供します	

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ピ:落花生 比: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 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6年1月10日~令和6年1月31日)

献立ブロック (小学生)

1月16日(火)		1月17日(水)		1月18日(木)		1月19日(金)	
御飯 牛乳 もずくたっぷりワタンスープ ピビンバ わかめと大根の中華あえ		御飯 牛乳 マーボー豆腐 春巻き チンゲン菜とちくわのナムル		減量パン 牛乳 焼きそば ブロッコリーと大豆のマリネ ミニフィッシュ		御飯 牛乳 白菜の和風スープ 小野産キャベツの鶏つくね れんこんとにんじんのサラダ	
食品名	分量	食品名	分量	食品名	分量	食品名	分量
米 牛乳 小麦豚ご ワタダン 人参 玉ねぎ もずく 麦牛豆 ブイオン 麦豆 しょうゆ(薄口) 水 豚 豚肉スライス 玉ねぎ 人参 小松菜・冷凍 黄パプリカ ガーリックパウダー 食塩 麦豆 しょうゆ(濃口) 麦豆 しょうゆ(薄口) 上白糖 ご ごま油 七味唐辛子 ご サラダ油 ご ガツドわかめ 大根 豆 枝豆 麦豆 しょうゆ(薄口) ご ごま油 ご いりごま 食塩	1食 1本 12g 10g 20g 15g 0.8g 2.7g 125g 25g 20g 15g 10g 5g 0.02g 0.1g 2.2g 2.2g 2.3g 0.15g 0.01g 0.2g 0.5g 30g 5g 1.2g 1g 0.5g 0.15g	米 牛乳 豚 冷凍豆腐 豚ももひき肉 おろし生姜 玉ねぎ 人参 根深ねぎ サラダ油 豆 淡色みそ 上白糖 麦豆 しょうゆ(薄口) 料理酒 てんぷん 一味唐辛子 水 麦豆鶏ご 春巻 天ぷら油 チンゲンサイ 焼きちくわ 麦豆ご しょうゆ(薄口) ご ごま油 ご いりごま 食塩	1食 1本 70g 30g 0.7g 45g 20g 5g 0.2g 6g 1g 5g 1.5g 1.8g 0.03g 25g 1食 5g 40g 7g 1g 0.5g 0.5g 0.1g	麦 減量コッペパン ドライパン 牛乳 焼きそばめん 豚 豚肉スライス 伪 いか 豆 さつまあげ キャベツ 玉ねぎ 人参 粉がつお ごしょう リ とんかつソース ウスターソース サラダ油 ブロッコリー 豆 ゆて大豆 豆 まぐろ油漬ブロック 穀物酢 上白糖 食塩 麦牛豆 オリーブオイル ブイオン ごしょう ミニフィッシュ	1こ 4.5g 1本 25g 20g 15g 10g 40g 30g 10g 0.6g 0.05g 14g 4g 0.4g 35g 5g 5g 2.5g 1.5g 0.3g 1.5g 0.2g 0.05g 1こ	米 牛乳 豆 白菜 人参 冷凍厚揚げ 干しいたけ もやし オクラ 料理酒 麦豆 しょうゆ(薄口) 食塩 和風だしの素 水 鶏豚 キャベツ入り平つくね れんこん・スライス 人参 コーン 豆 マヨネーズ ご すりごま 麦豆 しょうゆ(薄口) 穀物酢	1食 1本 25g 10g 12g 0.3g 10g 5g 5g 2.5g 0.4g 0.4g 125g 1こ 15g 10g 10g 4g 2g 1.2g 1g
アレルギー 除去食対応							

麦:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ピ:落花生 比:えび 蟹:かに 鮑:あわび 伪: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 せ: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6年1月10日~令和6年1月31日)

献立ブロック (小学生)

1月22日(月)		1月23日(火)		1月24日(水)		1月25日(木)	
コーンピラフ オレンジジュース ミネストローネ おさつコロッケ 大根のイタリアンサラダ		御飯 牛乳 みぞれ汁 和風あんかけハンバーグ ほうれん草ともやしの甘酢あえ		御飯 牛乳 味噌おでん 白菜のおかかあえ りんごゼリー		黒糖パン 牛乳 塩こうじポトフ 野菜豆腐ナゲット フルーツあえ	
食品名	分量	食品名	分量	食品名	分量	食品名	分量
米 コーンピラフの素 オレンジジュース ジャワエッセンス 人参 玉ねぎ キャベツ マカロニ 食塩 こしょう ブイヨン トマト缶(ダイス) ケチャップ 上白糖 水 おさつコロッケ 天ぷら油 大根 枝豆 ぎよにくハム イリアド レシグ	1食 5.6g 1本 12g 10g 25g 20g 4g 0.2g 0.03g 1g 8.5g 11g 0.5g 125g 1こ 5g 40g 5g 3g 5g	米 牛乳 大根 油揚げ 木綿豆腐 さつまあげ 人参 根深ねぎ かつお節だしパック しょうゆ(薄口) 食塩 てんぷん 水 ハンバーグ 料理酒 しょうゆ(薄口) みりん 上白糖 てんぷん ほうれん草 もやし 上白糖 穀物酢 食塩	1食 1本 25g 4g 30g 7g 12g 5g 2g 5g 0.2g 0.5g 120g 1こ 2.5g 1.6g 3g 1g 0.4g 35g 10g 2.5g 2.5g 0.35g	米 牛乳 牛肉ソルダール 大根 人参 こんにゃく(板) 厚揚げ 焼きちくわ しょうゆ(薄口) しょうゆ(濃口) 赤味噌 料理酒 上白糖 水 白菜 人参 花かつお・カット しょうゆ(薄口) りんごゼリー	1食 1本 20g 45g 30g 20g 30g 15g 1g 1g 5g 1g 2.7g 35g 50g 7g 0.5g 2g 1こ	小麦 黒砂糖 牛乳 ウイニー ブロッコリー 玉ねぎ 人参 キャベツ しめじ サラダ油 塩こうじ こしょう ブイヨン しょうゆ(薄口) ワイン(白) 水 野菜豆腐ナゲット 天ぷら油 パイナップル缶 ナタデココ みかん缶	1こ 6.6g 1本 12g 15g 30g 15g 15g 5g 0.3g 4g 0.03g 1.2g 1g 2g 125g 2こ 5g 30g 10g 20g
アレルギー 除去食対応							

表:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ピ:落花生 上:えび 蟹:かに 鮑:あわび ｲ:いから ｲ:いくら ｻ:オレンジ キ:キウイフルーツ 牛:牛肉 ｸ:くるみ 鮭:さけ 鯖:さば 豆:大豆
鶏:鶏肉 豚:豚肉 マ:まつたけ 桃:もも 芋:やまいも リ:りんご ぜ: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6年1月10日~令和6年1月31日)

献立ブロック (小学生)

1月26日(金)			1月29日(月)			1月30日(火)			1月31日(水)		
御飯 牛乳 キムチスープ スタミナ納豆 ほうれん草の塩こうじ和え			御飯 牛乳 なめこの味噌汁 鶏肉のしっとり甘酒焼き 玉ねぎときゅうりの酢の物			御飯 のむヨーグルト かす汁 さばの醤油こうじ焼き 春雨の黒酢サラダ			御飯 牛乳 小松菜のすまし汁 ポークミンチカツ ひじきとおからの炒め煮		
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食	米		1食	米		1食	米		1食
牛乳		1本	牛乳		1本	ショア:マスカット味		1本	牛乳		1本
豚肉スライス	15g		木綿豆腐	30g		豚肉スライス	15g		木綿豆腐	30g	
白菜キムチ	12g		油揚げ	4g		油揚げ	4g		焼きちくわ	10g	
もやし	10g		カットわかめ	0.3g		ごぼう	12g		人参	15g	
玉ねぎ	25g		人参	10g		焼きちくわ	5g		小松菜・冷凍	10g	
カットわかめ	0.3g		玉ねぎ	30g		こんにやく(つき)	15g		油揚げ	6g	
春雨(スープ用)	3g		なめこ	7g		人参	10g		かつお節だしパック	2g	
淡色みそ	5g		淡色みそ	7g		根深ねぎ	5g		食塩	0.2g	
中華スープの素	0.5g		和風だしの素	0.5g		淡色みそ	7g		しょうゆ(薄口)	4.7g	
料理酒	1g		水	120g		酒かす	6g		水	120g	
しょうゆ(薄口)	1.5g		鶏肉むね皮つき15g	55g		和風だしの素	0.5g		ポークミンチカツ	1こ	
ごま油	0.5g		甘酒	3.6g		水	125g		天ぷら油	5g	
水	120g		上白糖	2g		そば:切り身	1切		干しひじき	2g	
鶏ひき肉	20g		食塩	0.2g		醤油こうじ	5g		おから	10g	
挽きわり納豆	10g		しょうゆ(薄口)	2.4g		春雨サラダ用	5g		人参	6g	
人参	10g		おろし生姜	0.5g		きゅうり	23g		さつまあげ	6g	
根深ねぎ	5g		玉ねぎ	15g		ぎょにくハム	3g		枝豆	3g	
おろしにんにく	0.4g		きゅうり	30g		しょうゆ(薄口)	3.5g		和風だしの素	0.2g	
おろし生姜	0.4g		まぐろ油漬7レク	5g		黒酢	1.5g		上白糖	1.5g	
ごま油	0.5g		穀物酢	2g		穀物酢	0.7g		料理酒	0.5g	
上白糖	1.3g		上白糖	2g		上白糖	1.8g		しょうゆ(薄口)	1.3g	
料理酒	1g		しょうゆ(薄口)	2g		ごま油	0.8g		サラダ油	0.3g	
しょうゆ(薄口)	3g								水	6g	
一味唐辛子	0.01g										
ほうれん草	40g										
えのきたけ	7g										
塩こうじ	2g										
オリーブオイル	0.4g										
しょうゆ(薄口)	0.5g										
穀物酢	0.1g										
アレルギー 除去食対応											

表:小麦 卵:卵 乳:乳 蕎:そば ピ:落花生 上:えび 蟹:かに 鮑:あわび 佻:いか 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 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