

アレルギー用明細献立表 (6西部)

令和6年5月1日水曜 ~ 令和6年5月31日金曜

1(水)	2(木)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	13(月)	14(火)	15(水)
B	B	B	B	B	B	B	B	B
コッペパン	たけのごはん	ごはん	まるパン	ごはん	ごはん	わかめごはん	ごはん	コッペパン
ミネストローネ オリーブ油 0.5 おろしにんにく 0.4 セロリー 5. 豚もも肉 15. 酒 1. たまねぎ(むき) 20. にんじん 10. じゃが芋 15. 大豆(乾) 5. トマト水煮 25. ケチャップ 3. ベジダン 3. 白しょうゆ 2. 塩 0.1 こしょう 0.02 パセリ(乾) 0.03	豆腐のすまし汁 かまぼこ 10. だいこん 15. たまねぎ(むき) 15. にんじん 10. 豆腐 20. わかめ 0.4 白しょうゆ 4. 塩 0.2 酒 0.5 花かつお(ダシ) 1.7 だし昆布 0.5	山菜汁 にんじん 10. はくさい 15. 細切かぼ(コ) 10. 山菜水煮 10. だいこん 15. えのきたけ 3. 白しょうゆ 4. 塩 0.3 酒 1. かつお厚削り(ダシ) 2.2	オニオンスープ 油P 0.5 ショルダ [®] バーコン(切) 8. (ダ)ホウワダ [®] (切) 15. たまねぎ 25. にんじん 10. しめじ 5. ホールコーン 10. パセリ(乾) 0.03 チキ [®] ガラスープ [®] 8. 塩 0.7 しょうゆ 1. こしょう 0.02	春キャベツのスープ 油P 0.5 豚肉(肩・もも) 10. たまねぎ 20. にんじん 10. 春キャベツ 30. セロリー 3. 塩 0.5 こしょう 0.02 しょうゆ 2. チキ [®] ガラスープ [®] 5.	厚揚げのみそ汁 だいこん 20. にんじん 10. しめじ 5. たまねぎ 10. 厚揚げ 20. 長ねぎ 5. 煮干し 2.2 みそ 7.5	キムチ汁 豚肉(肩・もも) 10. にんじん 15. たまねぎ 15. 豆腐 25. 白菜キムチ漬 10. 長ねぎ 5. 花かつお(ダシ) 2. しょうゆ 4. 酒 1.	若竹汁 鶏ムネ肉 5. たけのこ(切) 10. たまねぎ(むき) 15. にんじん 10. だいこん 10. わかめ 0.7 白しょうゆ 3.5 酒 1. 塩 0.2 花かつお(ダシ) 2.3	肉だんごスープ にんじん 10. たまねぎ(むき) 20. はくさい 15. しめじ 5. 肉だんご 30. チキ [®] ガラスープ [®] 5. 塩 0.2 しょうゆ 3. 酒 1. こしょう 0.02 小松菜 5.
	子持ちししゃもフライ 子持ちししゃも(卵なし) 2. 個 揚げ油 6.	厚揚げと豚肉のみそ揚げ炒 油P 1. おろししょうが 0.4 おろしにんにく 0.4 トウ [®] ンジャン 0.2 豚肉(肩・もも) 20. 厚揚げ 35. 白菜キムチ漬 10. ピーマン 5. キャベツ 25. みそ 1.5 酒 0.8 さとう 0.2 塩 0.1 オイスターソース 0.8 でんぷん 0.6	鶏肉のマーマレード焼き 鶏ムネ肉(下味) 1. 個	あじフライ あじ松葉開きフライ 1. 個 揚げ油 4. 中濃ソースP 5.	ハンバーグバーベキューソース 国産ハンバーグ 1. 個 たまねぎ(むき) 2. おろししょうが 0.2 しょうゆ 2.5 みりん 1. りんごビ [®] ューレ 8. さとう 0.8	鶏唐揚げ(2個) 鶏むね肉(下味) 2. 個 コーンスタ [®] チ 4. でんぷん 4. 揚げ油 7.	さごしのおろしポン酢 さごし 1. 個 だいこん 10. しょうゆ 3. さとう 1. 米酢 1. レモン汁(凍) 1.	ミートペンネ マカロニ(バンネ) 10. 塩(ゆで) 0.5 オリーブ油 0.5 おろしにんにく 0.3 豚ももひき肉 20. たまねぎ(むき) 15. ピーマン 3. 赤ワイン 1. ケチャップ 10. トマト水煮 15. こしょう 0.03 中濃ソース 1. 塩 0.3
タンドリーチキン 鶏ムネ肉(下味) 1. 枚 おろしにんにく 0.2 おろししょうが 0.2 ヨーグルト 4. さとう 0.5 トマトビ [®] ューレ 0.6 油P 0.5 カレー粉 0.4	ゆかりあえ キャベツ 30. きゅうり 7. にんじん 10. ゆかり 0.5 海水塩 0.3 米酢 0.5	マヨポテトサラダ 生辛 じゃが芋 20. にんじん 5. きゅうり 7. キャベツ 20. (東)ローズハム(切) 5. 海水塩 0.1 こしょう 0.02 米酢 1. 油P 7.	かぼちゃサラダ3 かぼちゃ(凍) 30. きゅうり 7. キャベツ 10. にんじん 5. 海水塩 0.3 こしょう 0.02 米酢 1. 油P 1.	ツナサラダ ツナフレーク 5. キャベツ 30. きゅうり 7. にんじん 5. 米酢 1. ごま油 0.3 こしょう 0.02 白しょうゆP 1. さとう(チ [®] ダ [®]) 0.5	もやしとコーンのサラダ もやし 30. きゅうり 7. にんじん 5. ホールコーン 10. ごま油 0.5 白しょうゆP 2.5 さとう(チ [®] ダ [®]) 0.5	おかかあえ キャベツ 30. 小松菜 5. にんじん 10. 白しょうゆP 2. 花かつお(チ [®] ダ [®]) 0.5	海そうサラダ キャベツ 25. きゅうり 7. にんじん 5. 海そうサラダ 1. 米酢 1. 海水塩 0.3 こしょう 0.02 油P 1.	
ユールスローサラダ キャベツ 35. きゅうり 7. にんじん 10. 米酢 0.7 レモン汁 0.3 油P 1. 海水塩 0.35 こしょう 0.02	かしわもち かしわもち 1. 個	もやしのナムル きゅうり 10. もやし 30. ほうれんそう 5. にんじん 5. 海水塩 0.05 白しょうゆP 2. ごま油 1. 白いりごま 1.				豆乳いちごグループ いちごグループ(乳卵小麦なし) 1. 個		
◆コッペパン ◆トマト水煮	◆たけのごはん ◆かまぼこ ◆子持ちししゃもフライ(卵なし) ◆かしわもち	◆山菜水煮 ◆白菜キムチ漬	◆まるパン ◆ショルダ [®] バーコン(切) ◆鶏ムネ肉(下味)	◆あじ松葉開きフライ	◆国産ハンバーグ	◆わかめごはん ◆鶏むね肉(下味) ◆いちごグループ(乳卵小麦なし)		◆肉だんご

分量は小学校中学年を基準にしています。小学校低学年は0.9、高学年は1.2、中学校は1.3の係数をかけたものが実際の分量となります。なお、各食品の分量の単位は g です。

アレルギー用明細献立表 (6西部)

令和6年5月1日水曜 ～ 令和6年5月31日金曜

16(木)	17(金)	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	27(月)	28(火)
B	B	B	B	B	B	B	B	B
ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	まるパン	ごはん	ごはん	ごはん	玄米入りごはん (2割ブレッド)
みそ豚骨蕎麦類スープ 豚肩ひき肉 15. トウパツジャン 0.2 おろしにんにく 0.2 おろししょうが 0.5 もやし 10. ホールコーン 5. チンゲンサイ 5. こんにやく麺 40. チキンガスープ 5. ポークガラパック 5. 油P 0.5 酒 1. 黒こしょう 0.01 白しょうゆ 2. みそ 6. 大豆の華 粒 3.	凍り豆腐の味噌汁 だいこん 10. にんじん 10. はくさい 25. 油揚げ 5. こおり豆腐 1.5 小松菜 5. 煮干し 2.3 みそ 7.5 レバーと豚肉のチャップ和え 豚レバー(下味) 20. 豚もも肉(揚げがらめ用) 35. でんぷん 7. コーンスターチ 5. 揚げ油 7. 中濃ソース 4. ケチャップ 7. さとう 1. 水 2. カレー粉 0.15	豆腐のみそ汁 だいこん 15. にんじん 10. えのきたけ 5. たまねぎ(むき) 20. 豆腐 20. 小松菜 5. 煮干し 2.1 みそ 7.5 かつおのすけ揚げ かつお角切り(下味) 40. ごぼう(切) 30. でんぷん 5. コーンスターチ 4. 揚げ油 8. しょうゆ 1.5 さとう 1. おろしにんにく 0.1 水 3.	いも団子汁 鶏ムネ肉 10. だいこん 20. にんじん 10. えのきたけ 5. いも団子 30. みつば 3. 塩 0.1 酒 1. しょうゆ 4. 花かつお(ダシ) 1.5 鶏肉のきのこあんかけ 鶏ムネ肉 1. 枚 しめじ 3. たまねぎ 2. おろししょうが 0.2 しょうゆ 2.5 みりん 0.5 さとう 2. 水 2. でんぷん 0.2	豆乳スープ 油P 0.5 豚肉(肩・もも) 10. 酒 1. たまねぎ(むき) 25. しめじ 7. にんじん 10. 大豆(乾) 5. 豆乳 10. みそ 6. 塩 0.2 こしょう 0.03 パセリ(乾) 0.03 チキンガスープ 5. メンチカツ メンチカツ 1. 個 揚げ油 5. 中濃ソースP 8.	豚汁 ごぼう(切) 5. 突こんにやく 10. 豚バラ肉 20. 酒 1. おろししょうが 0.5 たまねぎ(むき) 15. にんじん 5. だいこん 10. じゃが芋 20. 煮干し 1.8 みそ 7.5 長ねぎ 5.	ワンタンスープ 油P 0.3 たまねぎ(むき) 20. 豚ももひき肉 10. にんじん 10. しめじ 10. チキンガスープ 5. なたと 5. 塩 0.2 こしょう 0.02 白しょうゆ 4. ワンタン 8. チンゲンサイ 5.	マロニースープ ショウガ・ベーコン(切) 10. たまねぎ 10. にんじん 10. 塩 0.2 白しょうゆ 3.5 みりん 0.5 チキンガスープ 5. はくさい 20. チンゲンサイ 5. マロニー 5.	チキンカレー おろしにんにく 0.2 おろししょうが 0.2 鶏ムネ肉 20. たまねぎ(むき) 40. にんじん 20. じゃが芋(凍) 30. 油P 1. ケチャップ 5. りんごビューレ 5. チャツネ 1.5 カレールウ 10. ウスターソースP 1. しょうゆ 2. カレー粉 0.2 塩 0.2 ガラムマサラ 0.01 ちくわの蒲揚げ ちくわ(切) 2. 個 でんぷん 3. コーンスターチ 2. 揚げ油 5. しょうゆ 3. さとう 2. みりん 3. 水 2.
肉しゅうまい 肉シューマイ 2. 個 米酢 1.5 白しょうゆP 1.	まぜっこサラダ キヤベツ 30. きゅうり 7. にんじん 10. 揚げちりめん 3. 白いりごま 1.5 米酢 1. 油P 1. さとう(サダ) 0.2 白しょうゆP 1.5	コンニャク寒天の酢の物 キヤベツ 20. きゅうり 7. にんじん 10. コンニャク寒天 0.5 米酢 2. 海水塩 0.25 白しょうゆP 2. さとう(サダ) 1.	ほうれんそうのりマヨが もやし 35. にんじん 5. ほうれんそう 5. きゅうり 7. 白しょうゆP 1. ノンクマヨネーズ(サダ) 7. 角きざみのり(西) 0.2	アスパラサラダ キヤベツ 30. アスパラガス 10. にんじん 5. 米酢 1. 油P 1. 海水塩 0.3 こしょう 0.02 さとう(サダ) 0.2	アスパラサラダ キヤベツ 30. きゅうり 10. にんじん 5. 海水塩 0.2 米酢 1. さとう(サダ) 0.5 白しょうゆP 1. オリーブ油 0.5	メンチカツ キヤベツ 30. きゅうり 10. にんじん 5. 海水塩 0.2 米酢 1. さとう(サダ) 0.5 白しょうゆP 1. オリーブ油 0.5	チンジャオロース おろししょうが 0.5 豚もも肉 40. たまねぎ(むき) 25. たけのこ(切) 10. ビーマン 5. 油P 1. さとう 1. しょうゆ 3. オイスターソース 1. 酒 2. でんぷん 0.5	やさいグラタン やさいグラタン(乳小麦なし) 1. 個
大根の中巻あえ だいこん 35. きゅうり 7. にんじん 5. 白しょうゆP 2. 海水塩 0.1 ごま油 1. さとう(サダ) 0.4	まぜっこサラダ キヤベツ 30. きゅうり 7. にんじん 10. 揚げちりめん 3. 白いりごま 1.5 米酢 1. 油P 1. さとう(サダ) 0.2 白しょうゆP 1.5	コンニャク寒天の酢の物 キヤベツ 20. きゅうり 7. にんじん 10. コンニャク寒天 0.5 米酢 2. 海水塩 0.25 白しょうゆP 2. さとう(サダ) 1.	ほうれんそうのりマヨが もやし 35. にんじん 5. ほうれんそう 5. きゅうり 7. 白しょうゆP 1. ノンクマヨネーズ(サダ) 7. 角きざみのり(西) 0.2	アスパラサラダ キヤベツ 30. きゅうり 10. にんじん 5. 海水塩 0.2 米酢 1. さとう(サダ) 0.5 白しょうゆP 1. オリーブ油 0.5	アスパラサラダ キヤベツ 30. きゅうり 10. にんじん 5. 海水塩 0.2 米酢 1. さとう(サダ) 0.5 白しょうゆP 1. オリーブ油 0.5	アスパラサラダ キヤベツ 30. きゅうり 10. にんじん 5. 海水塩 0.2 米酢 1. さとう(サダ) 0.5 白しょうゆP 1. オリーブ油 0.5	チンジャオロース おろししょうが 0.5 豚もも肉 40. たまねぎ(むき) 25. たけのこ(切) 10. ビーマン 5. 油P 1. さとう 1. しょうゆ 3. オイスターソース 1. 酒 2. でんぷん 0.5	やさいグラタン やさいグラタン(乳小麦なし) 1. 個
肉シューマイ	豚レバー(下味)	かつお角切り(下味)	メンチカツ	豆乳	五目野菜肉だんご	豆乳	ちくわ(切)	玄米入りごはん(2割ブレッド)

分量は小学校中学年を基準にしています。小学校低学年は0.9、高学年は1.2、中学校は1.3の係数をかけたものが実際の分量となります。なお、各食品の分量の単位は g です。

