

# アレルギー用 明細献立表(西部学校給食センターAコース)

令和7年8月21日木曜 ~ 令和7年8月29日金曜

21(木)	22(金)	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)
A	A	A	A	A	A	A
ごはん	ごはん	ごはん	★アップルパン	ごはん	ごはん	★わかめごはん
<b>大根のみそ汁</b>	<b>具だくさんみそ汁</b>	<b>夏野菜カレー</b>	<b>オニオンスープ</b>	<b>野菜いっぱいスープ</b>	<b>みそワンドンスープ</b>	<b>蒟蒻麺スープ</b>
にんじん 10. だいこん 40. わかめ 0.6 油揚げ 5. 煮干し 1.5 みそ 7.5 小松菜 5.	だいこん 20. たまねぎ 15. キャベツ 15. にんじん 10. えのきたけ 5. 豆腐(凍) Fe添加 10. わかめ 0.3 煮干し 2. みそ 7.5 長ねぎ 5.	油P 1. おろししょうが 0.2 おろしにんにく 0.2 豚肩ひき肉 20. たまねぎ(むき) 30. にんじん 15. ズッキーニ 5. かぼちゃ(凍) 10. カレー粉 0.1 トマト水煮 15. ケチャップ 2.5 しょうゆ 1. 中濃ソース 1. チャツネ 2. カレールウ 9. ガラムマサラ 0.02	油P 0.5 鶏ムネ肉 10. ★(A)オニオン(凍) (MCC) 10. たまねぎ(むき) 25. にんじん 10. しめじ 10. ホールコーン 10. パセリ(乾) 0.03 チキンガラスープ 5. 塩 0.6 しょうゆ 1. こしょう 0.02	★(B)シヨルダールベーコン(切) 10. たまねぎ(むき) 15. にんじん 10. じゃが芋 20. キャベツ 20. 煮干し 1.5 塩 0.4 こしょう 0.2 しょうゆ 2.5	ごま油 0.3 豚ももひき肉 10. トウモロコシ 0.2 にんじん 10. えのきたけ 5. はくさい 15. 長ねぎ 8. ★ワンドン 8. みそ 7.5 しょうゆ 1. チキンガラスープ 10.	★こんにやく麺 30. ★焼き豚 10. ★なると 10. もやし 15. 長ねぎ 5. おろししょうが 0.3 おろしにんにく 0.3 チキンガラスープ 5. ポークガラスープ 5. 酒 1. しょうゆ 4. 黒こしょう 0.02 ごま油 0.5
<b>カラフル花火つくね</b>	<b>餃子</b>	<b>ナゲット</b>	<b>わと鶏ひき肉のマトリョシカパゲティ</b>	<b>たらみそマヨネーズ包み</b>	<b>いわしの韓国風</b>	<b>ポテトとチーズのカップ焼き</b>
鶏ひき肉 20. 豚ももひき肉 15. たまねぎ(むき) 15. ★えだまめ(炒) 5. おろししょうが 0.2 塩 0.2 こしょう 0.01 えのき水 5. 水 4. ピーマン 5. 赤パプリカ 5. 黄パプリカ 5. しょうゆ 2.2 さとう(サダ) 2. 酒 0.5 みりん 0.5 でんぷん 0.3 紙カップ	★ギョーザ(蒸し) 3. 個 米酢 1.5 白しょうゆP 1. 油P 0.5	★チキンナゲット 3 個	スパゲッティ 10. 鶏ひき肉 10. おろしにんにく 0.3 セロリー 2. なす 15. たまねぎ(むき) 20. ズッキーニ 5. しめじ 5. オリーブ油 0.4 トマト水煮 20. トマトピューレ 5. ケチャップ 10. 中濃ソース 1.5 さとう 0.9 塩 0.1 こしょう 0.03 赤ワイン 1.	★たらみそマヨネーズ包み 1. 個	いわし 1. 個 でんぷん 5. 揚げ油 5. 上白糖 2. しょうゆ 2.2 ごま油 0.7 にんにく 0.3 酒 2.2 みりん 2. 白いりごま 0.6 トウモロコシ 0.1	★ポテトとチーズのカップ焼き じゃが芋(凍) 40. たまねぎ(むき) 10. ★(B)シヨルダールベーコン(切) 8. オリーブ油 0.2 塩 0.2 ★シュレットチーズ 10. パセリ(乾) 0.02 紙カップ 1.
<b>きゅうりの中華あえ</b>	<b>松本の味 切昆布の煮物</b>	<b>ミネラルたっぷりサラダ</b>	<b>カラフルサラダ</b>	<b>冷やし中華風サラダ</b>	<b>あっさりポテトサラダ</b>	<b>ブロッコリーサラダ</b>
もやし 20. きゅうり 7. キャベツ 30. にんじん 5. 海水塩 0.15 米酢 2. さとう(サダ) 0.5 しょうゆ 2.3 ごま油 0.5 ★ラー油 0.02	豚肉(肩・もも) 15. 油揚げ 5. じゃが芋 25. なす 10. いんげん(凍) 5. 刻みこんぶ 0.5 油P 1.5 しょうゆ 1.5 みりん 0.9 さとう 0.6 酒 0.6 花かつお(ダシ) 0.3 水 7.5	茎わかめ(凍) 3. キャベツ 15. ごぼう(切) 5. にんじん 5. きゅうり 8. ホールコーン 3. 大豆(ドライパック) 5. 白いりごま 0.5 さとう(サダ) 2. しょうゆ 2. 米酢 2. 油P 1. 海水塩 0.1	キャベツ 35. きゅうり 7. 赤パプリカ 5. 黄パプリカ 5. 海水塩 0.1 米酢 1. さとう(サダ) 0.5 白しょうゆP 2. オリーブ油 0.5	★三色ウメシコンニャク 30. キャベツ 15. きゅうり 5. にんじん 4. 白しょうゆP 1.6 さとう(サダ) 0.6 海水塩 0.25 米酢 3. ごま油 0.25	じゃが芋(凍) 20. きゅうり 5. キャベツ 20. にんじん 5. 海水塩 0.35 こしょう 0.03 米酢 1.4 さとう(サダ) 0.6 油P 0.5	ブロッコリー(凍) 35. ホールコーン 10. にんじん 5. 海水塩 0.1 米酢 1. さとう(サダ) 0.5 白しょうゆP 1. 油P 0.5
						<b>豆乳チョコクレープ</b>
						★チョコクレープ 1. 個 (乳卵小麦なし)

砂糖、塩、しょうゆ、酒、みりん、でんぷんは記載がなくても使用する場合があります。  
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。