

令和7年10月1日水曜 ～ 令和7年10月31日金曜

1 ページ

1(水)	2(木)	3(金)	6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	14(火)
B ★コッペパン	B ごはん	B ごはん	B ごはん	B ごはん	B ★コッペパン	B ごはん	B ごはん	B ごはん
きのこ青菜のスープ ★(餅)ロースハム(切) しめじ えのきたけ にんじん セロリー 油P 塩 黒こしょう しょうゆ 小松菜 おろしにんにく ベジダン	はりはり汁 豚もも肉 長ねぎ はくさい 水菜 豆腐(凍) Fe添加 白しょうゆ 酒 みりん 花かつお(ダシ) しいら西京漬け焼 ★しいら西京漬け 鶏肉のレモンソース 鶏ムネ肉 でんぷん 揚げ油 白しょうゆ さとう レモン汁 みりん 海そうサラダ キャベツ きゅうり にんじん ★海そうサラダ 海水塩 さとう(サラダ) しょうゆ 米酢 油P 赤パプリカ ★オリブ・ビークル (スタップド) たまねぎ	じゃがいものみそ汁 煮干し 油揚げ たまねぎ わかめ じゃが芋 えのきたけ にんじん みそ そばろ丼(たまごなし) 油P 鶏ひき肉 大豆の華粒 ホールコーン ★えだまめ(ムキ) おろししょうが みりん しょうゆ 水 磯香あえ もやし きゅうり にんじん 白しょうゆP 角きざみのり(西)	ポークカレー 油P おろししょうが おろしにんにく 豚肉(肩・もも) たまねぎ(むき) にんじん じゃが芋(凍) 塩 カレー粉 ケチャップ ★りんごピューレ チャツネ カレールウ しょうゆ ウスターソースP ガラムマサラ 山賊焼き ★鶏むね肉(下味) でんぷん 揚げ油 梨 なし 塩	ごまみそ汁 しらたき にんじん さつま芋 はくさい 厚揚げ たまねぎ(むき) 煮干し みそ 白すりごま 長ねぎ カゴカマス塩こうじ焼き ★かこかます(下味) ひじきのサラダ もやし キャベツ ★(餅)ロースハム(切) さとう(サラダ) 油P 白しょうゆP 米酢 海水塩 ひじき しょうゆ さとう(サラダ) みりん	ジュリエンスープ 油P 豚もも肉 たまねぎ(むき) にんじん キャベツ チキンガラスープ 塩 白しょうゆ こしょう トマトソース肉団子 ★トマト肉団子 マヨポテトサラダ じゃが芋 にんじん きゅうり キャベツ ホールコーン 海水塩 こしょう 米酢 ノンエッグ マヨネーズ(サラダ)	具だくさんみそ汁 しめじ だいこん たまねぎ はくさい にんじん えのきたけ 長ねぎ 煮干し みそ わさびコロッケ ★わさびコロッケ 揚げ油 中濃ソースP 塩丸いか酢の物 キャベツ きゅうり わかめ ★塩いか 米酢 白しょうゆP さとう(サラダ)	ちげ風みそ汁 油P おろしにんにく 豚肉(肩・もも) 豆腐(凍) Fe添加 にんじん はくさい ★白菜キムチ漬 長ねぎ 花かつお(ダシ) みそ しょうゆ 塩 ごま油 焼きギョーザ ★ギョーザ(蒸し) しょうゆ 米酢 もやしのナムル きゅうり もやし ほうれんそう にんじん 海水塩 白しょうゆP ごま油 一味唐辛子 白いりごま	きのこのみそ汁 じゃが芋(切) えのきたけ しめじ だいこん にんじん 小松菜 煮干し みそ 厚揚げチャンプルー ごま油 豚肉(肩・もも) 厚揚げ ひじき ★えだまめ(ムキ) にんじん 花かつお(サラダ) みりん さとう しょうゆ でんぷん ツナサラダ ★ツナフレーク キャベツ きゅうり にんじん 米酢 ごま油 こしょう 白しょうゆP さとう(サラダ)

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(西部学校給食センターBコース)

2025-09-03 印刷

令和7年10月1日水曜 ～ 令和7年10月31日金曜

2 ページ

15(水)	16(木)	17(金)	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	27(月)
B	B	B	B	B	B	B	B	B
★コッペパン	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	★コッペパン	ごはん	ごはん	ごはん
يونہو تارچو	担々蕎麦スープ	さわに椀	お月見汁	春雨すまし	オニオンスープ	ワカメスープ	とうふのみそ汁	けんちん汁
★バター 2.	鶏ひき肉 10.	豚もも肉 10.	鶏ムネ肉 10.	★いちようかまぼこ 8.	★(ス)オニオン(MCC) 10.	★細切カマボコ 5.	にんじん 10.	ごぼう(切) 5.
鶏ムネ肉 5.	トウモロコシ 0.15	たまねぎ 20.	はくさい 15.	にんじん 10.	たまねぎ(むき) 20.	たまねぎ 10.	えのきたけ 10.	にんじん 10.
たまねぎ(むき) 20.	おろしにんにく 0.3	だいこん 20.	にんじん 5.	たまねぎ(むき) 20.	にんじん 10.	しめじ 5.	豆腐(凍) Fe添加 20.	だいこん 20.
にんじん 5.	もやし 10.	にんじん 10.	しめじ 10.	マロニー 5.	ホールコーン 10.	はくさい 10.	長ねぎ 5.	こんにゃく 10.
しめじ 8.	にんじん 10.	小松菜 5.	★加チ 5.	長ねぎ 5.	パセリ(乾) 0.03	わかめ 0.7	わかめ 0.3	豆腐 20.
ホールコーン 10.	★なると 5.	塩 0.2	おじゃがもちがール	花かつお(ダシ) 1.5	チキンガラスープ 5.	長ねぎ 5.	煮干し 1.5	長ねぎ 5.
アスパラガス 10.	チンゲンサイ 5.	白しょうゆ 3.5	★いもち 20.	白しょうゆ 4.	塩 0.7	チキンガラパック 10.	みそ 10.	花かつお(ダシ) 2.2
トウモロコシ 5.	★こんにゃく麺 25.	酒 1.	小松菜 5.	塩 0.2	しょうゆ 2.	白しょうゆ 3.		ごま油 0.5
★クリームコーン 5.	チキンガラパック 5.	花かつお(ダシ) 1.5	塩 0.1	こしょう 0.01	こしょう 0.02	酒 1.		しょうゆ 4.
チキンガラスープ 5.	ポークガラパック 5.		酒 1.		鶏ムネ肉 10.	こしょう 0.02		酒 1.
米粉 4.	酒 1.		しょうゆ 4.			塩 0.2		みりん 1.
牛乳 25.	黒こしょう 0.03		花かつお(ダシ) 2.			ごま油 0.5		塩 0.2
★生クリーム 8.	白しょうゆ 1.			鶏肉のアップルソース		白いりごま 0.5	鶏肉のきのこあんかけ	
塩 1.	みそ 6.			鶏ムネ肉 1. 枚			★鶏もも肉(下味) 1. 個	
こしょう 0.02	白すりごま 2.	たらのオイマヨ焼き		おろししょうが 0.2	クリーミーローゼ		しめじ 3.	
白ワイン 0.5	白ねりごま 1.	たら 1. 切	さんまの蒲揚げ	たまねぎ(むき) 4.	スパゲッティ 10.	ショーロンボー	たまねぎ(むき) 2.	
		こしょう 0.01	さんま 1. 個	しょうゆ 2.4	塩(ゆで) 0.3	★ショーロンボー 2. 個	おろししょうが 0.2	さばのみぞれ煮
		オイスターソース 1.5	でんぷん 6.	みりん 1.2	豚ももひき肉 25.	米酢 1.5	しょうゆ 2.5	★さばみぞれ煮 1. 尾
		酒 0.6	揚げ油 6.	さとう 0.8	たまねぎ(むき) 25.	白しょうゆ 1.	みりん 0.5	
		ノンエッグマヨネーズ 10.5	しょうゆ 2.5	★りんごピューレ 7.	★マッシュルーム 5.		さとう 2.	
		おから 1.5	さとう 2.5		ケチャップ 12.		でんぷん 0.2	
ホキフライ	たまごの野菜あんかけ	紙カップ 1. 枚	みりん 2.5	もやしののり酢あえ	赤ワイン 0.5			元気サラダ
ホキ 1. 切	★グリーンオレツ 1. 個		水 1.5	もやし 35.	ウスターソースP 2.			キャベツ 35.
バターミックス 5.	たまねぎ 5.	枝豆サラダ	でんぷん 0.5	きゅうり 7.	★(ピ)カットマト 5.			きゅうり 5.
★パン粉 5.	干しいたけスライス 0.5	★えだまめ(ムキ) 20.	白いりごま 0.5	にんじん 10.	オリーブ油 0.8	水菜と大根のサラダ		ホールコーン 5.
揚げ油 5.	えのきたけ 3.	わかめ 0.6		白しょうゆP 2.5	塩 0.2	水菜 5.	なめたけあえ	にんじん 3.
中濃ソースP 3.	白しょうゆ 2.	キャベツ 20.	おろしあえ	米酢 1.	こしょう 0.02	にんじん 5.	キャベツ 30.	花かつお(サラダ) 0.5
	さとう 0.8	米酢 1.	だいこん 50.	角きざみのり(西) 0.2	★生クリーム 5.	きゅうり 7.	きゅうり 7.	塩こんぶ 0.5
	みりん 1.	油P 1.	ほうれんそう 5.			だいこん 30.	★なめたけ 8.	米酢 1.5
	チキンガラスープ 3.	海水塩 0.1	にんじん 5.			★揚げちりめん 1.	白しょうゆP 0.8	油P 1.
	水 3.	白しょうゆP 1.5	★えだまめ(ムキ) 8.			米酢 0.5		海水塩 0.25
	でんぷん 0.8		わかめ 0.3			こしょう 0.02		こしょう 0.02
	塩 0.1		白しょうゆP 2.5			海水塩 0.3		さとう(サラダ) 0.5
			米酢 1.			油P 1.		
グリーンサラダ	大根の梅ドレサラダ				コールスローサラダ			
キャベツ 35.	だいこん 25.	ブルーベリースティックタルト			キャベツ 35.			
きゅうり 7.	きゅうり 5.	★ブルーベリースティックタルト 1. 個			きゅうり 7.			
たまねぎ 5.	にんじん 5.	(乳卵小麦なし)			にんじん 10.			
海水塩 0.2	はくさい 15.				米酢 1.			
米酢 1.	さとう 0.3				油P 1.			
さとう(サラダ) 0.5	白しょうゆP 0.7				海水塩 0.35			
白しょうゆP 1.	油P 0.7				こしょう 0.02			
オリーブ油 0.5	★ねり梅 1.							

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。

令和7年10月1日水曜 ～ 令和7年10月31日金曜

3 ページ

28(火)		29(水)		30(木)		31(金)						
B		B		B		B						
ごはん		★パン♪キンパン		★わかめごはん		ごはん						
<u>さつま汁</u>		<u>吸血鬼のトマトスープ</u>		<u>豚汁</u>		<u>中華マロニースープ</u>						
鶏ムネ肉	10.	オリーブ油	0.5	突こんにゃく	10.	★焼き豚	5.					
にんじん	15.	豚もも肉	15.	豚肉(肩・もも)	10.	にんじん	10.					
だいこん	15.	赤ワイン	1.	酒	1.	たまねぎ(むき)	20.					
突こんにゃく	15.	キャベツ	10.	おろししょうが	0.5	もやし	15.					
さつま芋	20.	たまねぎ(むき)	20.	たまねぎ	15.	マロニー	5.					
長ねぎ	5.	にんじん	10.	にんじん	5.	ポークガラスープ	5.					
酒	1.	大豆(乾)	2.	だいこん	10.	塩	0.6					
煮干し	1.5	じゃが芋(凍)	15.	じゃが芋	20.	白しょうゆ	1.5					
みそ	7.5	セロリー	5.	煮干し	1.5	こしょう	0.02					
		パセリ(乾)	0.03	みそ	7.5	ごま油	0.5					
		おろしにんにく	0.4	長ねぎ	5.	でんぷん	0.8					
		ベジタシ	3.			長ねぎ	5.					
		★(ピ°)カットトマト	25.									
		ケチャップ	3.									
		塩	0.1									
<u>ちくわの南蛮づけ</u>		こしょう	0.02	<u>鶏唐揚げ</u>		<u>厚揚げ入りホイコーロー</u>						
★ちくわ(切)	2. 個	白しょうゆ	2.	★鶏むね肉(下味)	2. 個	油P	0.8					
でんぷん	5.			でんぷん	8.	おろししょうが	0.5					
揚げ油	6.			揚げ油	7.	トウバンシヤン	0.05					
しょうゆ	2.					豚肉(肩・もも)	20.					
さとう	1.5					酒	1.					
米酢	1.					厚揚げ	20.					
みりん	1.5	<u>ほねほねミルクグラタン</u>				たまねぎ(むき)	20.					
長ねぎ	2.	★冷凍マカロニ	5.	<u>春雨サラダ</u>		キャベツ	20.					
一味唐辛子	0.01	鶏ムネ肉	15.	マロニー	5.	みそ	4.					
		たまねぎ(むき)	10.	きゅうり	7.	みりん	2.					
		油P	0.3	キャベツ	20.	さとう	1.					
		塩	0.1	にんじん	5.	しょうゆ	1.					
		こしょう	0.01	米酢	1.	でんぷん	0.5					
		白ワイン	1.	さとう(サラダ°)	0.5							
<u>もやしのこんぶあえ</u>		米粉	2.5	白しょうゆP	2.							
もやし	35.	牛乳	28.	海水塩	0.1							
きゅうり	7.	オイスターソース	1.	油P	0.5							
にんじん	10.	★シュレットチーズ	8.			<u>だいコーンサラダ</u>						
塩こんぶ	0.7	★生クリーム	3.			だいこん	30.					
海水塩	0.1	紙カップ	1. 枚			きゅうり	5.					
白しょうゆP	0.8					ホールコーン	10.					
米酢	0.5					にんじん	3.					
		<u>魔女のフレンチサラダ</u>		<u>豆乳いちごグループ</u>		米酢	0.5					
		キャベツ	30.	★いちごグループ	1. 個	こしょう	0.02					
		きゅうり	5.	(乳卵小麦なし)		海水塩	0.3					
		にんじん	5.									
		ホールコーン	5.									
		紫キャベツ	3.									
		★かんきつドレッシング	8.									
		海水塩	0.1									

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。