

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)

2025-09-30 印刷

令和7年11月4日火曜 ～ 令和7年11月28日金曜

1 ページ

4(火)	5(水)	6(木)	7(金)	10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)
B	B	B	B	B	B	B	B	B
ごはん	★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
<u>カレーうどん汁</u> うどん 15. 豚肉(肩・もも) 5. にんじん 10. たまねぎ 20. しめじ 10. 長ねぎ 5. 油揚げ 5. 花かつお(ﾀｼ) 1.5 カレー粉 0.2 みりん 1.5 さとう 0.5 白しょうゆ 3. カレールウ 7.	<u>コーンスープ</u> 鶏ムネ肉 10. たまねぎ(むき) 30. にんじん 5. しめじ 5. コーンﾍﾟｰｽﾄ 20. ホールコーン 10. ﾁｷﾝｶﾞﾗｽｰﾌﾟ 5. 白しょうゆ 3.5 塩 0.1 こしょう 0.02 パセリ(乾) 0.03 <u>ピザフランク</u> ★ﾌﾗﾝｸﾌﾙﾄ 1. 本 オリーブ油 0.5 たまねぎ(むき) 10. おろしにんにく 0.1 トマト水煮 15. さとう 0.15 塩 0.15 オレガノ 0.01 こしょう 0.01 バジル(乾) 0.01	<u>塩豚汁</u> 突こんにゃく 10. 豚肉(肩・もも) 15. 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 5. しめじ 5. じゃが芋(切) 10. 油揚げ 5. 花かつお(ﾀｼ) 1.5 海水塩 0.45 白しょうゆ 2. 水菜 5.	<u>具だくさんみそ汁</u> しめじ 5. だいこん 15. たまねぎ(むき) 10. はくさい 15. にんじん 10. じゃが芋 10. 豆腐(凍) Fe添加 10. 煮干し 1.5 みそ 7.5 <u>信田煮</u> ★信田袋 1. 個 酒 0.5 でんぷん 0.25 長ねぎ 1. 白しょうゆ 1.5 さとう 0.6 みりん 2. 水 3. <u>もやしのカレー和え</u> もやし 35. きゅうり 5. ★ツナフレーク 5. カレー粉 0.15 白しょうゆP 2. 油P 0.5 さとう 0.2	<u>大根のみそ汁</u> 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. <u>ﾄﾏﾄと豚肉のｹﾁｬｯﾌﾟ和え</u> ★豚ﾚﾊﾞｰ(下味) 25. 豚もも肉(揚げがらめ用) 40. でんぷん 12. 揚げ油 7. 中濃ソース 4. ｹﾁｬｯﾌﾟ 7. さとう 1. 水 2. カレー粉 0.15 <u>元気サラダ</u> キャベツ 25. きゅうり 7. ホールコーン 10. にんじん 3. 花かつお(ｻﾗﾀﾞ) 0.5 塩こんぶ 0.5 米酢 1.5 油P 1. 海水塩 0.25 こしょう 0.02 さとう 0.5	<u>環境にやさしいみそ汁</u> はくさい 20. にんじん 10. じゃが芋 15. 茶色えのきたけ 5. こおり豆腐 1. わかめ 0.5 煮干し 1.8 みそ 7.5 <u>厚揚げと豚肉の甘辛丼</u> 油P 0.5 豚肉(肩・もも) 25. たまねぎ 20. 厚揚げ 25. 突こんにゃく 5. 長ねぎ 15. さとう 1. みりん 1.5 白しょうゆ 3.5 酒 1. おろししょうが 0.2 でんぷん 0.5 <u>奈川産きゃべつと保平かぶの和え物</u> 赤かぶ(保平かぶ) 15. さとう(ｻﾗﾀﾞ) 0.5 塩 0.05 米酢 1. だいこん 10. キャベツ 20. かぶの葉(切) 5. 白しょうゆP 1.8 塩 0.15	<u>白菜スープ</u> 鶏ムネ肉 10. にんじん 5. たまねぎ(むき) 10. はくさい 15. しめじ 5. ﾁｷﾝｶﾞﾗｽｰﾌﾟ 5. 塩 0.2 白しょうゆ 3.5 こしょう 0.02 <u>チリコンカン</u> おろしにんにく 0.2 豚ももひき肉 30. たまねぎ(むき) 20. 大豆(乾) 8. ｹﾁｬｯﾌﾟ 15. さとう 0.5 中濃ソース 2. トマトﾋﾞｭｰﾚ 1.6 カレー粉 0.13 赤ワイン 1.5 塩 0.1 こしょう 0.02 油P 0.5 <u>オニドレサラダ</u> キャベツ 30. きゅうり 7. にんじん 5. ホールコーン 5. たまねぎ 2. 油P 0.6 白しょうゆP 2. 海水塩 0.15 黒こしょう 0.01 さとう(ｻﾗﾀﾞ) 0.8	<u>根菜汁</u> 鶏ムネ肉 10. にんじん 10. 里いも(凍) 15. だいこん 15. ★くりかまぼこ 5. 突こんにゃく 5. 大豆(乾) 5. 花かつお(ﾀｼ) 2. 白しょうゆ 4. 酒 1. 塩 0.2 でんぷん 0.5 小松菜 5. <u>赤魚のねぎねぎソース</u> 赤魚 1. 個 長ねぎ 3. おろししょうが 0.2 おろしにんにく 0.2 油P 0.3 さとう 0.8 しょうゆ 2.4 酒 1.2 ﾄｳﾊﾞﾝｼﾞｬﾝ 0.05 <u>千草あえ</u> ★ツナフレーク 10. わかめ 0.5 はくさい 30. にんじん 10. 米酢 1. 白しょうゆP 2.5 さとう(ｻﾗﾀﾞ) 0.3	<u>蒟蒻麺スープ</u> ★こんにゃく麺 30. 豚ももひき肉 10. ★なると 7. もやし 15. たまねぎ 10. 長ねぎ 5. おろししょうが 0.3 おろしにんにく 0.3 ﾎｰｸﾞﾗﾊﾟｯｸ 10. ﾁｷﾝｶﾞﾗﾊﾟｯｸ 5. 酒 5. しょうゆ 4. 黒こしょう 0.02 ごま油 0.5 <u>豚ｷﾑﾁ炒め</u> 油P 0.5 おろしにんにく 0.3 豚もも肉 30. しめじ 10. たまねぎ(むき) 20. ★白菜ｷﾑﾁ漬 20. さとう 0.3 しょうゆ 0.5 オイスターソース 0.3 塩 0.1 <u>御浜町のみかん</u> みかん 1. 個 殺菌酢

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。

[illegible]

砂糖、塩、しょうゆ、酒、みりん、でんぶ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。