

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)

2025-11-05 印刷

令和7年12月1日月曜 ～ 令和7年12月25日木曜

1 ページ

1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)
B	B	B	B	B	B	B	B	B
★五目ごはん	ごはん	★コッペパン	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	★米粉パン	ごはん
<u>キムチ汁</u> 豚肉(肩・もも) 10. にんじん 15. たまねぎ 15. 豆腐(凍) Fe添加 15. ★白菜キムチ漬 10. 長ねぎ 5. 花かつお(ダシ) 1.5 しょうゆ 4. 酒 1.	<u>のっぺい汁</u> 鶏ムネ肉 10. だいこん 10. にんじん 10. 里いも(凍) 25. 油揚げ 5. こんにゃく 10. 長ねぎ 5. かつお厚削り(ダシ) 2. 塩 0.2 しょうゆ 4. 酒 1. でんぷん 0.5	<u>きのこチャウダー</u> ★バター 3. ★(嫌)ウインナー(切) 5. たまねぎ(むき) 20. にんじん 5. ホールコーン 10. しめじ 8. じゃが芋(凍) 20. チンゲン菜スープ 5. 米粉 4. 牛乳 25. 生クリーム 8. 塩 0.6 こしょう 0.02 白ワイン 0.5	<u>もずくのすまし汁</u> えのきたけ 5. にんじん 5. たまねぎ 15. はくさい 20. ★細切カボチャ 5. もずく(凍) 10. 長ねぎ 5. かつお厚削り(ダシ) 2. 塩 0.15 白しょうゆ 4. 酒 1. こしょう 0.02	<u>みそ蒟蒻麺スープ</u> 豚肉(肩・もも) 10. トウバンツヤン 0.15 おろしにんにく 0.2 おろししょうが 0.5 にんじん 5. もやし 10. ホールコーン 5. チンゲンサイ 5. ★こんにゃく麺 30. チンゲン菜スープ 5. ポークガラスープ 5. 油P 0.5 酒 1. 黒こしょう 0.03 しょうゆ 2. みそ 6. 一味唐辛子 0.01	<u>けんちん汁</u> 油P 1. ごぼう(切) 10. こんにゃく 10. にんじん 10. だいこん 20. 花かつお(ダシ) 2. 豆腐(凍) Fe添加 20. しょうゆ 4. 酒 1. みりん 1. 塩 0.4 長ねぎ 5.	<u>ハヤシライス</u> 油P 1. 豚肉(肩・もも) 35. たまねぎ(むき) 40. にんじん 20. おろしにんにく 0.3 セロリー 5. しめじ 10. 赤ワイン 4. ★ハヤシルウ 10. ★デミグラスソース 5. ケチャップ 5. パセリ(乾) 0.03 塩 0.2 こしょう 0.02 チンゲン菜スープ 5.	<u>白菜スープ</u> 豚肉(肩・もも) 5. セロリー 3. にんじん 5. たまねぎ 10. はくさい 30. しめじ 10. パセリ(乾) 0.03 チンゲン菜スープ 10. 塩 0.35 しょうゆ 3. こしょう 0.02	<u>さつま汁</u> 鶏ムネ肉 10. にんじん 10. たまねぎ 15. 油揚げ 5. さつま芋 25. 酒 1. 煮干し 1.5 みそ 7.5 小松菜 5. <u>ぼったりねぎぶた丼</u> 油P 0.5 豚肉(肩・もも) 25. しめじ 5. たまねぎ(むき) 10. 厚揚げ 20. 突こんにゃく 5. 松本一本ねぎ 25. 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>鶏唐揚げ</u> ★鶏むね肉(下味) 2. 個 でんぷん 5. ★コンスターチ 3. 揚げ油 7.	<u>タラのみそマヨ焼き</u> たら 1. 切 みそ 2.5 ノンエッグマヨネーズ 10. みりん 0.5 おから 3. 紙カップ 1.	<u>鶏肉のワインソース</u> ★鶏もも肉(下味) 1. 個 油P 0.5 おろしにんにく 0.3 赤ワイン 3. しょうゆ 2. たまねぎ 10. さとう 1.2 みりん 1.2	<u>麩チャンプルー</u> 豚肉(肩・もも) 20. にんじん 10. もやし 20. 冷凍液卵 15. 油P 0.4 しょうゆ 2.5 塩 0.2 こしょう 0.02 花かつお(サダダ) 0.5 にら 7. ★焼ふ 1.	<u>肉しゅうまい</u> ★肉シューマイ 2. 個 米酢 1.5 白しょうゆP 1.	<u>みそつくね</u> 鶏ひき肉 50. たまねぎ(むき) 15. 大豆の華 フレーク 1.4 えのき氷 5. でんぷん 0.3 みりん 1.7 みそ 4. しょうゆ 0.5 白いりごま 1.	<u>肉団子</u> ★ふんわり肉団子 2. 個	<u>鶏肉と大豆のトマト煮</u> オリーブ油 1. おろしにんにく 0.4 鶏モモ肉 40. たまねぎ(むき) 25. しめじ 10. 大豆(乾) 8. トマト水煮 8. チンゲン菜スープ 3. ケチャップ 5. 赤ワイン 0.8 塩 0.2 こしょう 0.02	<u>じゃこサラダ</u> だいこん 30. にんじん 5. きゅうり 7. ★揚げちりめん 5. 米酢 1. さとう(サダダ) 0.5 白しょうゆP 2. ごま油 0.5
<u>ブロッコリーサラダ*</u> ブロッコリー(凍) 20. ホールコーン 10. にんじん 5. キャベツ 10. 海水塩 0.2 米酢 1. さとう(サダダ) 0.5 白しょうゆP 1. オリーブ油 0.5	<u>もやしのごま酢あえ</u> もやし 35. にんじん 10. きゅうり 7. 米酢 1. 白しょうゆP 2.5 さとう(サダダ) 1.2 白すりごま 3.	<u>フレンチサラダ</u> キャベツ 30. きゅうり 7. にんじん 5. 海水塩 0.3 米酢 1. さとう(サダダ) 0.3 白しょうゆP 0.5 油P 1. こしょう 0.01	<u>れんこんサラダ</u> れんこん(切) 15. キャベツ 10. にんじん 5. きゅうり 7. ホールコーン 5. ★ささみフレーク 5. ノンエッグマヨネーズ 8. ★からし 0.07 海水塩 0.08 さとう 0.16	<u>大根の中華あえ</u> 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(サダダ) 0.4	<u>もやしのにり酢あえ</u> もやし 35. きゅうり 7. にんじん 10. 白しょうゆP 2.5 米酢 1. 角きざみのり(西) 0.2	<u>コーンサラダ</u> キャベツ 27. きゅうり 5. ホールコーン 10. にんじん 3. 米酢 0.5 こしょう 0.02 海水塩 0.3 油P 1.	<u>わかめのサラダ</u> わかめ 0.5 きゅうり 7. キャベツ 25. にんじん 7. 白しょうゆP 2.5 さとう(サダダ) 0.3 こしょう 0.02 ごま油 0.3 米酢 1.	
<u>豆乳チョコクレープ*</u> ★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12月1日月曜　～　令和7年12月25日木曜

2 ページ

12(金)	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	22(月)	23(火)	24(水)
B	B	B	B	B	B	B	B	B
ごはん	ごはん	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
<u>みぞれ汁</u>	<u>豆乳ちゃんぽんスープ</u>	<u>いも団子汁</u>	<u>ミネストローネ</u>	<u>大根のみそ汁</u>	<u>ちゃんこなべ</u>	<u>うどん汁</u>	<u>厚揚げのみそ汁</u>	<u>肉だんごスープ</u>
豚肉(肩・もも) 10.	豚肉(肩・もも) 10.	鶏ムネ肉 10.	オリーブ油 0.5	にんじん 10.	花かつお(ダシ) 1.5	油P 0.3	だいこん 15.	にんじん 10.
ごぼう(切) 10.	にんじん 7.	だいこん 20.	おろしにんにく 0.4	だいこん 30.	豚肉(肩・もも) 15.	豚肉(肩・もも) 15.	にんじん 10.	たまねぎ 20.
にんじん 10.	たまねぎ 10.	にんじん 10.	セロリー 5.	わかめ 0.6	はくさい 25.	おろしにんにく 0.2	はくさい 10.	はくさい 20.
だいこん 40.	もやし 20.	えのきたけ 5.	豚もも肉 15.	豆腐(凍) Fe添加 15.	油揚げ 5.	酒 1.	こんにゃく 15.	★肉だんご 30.
はくさい 15.	おろししょうが 0.5	★いも団子 30.	酒 1.	油揚げ 5.	えのきたけ 5.	たまねぎ(むき) 20.	厚揚げ 25.	チンガラパック 10.
油揚げ 5.	ホールコーン 5.	みつば 3.	たまねぎ(むき) 20.	煮干し 1.5	長ねぎ 5.	にんじん 10.	小松菜 5.	塩 0.2
長ねぎ 5.	★なると 7.	塩 0.1	にんじん 10.	みそ 7.5	しらたき 15.	はくさい 10.	煮干し 1.5	しょうゆ 3.
花かつお(ダシ) 1.5	きくらげ(切) 0.3	酒 1.	大豆(乾) 5.	小松菜 5.	しめじ 5.	うどん 15.	みそ 7.5	酒 1.
しょうゆ 3.5	豆乳 15.	しょうゆ 4.	キャベツ 10.		にんじん 5.	長ねぎ 5.		こしょう 0.02
酒 1.	チンガラパック 10.	花かつお(ダシ) 1.5	マカロニ 3.		みりん 1.	花かつお(ダシ) 2.		にら 3.
みりん 1.	酒 1.		(ホワイトソルガム)		酒 1.	みりん 2.		
塩 0.3	さとう 0.5		トマト水煮 25.		しょうゆ 3.	しょうゆ 4.		
でんぶん 0.5	塩 0.5		ケチャップ 3.		塩 0.2	塩 0.2		
	チンゲンサイ 5.		ベジダシ 3.	<u>ちくわの磯辺揚げ</u>		一味唐辛子 0.01	<u>鶏肉のカレーソース</u>	<u>ホキフライ</u>
	白しょうゆ 1.	<u>いわし生姜煮</u>	白しょうゆ 2.	★ちくわ(切) 2. 個			★鶏ムネ肉(下味) 1. 枚	★ホキ(下味) 1. 切
		★いわし生姜煮 1. 尾	塩 0.1	小麦粉 10.			でんぶん 5.	小麦粉 5.
			こしょう 0.02	青のり 0.05			揚げ油 5.	★パン粉 6.
			パセリ(乾) 0.03	水 8.	<u>厚揚げ肉みそあん</u>		しょうゆ 1.5	揚げ油 6.
				揚げ油 6.	厚揚げ 1. 個	<u>ぶりの照り焼き</u>	みりん 1.5	中濃ソースP 4.
<u>さばのピリ辛煮</u>					豚肩ひき肉 5.	★ぶり(下味) 1. 個	さとう 1.5	
さば 1. 切	<u>メンチカツ</u>	<u>ひじきサラダ</u>	<u>おたのしみコロッケ</u>	<u>こんぶあえ</u>	大豆の華 粒 1.	しょうゆ 1.5	カレー粉 0.08	
にんじん 10.	★メンチカツCaFe 1. 個	キャベツ 28.	★コロッケ 1. 個	もやし 35.	たまねぎ 5.	みりん 2.	★カレー粉(アロマ) 0.03	<u>春雨サラダ</u>
酒 3.	揚げ油 5.	きゅうり 7.	揚げ油 5.	きゅうり 7.	おろししょうが 0.3	さとう 1.	水 3.	マロニー 5.
しょうゆ 4.	中濃ソースP 6.	にんじん 5.		にんじん 10.	みそ 2.	でんぶん 0.2		きゅうり 7.
さとう 3.		ホールコーン 5.		塩こんぶ 0.7	さとう 1.			キャベツ 20.
トウバンツァン 0.2		さとう(サダ) 0.3		海水塩 0.1	みりん 0.5			にんじん 5.
水 20.		白しょうゆP 1.		白しょうゆP 1.	酒 0.2		<u>ハーフコンガラーリックサラダ</u>	米酢 1.
	<u>まぜっこサラダ</u>	油P 0.5	<u>もみの木チーズサラダ</u>	米酢 0.5	でんぶん 0.2	<u>大根の甘酢あえ</u>	キャベツ 28.	さとう(サダ) 0.5
<u>マヨポテトサラダ</u>	キャベツ 30.	米酢 1.	ブロッコリー(凍) 15.		水 3.	だいこん 35.	にんじん 5.	白しょうゆP 2.
じゃが芋 20.	きゅうり 7.	海水塩 0.3	キャベツ 15.	<u>ふりかけ</u>		きゅうり 7.	きゅうり 7.	海水塩 0.1
にんじん 5.	にんじん 10.	ひじき 0.6	ホールコーン 5.	★ふりかけ 1. 個	<u>かぼちゃ団子</u>	にんじん 5.	オリーブ油 0.5	ごま油 0.5
きゅうり 7.	★揚げちりめん 3.	さとう 0.4	にんじん 5.	(おかか)	★いももち 20.	米酢 2.5	おろしにんにく 0.1	
キャベツ 20.	白いりごま 1.5	しょうゆ 0.4	★角チーズ 5.		かぼちゃ(凍) 25.	白しょうゆP 0.3	海水塩 0.05	
海水塩 0.1	米酢 1.	みりん 0.4	海水塩 0.1		小豆 5.	さとう(サダ) 2.	米酢 1.	
こしょう 0.02	油P 1.	酒 0.4	米酢 1.		さとう 5.	ゆず果汁 0.5	さとう(サダ) 0.3	
米酢 1.	さとう(サダ) 0.2		さとう(サダ) 0.5		しょうゆ 0.5	海水塩 0.4	白しょうゆP 2.	
ノンエダマヨネーズ(サダ) 7.	白しょうゆP 1.5		白しょうゆP 1.		塩 0.1			
			オリーブ油 0.5		水 25.			
			<u>豆乳ストロベリーケーキ</u>					
			★いちごケーキ 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。

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)

2025-11-05 印刷

令和7年12月1日月曜 ～ 令和7年12月25日木曜

3 ページ

25(木)								
B								
★菜めし								
ひろしまっこ汁								
だいこん 10.								
たまねぎ 10.								
にんじん 5.								
じゃが芋 20.								
油揚げ 5.								
えのきたけ 5.								
長ねぎ 5.								
★カチリ 3.5								
みそ 6.5								
広島風お好み焼き								
豚肉(肩・もも) 25.								
キャベツ 20.								
★やまいも(冷凍) 5.								
長ねぎ 3.								
★焼きそば麺 10.								
かつお粉 0.5								
小麦粉 15.								
水 20.								
ノンエッグマヨネーズ 5.								
★お好みソース 5.								
紙カップ 1. 枚								
瀬戸内レモンサラダ								
キャベツ 30.								
きゅうり 5.								
ホールコーン 10.								
(ピ)レモン果汁 2.								
米酢 1.								
さとう(サダ) 1.								
海水塩 0.5								
油P 1.								
こしょう 0.02								

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。