

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)

2025-12-03 印刷

令和8年1月1日木曜 ～ 令和8年1月31日土曜

1 ページ

8(木)	9(金)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	19(月)	20(火)	21(水)
B	B	B	B	B	B	B	B	B
ごはん	ごはん	ごはん	★コッパパン	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	★クロワッサン (卵入り)
ワカメスープ	みそちゃんこ	キムチ汁	きのこ青菜のスープ	鉄分パワーの豆乳豚汁	七草だんご汁	蒟蒻麺スープ	みそけんちん汁	トマトスープ
★細切かぼ 5. たまねぎ 10. しめじ 5. はくさい 10. わかめ 0.7 長ねぎ 5. チキンガラパ 10. 白しょうゆ 3. 酒 1. こしょう 0.02 塩 0.2 ごま油 0.5 白いりごま 0.5	かつお厚削り(ダシ) 1.5 鶏ムネ肉 15. はくさい 20. 油揚げ 5. しめじ 5. 長ねぎ 5. しらたき 20. にんじん 5. みりん 1. 酒 1. みそ 7.5	豚肉(肩・もも) 10. にんじん 15. たまねぎ 15. 豆腐(凍) Fe添加 25. ★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.	★(雞)ロースハム(切) 10. しめじ 10. えのきたけ 5. にんじん 5. セロリー 2. 油P 0.5 塩 0.2 黒こしょう 0.02 しょうゆ 1. 小松菜 10. おろしにんにく 0.2 ベジダシ 3.	豆腐(凍) Fe添加 20. 豚肉(肩・もも) 5. 酒 1. たまねぎ 10. にんじん 10. じゃが芋 20. 煮干し 1.5 みそ 7.5 長ねぎ 5. 豆乳 20.	鶏ムネ肉 5. たまねぎ(むき) 20. にんじん 10. ★雪だるまかまぼこ 5. こかぶ(切) 10. 玄米だんご 20. みつば 3. かぶの葉(切) 3. 白しょうゆ 4. 酒 1. 塩 0.2 花かつお(ダシ) 1.5	★こんにやく麺 30. 豚肉(肩・もも) 10. ★なると 5. もやし 15. たまねぎ(むき) 10. 長ねぎ 3. おろししょうが 0.3 おろしにんにく 0.3 チキンガラパ 5. ポーカガラパ 5. 酒 1. しょうゆ 4. 黒こしょう 0.02 ごま油 0.5 塩 0.3	ごぼう(切) 10. にんじん 10. だいこん 20. こんにやく 10. 豆腐 20. 長ねぎ 5. 花かつお(ダシ) 1.5 ごま油 0.25 しょうゆ 1. みそ 3.5 酒 1. みりん 1. 塩 0.3	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. 大豆(乾) 2. キャベツ 10. マカロニ(シェリ) 5. ★(ピ)カットマト 25. ケチャップ 3. ベジダシ 3. 白しょうゆ 2. 塩 0.1 こしょう 0.02 パセリ(乾) 0.03
手作り肉団子	はるまき	焼き餃子	加とトマトのスパゲティ	ヒレカツ玉ねぎソース	銀ヒラスの西京焼き	きんぴらバーグ	鶏とじゃが芋の甘辛揚げ	カップオムレツ
豚ももひき肉 45. たまねぎ(むき) 25. 塩 0.2 酒 0.8 でんぶん 2. こしょう 0.01 揚げ油 6. さとう 4. みりん 1. しょうゆ 3.5 でんぶん 1. 水 9.	★春巻き 1. 揚げ油 5.	★ギョーザ(蒸し) 2. 個 米酢 1.5 白しょうゆP 1.	スパゲティ 10. 塩(ゆで) 0.3 ★かにフレーク 20. 白ワイン 0.5 オリーブ油 0.2 たまねぎ(むき) 20. おろしにんにく 0.2 ★(ピ)カットマト 20. さとう 0.4 塩 0.2 こしょう 0.01 オレガノ 0.01 バジル(乾) 0.01	★ヒレカツ 1. 枚 揚げ油 6. たまねぎ(むき) 5. 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 トウバンジャン 0.05	★銀ヒラス西京漬 1. 個 きんぴら包み焼 1. 個 でんぶん 0.25 長ねぎ 1. 白しょうゆ 1.5 さとう 0.6 みりん 2. 水 3.	★きんぴら包み焼 1. 個 でんぶん 0.25 長ねぎ 1. 白しょうゆ 1.5 さとう 0.6 みりん 2. 水 3.	鶏ムネ肉 35. でんぶん 5. じゃが芋(凍) 25. 揚げ油 5. しょうゆ 3. さとう 2. みりん 3.	冷凍液卵 35. にんじん 7. ★(雞)ロースハム(切) 8. ★ツナフレーク 15. 白しょうゆ 0.5 ホールコーン 10. ★クリームコーン 3. ノンエッグマヨネーズ 5. 紙カップ 1. 枚
大根の中華あえ	元氣サラダ	春雨サラダ	ユールスローサラダ	小松菜としらすのサラダ	紅白なます	キャベツの中華漬け	もやしののり酢あえ	マヨポテトサラダ
だいこん 35. きゅうり 10. にんじん 5. 白しょうゆP 2. 海水塩 0.1 ごま油 1. さとう 0.4	キャベツ 35. きゅうり 5. ホールコーン 5. にんじん 3. 花かつお(サラダ) 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	マロニー 5. きゅうり 7. キャベツ 20. にんじん 5. 米酢 1. さとう 0.5 白しょうゆP 2. 海水塩 0.1 油P 0.5	キャベツ 35. きゅうり 7. にんじん 10. 米酢 0.7 レモン汁(凍) 0.3 油P 1. 海水塩 0.35 こしょう 0.02	小松菜 5. 大豆の華 フレーク 1. にんじん 5. キャベツ 25. ★しらす干し 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 0.5	だいこん 43. にんじん 7. 米酢 1.5 白しょうゆP 0.5 海水塩 0.25 さとう 0.6	キャベツ 30. きゅうり 7. にんじん 8. ごま油 1. 米酢 1.5 さとう 0.2 白しょうゆP 1.3 海水塩 0.1 白いりごま 0.5 トウバンジャン 0.02	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	じゃが芋 20. にんじん 5. きゅうり 7. キャベツ 20. 海水塩 0.1 こしょう 0.02 米酢 1. ノンエッグマヨネーズ(サラダ) 7.
		豆乳いちごグループ					ふりかけ	
		★いちごグループ 1. 個 (乳卵小麦なし)					★ふりかけ(のり) 1. 個	

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)

2025-12-03 印刷

令和8年1月1日木曜 ～ 令和8年1月31日土曜

2 ページ

22(木)	23(金)	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)		
B	B	B	B	B	B	B		
ごはん	ごはん	ごはん	★わかめごはん	★まるパン	ごはん	ごはん		
白菜なべ 花かつお(ダシ) 2.5 豚肉(肩・もも) 30. だいこん 10. 油揚げ 10. はくさい 30. にんじん 5. えのきたけ 5. 酒 0.5 白しょうゆ 5. みりん 0.5 塩 0.3	ポークカレー 油P 1. おろししょうが 0.2 おろしにんにく 0.2 豚肉(肩・もも) 15. たまねぎ(むき) 40. にんじん 10. じゃが芋(凍) 30. 塩 0.2 カレー粉 0.05 ケチャップ 5. ★りんごビュレ 5. チャツネ 1.5 カレールウ 11. しょうゆ 2. ウスターソースP 1. ガラムマサラ 0.01	春雨スープ 豚もも肉 10. にんじん 5. たまねぎ 20. マロニー 5. キャベツ 15. チンゲンサイ 5. チンガスープ 5. 白しょうゆ 4. 塩 0.2 こしょう 0.01 ハンバーグ 豚肩ひき肉 50. 鶏ひき肉 10. たまねぎ(むき) 20. ナツメグ 0.01 豆乳 3. 大豆の華 フレーク 1. ケチャップ 1.5 塩 0.1 こしょう 0.01 ケチャップ 8. 中濃ソース 5. 赤ワイン 0.6 さとう 0.2	豚汁 突こんにゃく 10. 豚肉(肩・もも) 10. 酒 1. おろししょうが 0.5 たまねぎ 15. にんじん 5. だいこん 10. じゃが芋 20. 煮干し 1.5 みそ 7.5 長ねぎ 5. さばのみそ煮 さば 1. しょうが 0.8 酒 3. みそ 6. さとう 2.4 みりん 1.4 水 23.	コンボータージュ ★バター 5. たまねぎ(むき) 20. にんじん 5. しめじ 8. ホールコーン 10. ★クリームコーン 20. ★コンソメ 0.5 米粉 4. 牛乳 25. ★生クリーム 8. 塩 1. こしょう 0.02 白ワイン 0.5 クリスピーチキン ★クリスピーチキン 1. 揚げ油 5. 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 0.5	根菜汁 鶏ムネ肉 10. にんじん 10. じゃが芋 15. だいこん 15. ★雪だるまかまぼこ 5. 突こんにゃく 5. 大豆(乾) 5. 長ねぎ 5. 花かつお(ダシ) 1.5 白しょうゆ 4. 酒 1. 塩 0.2 鮭の塩焼き ★サケ(下味) 1. 野沢菜づけ和え ★野沢菜漬 5. だいこん 35. にんじん 5. 白しょうゆP 1.2 花かつお(サラダ) 0.3	すまし汁 ★花ふ 1. たまねぎ(むき) 20. ★かまぼこ 10. だいこん 15. 豆腐(凍) Fe添加 20. だし昆布 0.6 花かつお(ダシ) 1.5 白しょうゆ 3.5 酒 1. 塩 0.2 みつば 3. 豚肉のやわらか煮 豚肉(肩・もも) 30. 長ねぎ 20. こんにゃく 30. ざらめ糖 1.5 しょうゆ 3.5 みりん 1.5 酒 2. おろししょうが 0.5 おろしにんにく 0.5 昆布あえ はくさい 10. きゅうり 5. もやし 30. にんじん 3. 白しょうゆP 1. 塩こんぶ 0.8 海水塩 0.15		
いわしのおかか煮 ★いわしおかか煮 1. 尾	チキンカツ ★チキンカツ 1. 個 揚げ油 5.	オニドレサラダ 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 0.3 黒こしょう 0.01 さとう 0.8	ブロッコリーサラダ ブロッコリー(凍) 15. キャベツ 20. きゅうり 5. にんじん 5. 海水塩 0.2 米酢 1. さとう 0.5 白しょうゆP 1. オリーブ油 0.5 豆乳りんごタルト ★リンゴタルト 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。