

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)

2026-01-09 印刷

令和8年2月2日月曜 ～ 令和8年2月27日金曜

1 ページ

2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	9(月)	10(火)	12(木)	13(金)
B	B	B	B	B	B	B	B	B
ごはん	ごはん	★メロンパン	ごはん	ごはん	ごはん	★ひろしごはん	ごはん	ごはん
鬼除け豚汁 油P 0.5 ごぼう(切) 10. 突こんにやく 10. 豚肉(肩・もも) 20. 酒 1. おろししょうが 0.2 たまねぎ(むき) 15. にんじん 5. だいこん 10. 大豆(ドライパック) 15. じゃが芋 10. 煮干し 1.8 みそ 7.2 長ねぎ 5.	白菜スープ 豚肉(肩・もも) 5. にんじん 5. たまねぎ(むき) 10. はくさい 30. しめじ 10. パセリ(乾) 0.03 チンガラパック 10. 塩 0.35 しょうゆ 3. こしょう 0.02 中華風あんかけたまごやき ★かま入りたまごやき 1. 個 さとう 1. しょうゆ 1.6 みりん 0.4 米酢 1. 水 3. でんぷん 0.2 キャベツの中華漬け 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(サラダ) 0.2 白しょうゆP 1.3 海水塩 0.1 トウバンジャン 0.2 ミルメーク ★ミルメーク(ヨーヒー) 1. 個	蒟蒻麺スープ ★こんにやく麺 30. 豚ももひき肉 10. ★ハート型なると(切) 7. もやし 15. にんじん 5. 長ねぎ 5. おろししょうが 0.3 おろしにんにく 0.3 ポークガラパック 5. チンガラパック 5. 酒 1. 塩 0.1 黒こしょう 0.02 しょうゆ 4. ごま油 0.5 フライドチキン ★鶏もも肉(下味) 1. 個 黒こしょう 0.01 でんぷん 6. 揚げ油 7. 春雨サラダ 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(サラダ) 0.5 白しょうゆP 2. 海水塩 0.1 油P 0.5	じゃがいものみそ汁 煮干し 1.5 えのきたけ 5. じゃが芋 20. たまねぎ 20. にんじん 5. はくさい 15. 油揚げ 5. わかめ 0.5 みそ 7.5 あじフライ ★あじ松葉開きフライ 1. 個 揚げ油 4. 中濃ソースP 4. だいこんのマヨおかかあえ だいこん 30. きゅうり 7. にんじん 10. ホールコーン 5. 白しょうゆP 1. ノンエッグマヨネーズ 7. 花かつお(サラダ) 0.5 豆乳がトショコラ ★がトショコラ(乳卵小麦なし) 1. 個	厚揚げ汁 厚揚げ 20. 豚ももひき肉 10. たまねぎ(むき) 15. にんじん 5. はくさい 15. 小松菜 5. 長ねぎ 5. 白しょうゆ 4. 酒 1.2 塩 0.2 でんぷん 0.8 花かつお(ダシ) 1.5 みそおでん だいこん 30. こんにやく 20. 角切りこんぶ 1. ★ちくわ(切) 20. 白しょうゆ 2.5 酒 1. みりん 1.5 さとう 0.3 みそ 2. 花かつお(ダシ) 0.5 もやしのからしあえ もやし 35. にんじん 10. きゅうり 7. 白しょうゆP 1.5 海水塩 0.1 ★からし 0.05 さとう(サラダ) 0.05	ふぶき汁 ★ゆしどうふ 30. ごぼう(切) 5. たまねぎ(むき) 10. にんじん 10. はくさい 15. ★おにかまぼこ 5. 花かつお(ダシ) 2. 塩 0.2 しょうゆ 4. 酒 1. でんぷん 2. みそチキンカツ ★鶏ムネ肉(下味) 1. 枚 小麦粉 5. ★パン粉 5. 揚げ油 6. みそ 3. さとう 2. 酒 0.5 みりん 2. 中濃ソース 1. 水 2. だいこんのナムル だいこん 35. 小松菜 10. にんじん 5. 白しょうゆP 2.5 ごま油 1.	辛味豆腐汁 油P 0.5 トウバンジャン 0.3 豚ももひき肉 10. たまねぎ(むき) 15. キャベツ 15. もやし 15. 豆腐(凍) Fe添加 20. みそ 5. しょうゆ 1. 長ねぎ 5. 煮干し 1.5 かぼちゃ肉団子 ★かぼちゃ肉団子 2. 個 千草あえ ★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(サラダ) 0.3	さわに椀 豚もも肉 10. たまねぎ 20. だいこん 15. にんじん 10. ★細切かぼこ 7. 小松菜 5. 塩 0.2 白しょうゆ 3.5 酒 1. かつお厚削り(ダシ) 1.7 厚揚げのきのこあんかけ 厚揚げ 1. 個 しめじ 5. たまねぎ 5. 鶏ひき肉 5. おろししょうが 0.2 おろしにんにく 0.2 トウバンジャン 0.05 オイスターソース 2. みそ 1.5 水 6. でんぷん 0.2 もやしの梅おかかあえ もやし 35. きゅうり 7. にんじん 10. 白しょうゆP 2.5 ★ねり梅 1. 花かつお(サラダ) 0.5	かぼちゃ団子入りみそ汁 里いも(凍) 10. えのきたけ 5. だいこん 15. はくさい 15. ★かぼちゃおじゃがもちボール 25. 豆腐(凍) Fe添加 10. 長ねぎ 5. 煮干し 1.5 みそ 7.5 ショーロンポー ★ショーロンポー 2. 個 米酢 1.5 白しょうゆP 1. バンバンジーサラダ もやし 35. きゅうり 7. にんじん 5. ★ささみフレーク 5. 白しょうゆP 2.5 白すりごま 1. 米酢 1. ごま油 0.5

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)

2026-01-09 印刷

令和8年2月2日月曜 ～ 令和8年2月27日金曜

2 ページ

16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)
B	B	B	B	B	B	B	B	B
ごはん	ごはん	★コッペパン	ごはん	★わかめごはん	ごはん	★コッペパン	★五平餅	ごはん
<u>冬野菜カレー</u> 油P 1. おろししょうが 0.2 おろしにんにく 0.2 豚ももひき肉 20. たまねぎ(むき) 40. にんじん 10. だいこん 20. 長ねぎ 10. 塩 0.2 カレー粉 0.05 ケチャップ 5. ★りんごピューレ 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	<u>粕汁</u> おろししょうが 0.3 突こんにゃく 10. にんじん 10. はくさい 15. じゃが芋 20. ★こおり豆腐 1. 小松菜 3. 煮干し 1.8 ★酒かす 1. みそ 7.3 <u>山賊焼き</u> ★鶏もも肉(下味) 1. 個 でんぷん 8. 揚げ油 6. <u>野沢菜漬けの炒め物</u> ★野沢菜漬 20. だいこん 30. にんじん 10. 油揚げ 5. ★しらす干し 1. ごま油 0.5 しょうゆ 0.6 みりん 1. さとう 0.3 白いりごま 0.3	<u>皮ごと野菜と鶏肉のクリームシチュー</u> 鶏ムネ肉 10. たまねぎ(むき) 30. にんじん 10. じゃが芋(凍) 20. ブロッコリー(凍) 5. ブロッコリー 1. チンガスープ 5. ★バター 5. ★ベシヤメルルウCaFe(交易) 10. 牛乳 20. 塩 0.3 こしょう 0.02 <u>ハンバーグトマトソース</u> ★国産ハンバーグ 1. 個 トマト水煮 15. さとう 0.15 塩 0.15 こしょう 0.01 オレガノ 0.01 <u>ユールスローサラダ</u> 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	<u>白菜と油揚げのみそ汁</u> えのきたけ 10. だいこん 15. にんじん 8. はくさい 25. 油揚げ 10. 長ねぎ 5. 煮干し 1.5 みそ 7.5 <u>さわらのピリ辛揚げ</u> さわら 1. 切 でんぷん 7. 揚げ油 4. おろしにんにく 0.2 おろししょうが 0.3 トウバンゾヤン 0.15 さとう 1.5 米酢 1.8 しょうゆ 2.5 <u>エコマメマカロニサラダ</u> マカロニ(ツイスト) 5. 塩(ゆで) 0.15 キャベツ 15. きゅうり 7. にんじん 5. ★(鎌)ロースハム(切) 3. ★えだまめ(ムキ) 5. 米酢 1. 海水塩 0.35 こしょう 0.02 ノンエッグマヨネーズ 7. 白しょうゆP 0.5	<u>キムチ汁</u> 豚肉(肩・もも) 10. にんじん 15. たまねぎ(むき) 15. 豆腐(凍) Fe添加 25. ★白菜キムチ漬 10. 長ねぎ 5. かつお厚削り(ダシ) 1.5 しょうゆ 4. 酒 1. <u>蒸し餃子</u> ★ギョーザ(蒸し) 2. 個 米酢 1.5 白しょうゆP 1. <u>もやしののり酢あえ</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>みかんゼリー</u> ★みかんゼリー 1. 個	<u>具だくさんごまみそ鍋</u> しらたき 20. にんじん 5. じゃが芋 15. はくさい 20. 厚揚げ 20. 煮干し 1.5 みそ 7.3 白すりごま 3. 長ねぎ 5. <u>銀鱈の西京焼き</u> ★銀鱈西京味噌漬け 1. 個 <u>エコりんごサラダ</u> キャベツ 35. きゅうり 7. にんじん 5. りんご 5. りんご 3. レモン汁(凍) 1. 海水塩 0.3 こしょう 0.01 白しょうゆP 0.5 油P 1. さとう 0.3 <u>マヨポテトサラダ</u> じゃが芋(凍) 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.	<u>まるごと野菜のコンソメスープ</u> ★(鎌)ショルダーベーコン 5. ★(ス)オニオンチー(MCC) 10. たまねぎ(むき) 20. にんじん 10. キャベツ 20. わかめ 0.3 ホールコーン 10. パセリ(乾) 0.03 チンガスープ 5. 塩 0.7 しょうゆ 2. こしょう 0.02 <u>鶏の照焼</u> ★鶏もも肉(下味) 1. 個 しょうゆ 2. みりん 3. さとう 1.5 でんぷん 0.5 水 1. <u>三色コンニャクおひたし</u> キャベツ 10. もやし 20. ★サラダコンニャク 10. 花かつお(サラダ) 0.3 海水塩 0.1 白しょうゆP 2.	<u>けんちん汁</u> ごぼう(切) 10. にんじん 10. はくさい 20. こんにゃく 10. 豆腐(凍) Fe添加 20. 長ねぎ 5. 花かつお(ダシ) 1.5 ごま油 0.5 しょうゆ 4. 酒 1. みりん 1. 塩 0.2 <u>豚肉の生姜炒め</u> 豚肉(肩・もも) 55. 酒 1. たまねぎ(むき) 20. にんじん 10. おろししょうが 0.8 油P 1. しょうゆ 2. 塩 0.2 こしょう 0.02 でんぷん 0.3 <u>ぶりの塩麴焼き</u> ★ぶり(下味) 1. 個 <u>じゃこサラダ</u> キャベツ 30. にんじん 5. きゅうり 7. ★揚げちりめん 5. 米酢 1. さとう(サラダ) 0.5 白しょうゆP 2. ごま油 0.5	<u>なめこのみそ汁</u> 豆腐(凍) Fe添加 20. なめこ 15. たまねぎ(むき) 20. だいこん 15. 長ねぎ 5. 煮干し 2.1 みそ 7.5

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。