

アレルギー用 明細献立表(西部学校給食センターCコース)

2026-02-03 印刷

令和8年3月2日月曜 ~ 令和8年3月13日金曜

1 ページ

2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	9(月)	10(火)	11(水)	12(木)
C	C	C	C	C	C	C	C	C
ごはん	ごはん	★いなりずし	ごはん	★まるパン	ごはん	ごはん	★赤飯	ごはん
五角みそ汁 じゃが芋 20. こんにやく 15. だいこん 10. にんじん 10. 豆腐(凍) Fe添加 25. 煮干し 2. みそ 7.5 長ねぎ 5.	すきやき煮 牛もも肉 25. しらたき 10. たまねぎ 20. はくさい 20. ★焼き豆腐 20. 長ねぎ 5. さとう 0.5 しょうゆ 7. みりん 0.8 酒 0.8 花かつお(ダシ) 1.5	花ふのすまし汁 えのきたけ 7. たまねぎ(むき) 15. だいこん 15. にんじん 5. 豆腐(凍) Fe添加 25. ★たけのこ(切) 10. ★花ふ 1.2 みつば 3. 白しょうゆ 3.5 酒 1. 塩 0.2 だし昆布 0.5 花かつお(ダシ) 2.	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 豚ロース肉 30. たまねぎ(むき) 40. にんじん 20. 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 9. しょうゆ 2. ウスターソースP 1. ガラムマサラ 0.01	オニオンスープ 鶏ムネ肉 10. ★(S)おネリチー(MCC) 15. たまねぎ(むき) 25. にんじん 10. ホールコーン 10. パセリ(乾) 0.03 チキンラスープ 5. 塩 0.7 しょうゆ 1. こしょう 0.02	具だくさん味噌汁 たまねぎ(むき) 15. ごぼう(切) 10. にんじん 10. だいこん 15. 厚揚げ 20. 小松菜 5. 煮干し 2. みそ 7.5	ほたてのスープ ★ほたて貝柱フルク水煮 15. ★たけのこ(切) 15. にんじん 5. たまねぎ 15. えのきたけ 5. マロニー 2. チキンガラパック 10. 白しょうゆ 3. 酒 1. こしょう 0.02 塩 0.1 小松菜 5.	お祝いすまし汁 えのきたけ 5. だいこん 15. にんじん 10. ★祝なると(切) 7. ★桜かまぼこ 5. 豆腐(凍) Fe添加 20. みつば 3. 花かつお(ダシ) 1.2 だし昆布 0.5 塩 0.1 白しょうゆ 3.5 酒 1.	ベーコンと野菜のスープ セロリー 5. ★(雞)シヨルターベーコン 7. ★(S)おネリチー(MCC) 5. にんじん 10. たまねぎ 20. ホールコーン 5. じゃが芋(凍) 20. キャベツ 10. チンゲンサイ 5. チキンラスープ 5. 塩 0.2 白しょうゆ 3. こしょう 0.02
ソースチキンカツ ★鶏ムネ肉(下味) 1. 枚 小麦粉 4. ★パン粉 6. 揚げ油 7. 中濃ソース 4. しょうゆ 2. ★ざらめ糖 2.5 みりん 2. 水 1.	雪中キャベツの肉団子 ★雪中キャベツの肉団子 2. 個	たいの幽庵焼き ★たい(下味) 1. 個	りんご りんご 0.25 個	キャベツメンチカツ ★メンチカツ 1. 個 揚げ油 8. 中濃ソースP 5.	牛丼 牛もも肉 50. しらたき 10. たまねぎ(むき) 30. 油P 0.5 さとう 2. しょうゆ 5. 酒 1. みりん 2.	ぎょうざ ★ギョーザ(蒸し) 2. 個 米酢 1.5 白しょうゆP 1.	えびフライ ★えびフライ 2. 本 揚げ油 5. 中濃ソースP 3.	スパニッシュオムレツのトマトソース ★(S)スパイン風オムレツ 1. 個 オリーブ油 0.2 おろしにんにく 0.2 豚ももひき肉 7. たまねぎ(むき) 8. トマト水煮 10. ケチャップ 2. 塩 0.1 さとう 0.5 こしょう 0.01 オレガノ 0.01
よるこんぶあえ キャベツ 35. きゅうり 7. にんじん 5. ホールコーン 5. 塩こんぶ 0.7 海水塩 0.1 白しょうゆP 1. ★千鳥酢 0.5	ごまあえ もやし 35. にんじん 10. きゅうり 7. 白すりごま 3. さとう(サダ) 1.2 白しょうゆP 2.5	菜の花あえ なばな 5. キャベツ 25. ホールコーン 10. にんじん 5. 白しょうゆP 2.5	ごぼうとツナのサラダ ごぼう(切) 20. しょうゆ 1.3 さとう 1. 酒 0.5 みりん 0.2 ホールコーン 10. にんじん 8. きゅうり 7. ★オリーブドツナ 7. ★千鳥酢 1.2 ノエッグマヨネーズ 5.	まめまめサラダ キャベツ 27. きゅうり 7. にんじん 5. ★えだまめ(Aキ) 5. 大豆(乾) 5. ★千鳥酢 1. 白しょうゆP 2.1 さとう(サダ) 0.3 オリーブ油 0.5	マヨポテトサラダ じゃが芋(凍) 15. じゃが芋 15. にんじん 5. きゅうり 7. キャベツ 10. ★(雞)ロースハム(切) 5. 白しょうゆ 0.5 こしょう 0.02 ★千鳥酢 1. ノエッグマヨネーズ 7.	ハンパングーザサラダ もやし 35. きゅうり 7. にんじん 5. ★ささみフレーク 10. 白しょうゆP 2.5 白ねりごま 2. ★千鳥酢 1. ごま油 0.3 ★ラー油 0.3 さとう 0.3	春色サラダ キャベツ 32. きゅうり 5. にんじん 7. 大豆の華 フレーク 1. ★オリーブドツナ 7. さとう(サダ) 0.5 ★千鳥酢 1. 海水塩 0.3 こしょう 0.01 油P 1.	じゃことわかめのサラダ キャベツ 25. きゅうり 7. ★揚げちりめん 5. わかめ 0.5 ★千鳥酢 2. 白しょうゆP 2. ごま油 0.5 さとう(サダ) 0.5
		ひしもち ★ひしもち 1. 個			ヨーグルト ★ヨーグルト 1. 個		ごま塩 ★ごま塩 1. 袋	お祝い豆乳ケーキ ★お祝いケーキ 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Cコース)

令和8年3月2日月曜 ~ 令和8年3月13日金曜

13(金)								
C								
★ミルクロールパン								
ジュリエンスープ								
油P	0.3							
豚もも肉	10.							
たまねぎ(むき)	20.							
にんじん	10.							
キャベツ	30.							
チンガラスープ	5.							
塩	0.2							
白しょうゆ	4.							
こしょう	0.02							
ポテトグラタン								
じゃが芋(凍)	20.							
★バター	1.							
鶏ムネ肉	20.							
たまねぎ(むき)	10.							
塩	0.08							
こしょう	0.01							
オスターソース	1.							
牛乳	28.							
米粉	2.5							
白ワイン	1.							
生クリーム	3.							
★ソレットチーズ	8.							
パセリ(乾)	0.02							
紙カップ	1. 枚							
ブロッコリーサラダ								
ブロッコリー(凍)	35.							
ホールコーン	10.							
にんじん	5.							
海水塩	0.2							
★千鳥酢	1.							
さとう(サラダ)	0.5							
白しょうゆP	1.							
オリーブ油	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。