

8(水)	9(木)	10(金)	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	20(月)
A	A	A	A	A	A	A	A	A
ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	★ミルクロールパン	ごはん	ごはん	★わかめごはん	ごはん
<u>さわに椀</u> 豚肉(肩・もも) 5. だいこん 20. にんじん 10. たまねぎ 20. ★細切カボチャ 5. 塩 0.2 白しょうゆ 3.5 酒 1. 花かつお(ダシ) 1.5 こしょう 0.01	<u>キムチ汁</u> 油P 0.5 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 7. 長ねぎ 5. 花かつお(ダシ) 1.5 しょうゆ 4. 酒 1. 塩 0.1	<u>じゃがいものみそ汁</u> じゃが芋 25. たまねぎ 20. 油揚げ 5. えのきたけ 5. わかめ 0.5 長ねぎ 5. 煮干し 1.5 みそ 7.5 <u>鮭の塩焼き</u> ★サケ(下味) 1. 切	<u>豚汁</u> ごぼう(切) 5. 突こんにゃく 10. 豚肉(肩・もも) 20. 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(切) 20. 煮干し 1.5 みそ 7.3 長ねぎ 5.	<u>ポトフ</u> 油P 0.5 セロリー 3. たまねぎ(むき) 20. にんじん 10. ★(鎌)ウインナー(切) 20. じゃが芋(凍) 20. キャベツ 20. 白ワイン 1. 塩 0.4 こしょう 0.02 ★コンソメ 0.5 白しょうゆ 1.	<u>みそちゃんこ</u> 花かつお(ダシ) 1.5 豚肉(肩・もも) 20. はくさい 25. 油揚げ 5. えのきたけ 5. 長ねぎ 5. しらたき 10. しめじ 5. にんじん 5. みりん 1. 酒 1. みそ 7.3	<u>はくさいスープ</u> はくさい 20. にんじん 10. もやし 15. えのきたけ 5. 長ねぎ 5. チンガラパック 10. 白しょうゆ 3.5 酒 1. こしょう 0.02 塩 0.2	<u>お祝いすまし汁</u> たまねぎ(むき) 15. にんじん 10. ★祝なると(切) 8. ★豆腐(凍) Fe添加 25. みつば 3. 花かつお(ダシ) 1. だし昆布 0.5 塩 0.1 白しょうゆ 3.5 酒 1.	<u>ポークカレー</u> 油P 1. おろししょうが 0.2 おろしにんにく 0.2 豚もも肉 25. 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. りんごピューレ 5. チャツネ 1.5 カレールウ 10. しょうゆ 2. ウスターソースP 1. ガラムマサラ 0.01 ポークガラパック 10. チンガラパック 長ねぎ
<u>ホキのみそマヨ焼き</u> ★ホキみそマヨ 1. 個	<u>鶏とじゃがいもの甘辛揚げ</u> 鶏ムネ肉 35. じゃが芋(凍) 25. でんぷん 5. 揚げ油 5. しょうゆ 3. さとう 2. みりん 3. 水 2. でんぷん 0.2	<u>ひじきの炒り煮</u> 豚肉(肩・もも) 10. しらたき 15. にんじん 10. ひじき 3. ★さつま揚げ 10. 大豆(乾) 2. さとう 3. しょうゆ 4. みりん 1.5 油P 1. 花かつお(ダシ) 0.5	<u>さばの味噌煮</u> ★さばみそ煮 1. 個	<u>フライドチキン</u> ★鶏もも肉(下味) 1. 個 黒こしょう 0.02 でんぷん 8. 揚げ油 6.	<u>焼あじの南蛮だれ</u> あじ 1. 切 しょうゆ 2. さとう 1.5 米酢 1.5 みりん 1.5 長ねぎ 2. 一味唐辛子 0.01	<u>麻婆豆腐</u> おろししょうが 0.3 豚肩ひき肉 25. たまねぎ(むき) 20. ★たけのこ(切) 10. ★豆腐(凍) Fe添加 40. 長ねぎ 5. みそ 2. オイスターソース 0.5 しょうゆ 2. 酒 2. トウバンジャン 0.1 ごま油 0.5 さとう 0.5 チンガラパック 水 5. でんぷん 0.5	<u>山賊焼き</u> ★鶏むね肉(下味) 1. 枚 でんぷん 8. 揚げ油 6.	<u>やさいグラタン</u> ★やさいグラタン(乳小麦なし) 1. 個
<u>わかめ入りおひたし</u> きゅうり 7. はくさい 25. にんじん 5. ★えだまめ(ムキ) 5. わかめ 0.5 白しょうゆP 1.5 海水塩 0.15	<u>オニドレサラダ</u> キャベツ 30. きゅうり 5. 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 0.2 黒こしょう 0.01 さとう(サラダ) 0.8		<u>ハムサラダ</u> キャベツ 20. もやし 15. きゅうり 5. ★(鎌)ロースハム(切) 5. にんじん 5. さとう(サラダ) 0.3 白しょうゆP 1. 油P 0.5 米酢 1. 海水塩 0.2	<u>ブロッコリーサラダ</u> ブロッコリー(凍) 15. キャベツ 20. ホールコーン 10. にんじん 5. 海水塩 0.2 米酢 1. さとう(サラダ) 0.5 白しょうゆP 1. オリーブ油 0.5	<u>もやしのおかかあえ</u> もやし 35. きゅうり 7. にんじん 5. 白しょうゆP 2. 花かつお(サラダ) 0.5	<u>だいこんのナムル</u> 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.	<u>コーンサラダ</u> キャベツ 30. 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>コールスローサラダ</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

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。
★のついている食品は「4月分 使用食材原材料一覧表」に掲載のある食品です。★のない加工品は「通年使用食材 使用食材原材料一覧表」をご確認ください。

アレルギー用 明細献立表(西部学校給食センターAコース)

2026-03-05

令和8年4月1日水曜 ～ 令和8年4月30日木曜

2 ページ

21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	27(月)	28(火)	30(木)		
A	A	A	A	A	A	A		
★背割コッペパン	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	★切込まるパン	ごはん		
<u>オニオンスープ</u> ★(※)オニオン汁(MCC) 10. たまねぎ 25. にんじん 10. ホールコーン 10. パセリ(乾) 0.03 ★チキンガラスープ 5. 塩 0.5 しょうゆ 2. こしょう 0.02 鶏ムネ肉 10.	<u>いも団子汁</u> 鶏ムネ肉 10. たまねぎ 15. はくさい 15. ★いも団子 25. みつば 3. 塩 0.1 酒 1. しょうゆ 4. 花かつお(ダシ) 1.5 <u>肉どんぶり</u> 豚肉(肩・もも) 40. しらたき 15. たまねぎ(むき) 20. にんじん 5. しめじ 5. 油P 1. さとう 1.7 しょうゆ 3.5 酒 0.8 みりん 1. <u>マヨポテトサラダ</u> 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. ノンエックマヨネーズ(サラダ) 7. <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>大根のみそ汁</u> にんじん 10. だいこん 40. 油揚げ 5. 煮干し 1.5 みそ 7.3 えのきたけ 5. 長ねぎ 5. <u>さんま甘露煮</u> ★さんま甘露煮 1. 個 <u>元気サラダ</u> キャベツ 30. きゅうり 5. ホールコーン 5. にんじん 5. 花かつお(サラダ) 0.5 ★(鎌)ロースハム(切) 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>さくらゼリー</u> ★さくらゼリー 1. 個	<u>とうふのみそ汁</u> にんじん 10. えのきたけ 5. ★豆腐(凍) Fe添加 25. 長ねぎ 5. わかめ 0.3 煮干し 1.5 みそ 7.5 だいこん 15. <u>あんかけ肉団子</u> ★うす味たれつき肉団子 3. 個 <u>マロニーサラダ</u> 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	<u>蒟蒻麺スープ</u> ★こんにゃく麺 25. ★(鎌)ロースハム(切) 10. ★なると 5. キャベツ 15. 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. チキンガラパック 5. 酒 1. しょうゆ 3. 黒こしょう 0.02 ごま油 0.5 塩 0.2 きくらげ(切) 0.1 <u>パーコー</u> ★豚ロース肉(下味) 1. 枚 でんぷん 8. 揚げ油 5. <u>もやしの中華あえ</u> もやし 35. きゅうり 7. にんじん 10. 白しょうゆP 2.5 ごま油 1. さとう(サラダ) 0.4	<u>ミネストローネ</u> オリーブ油 0.5 豚もも肉 15. キャベツ 10. たまねぎ(むき) 20. にんじん 10. じゃが芋(凍) 15. セロリー 5. パセリ(乾) 0.03 おろしにんにく 0.4 ベジダシ 3. 赤ワイン 1. ★(ピ)カットマト 25. ケチャップ 3. 塩 0.1 こしょう 0.02 白しょうゆ 2. 大豆(乾) 2. <u>ハンバーグマトソース</u> ★ハンバーグ 1. 個 中濃ソース 5. ケチャップ 8. 赤ワイン 0.6 さとう 0.2 <u>みかんジュレ</u> ★みかん缶 20. ★甘夏みかん缶 20. ★レモンゼリー 20. ★カットゼリー(サイダー風) 20.	<u>春雨とほうれん草のスープ</u> 豚もも肉 15. たまねぎ(むき) 15. にんじん 10. はくさい 15. ほうれんそう 5. マロニー 3. ポークガラパック 5. チキンガラパック 5. しょうが 0.5 白しょうゆ 4. 酒 1. 塩 0.2 こしょう 0.02 <u>鶏のレモンソース</u> 鶏ムネ肉 1. 枚 でんぷん 6. 揚げ油 7. 白しょうゆ 3. さとう 3. レモン汁 3. みりん 3. <u>じゃこサラダ</u> だいこん 30. にんじん 5. きゅうり 7. ★ミニチリン 3. 米酢 1. さとう(サラダ) 0.5 白しょうゆP 1.5 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。
★のついている食品は「4月分 使用食材原材料一覧表」に掲載のある食品です。★のない加工品は「通年使用食材 使用食材原材料一覧表」をご確認ください。