

# 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)

2026-05-08 印刷

令和8年6月1日月曜 ~ 令和8年6月30日火曜

1 ページ

1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)
C	C	C	C	C	C	C	C	C
ごはん	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
<b>つみれ汁</b> ★たらすりみ 20. ★いわしすり身 15. おろししょうが 0.2 長ねぎ 3. でんぶん 0.7 にんじん 10. だいこん 10. はくさい 20. しめじ 5. 白しょうゆ 3. 酒 1. みりん 1. 塩 0.2 花かつお(ダシ) 1.	<b>たぬき汁</b> こんにゃく 15. たまねぎ 10. だいこん 15. ★豆腐(凍) Fe添加 15. 油揚げ 5. にんじん 5. おろししょうが 0.5 長ねぎ 3. 油P 0.5 酒 0.8 みそ 7.5 煮干し 2.  <b>タラのオイマヨ焼き</b> たら 1. 切 オイスターソース 1.5 ★エッグマヨネーズ 10. みりん 0.5 おから 3. 紙カップ 1.  <b>いもいもサラダ</b> じゃが芋(凍) 15. さつまい芋(凍) 15. きゅうり 7. にんじん 5. キャベツ 8. 海水塩 0.3 こしょう 0.02 米酢 1. 油P 1.	<b>キムチ汁</b> 豚肉(肩・もも) 10. にんじん 15. たまねぎ 15. ★豆腐(凍) Fe添加 20. ★白菜キムチ漬 7. 長ねぎ 5. 花かつお(ダシ) 2. しょうゆ 4. 酒 1. 塩 0.1  <b>鶏唐揚げ</b> ★鶏むね肉(下味) 2. 個 でんぶん 8. 揚げ油 7.  <b>春雨サラダ</b> 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  <b>シークワーサーゼリー</b> ★シークワーサーゼリー 1. 個	<b>豆乳ちゃんぽんスープ</b> おろししょうが 0.3 鶏ムネ肉 15. たまねぎ 20. にんじん 5. キャベツ 20. ★なると 5. ホールコーン 5. きくらげ(切) 0.3 豆乳 20. 白しょうゆ 1. 酒 1. 塩 0.4 チキンガラパック 5. こしょう 0.02  <b>長いもの炒め煮</b> 豚肉(肩・もも) 35. たまねぎ(むき) 25. ながいも(切) 30. にんじん 5. いんげん(凍) 5. 油P 1. みりん 1.5 さとう 1.5 しょうゆ 2.8 酒 1.  <b>ほうれんそうのりマヨサラダ</b> もやし 35. にんじん 5. ほうれんそう 5. きゅうり 7. 白しょうゆP 1. ノエッグマヨネーズ(サラダ) 7. 角きざみのり(西) 0.2	<b>野菜スープ</b> ★(凍)ウインナー(切) 10. ★(肉)ホホウチ( MCC) 5. セロリー 5. ホールコーン 10. たまねぎ 15. にんじん 5. じゃが芋(凍) 20. しょうゆ 3. 塩 0.2 こしょう 0.03 ★チキンガラスープ 5.  <b>チリコンカン</b> おろしにんにく 0.2 豚ももひき肉 30. たまねぎ 20. 大豆(乾) 4. ケチャップ 12. さとう 0.5 中濃ソース 2. トマトピエール 1.5 チリパウダー 0.1 赤ワイン 1.5 塩 0.05 こしょう 0.02 油P 0.5	<b>厚揚げ汁</b> 厚揚げ 20. 鶏ひき肉 5. たまねぎ 15. にんじん 5. だいこん 15. 小松菜 5. 長ねぎ 5. 白しょうゆ 4. 酒 1.2 塩 0.1 でんぶん 0.8 花かつお(ダシ) 2.  <b>バーのごまがらめ</b> ★豚レバー(下味) 20. 豚もも肉(揚げがらめ用) 35. でんぶん 8. 揚げ油 7. 酒 3. しょうゆ 3. さとう 1.5 みりん 1.5 トウバンジャン 0.1 白いりごま 1.5  <b>なめたけあえ</b> キャベツ 30. きゅうり 7. にんじん 10. ★なめたけ 8. 白しょうゆP 0.8	<b>にらのみそ汁</b> 豚肉(肩・もも) 10. にんじん 5. だいこん 15. じゃが芋 15. もやし 10. にら 5. 煮干し 2. みそ 7.3  <b>厚揚げそぼろあん</b> 厚揚げ 1. 個 豚肩ひき肉 15. 大豆の華粒 1. たまねぎ(むき) 5. おろししょうが 0.3 しょうゆ 2. さとう 1. みりん 2. 水 3. 酒 2. でんぶん 0.3  <b>新たまサラダ</b> 新たまねぎ 10. キャベツ 30. きゅうり 7. にんじん 5. 花かつお(サラダ) 0.5 白しょうゆP 2. 海水塩 0.1	<b>肉だんごスープ</b> にんじん 10. たまねぎ 20. はくさい 15. ★肉だんごつくね 30. チキンガラパック 10. 長ねぎ 0.5 塩 0.1 しょうゆ 2.8 酒 1. こしょう 0.02 小松菜 5.  <b>いわし生姜煮</b> ★いわし生姜煮 1. 尾	<b>春雨四川スープ</b> 豚肉(肩・もも) 10. えのきたけ 5. たまねぎ 10. にんじん 10. ★豆腐(凍) Fe添加 20. マロニー 5. チキンガラパック 10. 長ねぎ 0.5 塩 0.1 しょうゆ 3.5 こしょう 0.02 トウバンジャン 0.08 酒 1. みりん 1. でんぶん 1. 長ねぎ 4.5  <b>蒸し餃子</b> ★ギョーザ(蒸し) 2. 個 米酢 1.5 白しょうゆP 1.  <b>切干大根のツナマヨサラダ</b> ゆでぼし大根 8. にんじん 5. きゅうり 7. ★ツナフレーク 5. ノエッグマヨネーズ 8. 米酢 1.3 白しょうゆP 2.  <b>わかめ中華サラダ</b> もやし 25. プロコリー(凍) 10. わかめ 0.5 にんじん 5. ごま油 0.5 米酢 1. 白しょうゆP 2.5 こしょう 0.02

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。  
 ★のついている食品は「6月分 使用食材原材料一覧表」に掲載のある食品です。(素材100%の食品を除く) ★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Cコース)

令和8年6月1日月曜 ~ 令和8年6月30日火曜

12(金)	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	22(月)	23(火)	24(水)
C	C	C	C	C	C	C	C	C
★まるパン	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	コッペパン	ごはん	ごはん	★ゆかりごはん
<b>アスパラコーンポタージュ</b> 鶏ムネ肉 10. たまねぎ 20. にんじん 5. ホールコーン 10. ユンパースト 20. アスパラガス 5. ★キノガラスープ 5. 米粉 3. 牛乳 20. 生クリーム 8. 塩 0.6 こしょう 0.02	<b>うどん汁</b> うどん 20. 鶏ムネ肉 10. たまねぎ 20. にんじん 10. ★さかなかまぼこ 7. はくさい 10. 小松菜 5. 花かつお(ダシ) 2. みりん 2. しょうゆ 4. 塩 0.2	<b>凍り豆腐の味噌汁</b> にんじん 10. はくさい 15. たまねぎ(むぎ) 20. じゃが芋 20. ★こおり豆腐 1. 油揚げ 5. 小松菜 5. 煮干し 2. みそ 7.5	<b>チキンカレー</b> 油P 1. おろししょうが 0.2 おろしにんにく 0.2 鶏ムネ肉 20. たまねぎ(むぎ) 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. ★おろしりんご(ピ) 8. カレールーウ 9. しょうゆ 2. ウスターソースP 1. ガラムマサラ 0.01	<b>苜蓿麵スープ</b> ★こんにゃく麵 30. 豚ももひき肉 10. ★なると 7. もやし 20. にんじん 5. 長ねぎ 4.5 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. キンガラパック 5. 長ねぎ 0.5 酒 1. 白しょうゆ 3. 塩 0.2 黒こしょう 0.02	<b>ユンとレタスのスープ</b> 鶏ムネ肉 10. たまねぎ 30. にんじん 10. ホールコーン 10. ユンパースト 20. レタス 15. ★キノガラスープ 5. 塩 0.3 白しょうゆ 3. こしょう 0.02	<b>豚汁</b> ごぼう(切) 5. 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 7.3 長ねぎ 5.	<b>米粉ワンタンスープ</b> たまねぎ(むぎ) 20. 豚ももひき肉 10. にんじん 10. しめじ 10. キンガラパック 10. 長ねぎ 0.5 ★なると 5. 塩 0.1 こしょう 0.02 白しょうゆ 3.5 ★米粉ワンタン 8. チンゲンサイ 5. 長ねぎ 2.5	<b>ちゃんこ汁</b> 花かつお(ダシ) 1.5 豚肉(肩・もも) 15. はくさい 20. 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. 白しょうゆ 4.
<b>ハンバーグトマトソース</b> ★国産ハンバーグ 1. 個 トマト水煮 15. 塩 0.1 ケチャップ 2. さとう 0.5 こしょう 0.01 赤ワイン 1.	<b>信田煮</b> ★信田袋 1. 個 酒 0.5 でんぷん 0.25 長ねぎ 1. 白しょうゆ 1.5 さとう 0.6 みりん 2. 水 3.	<b>かつおおかか煮</b> ★かつおおかか煮 1. 個	<b>トマトミートソムレ</b> ★(ス)トマトミートソムレ 1. 個	<b>キムタク炒め</b> ごま油 0.5 豚もも肉 40. たまねぎ(むぎ) 25. ★白菜キムチ漬 12. ★つぼ漬 8. 酒 0.5	<b>ホキフライ</b> ★ホキフライ 1. 個 揚げ油 6. 中濃ソースP 5.	<b>焼あじの南蛮だれ</b> ★あじ(下味) 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	<b>はるまき</b> ★春巻き 1. 個 揚げ油 5.	<b>なないろあげ</b> ★なないろ揚げ 1. 個 揚げ油 8.
<b>枝豆サラダ</b> ★えだまめ(ムキ) 10. にんじん 7. キャベツ 30. きゅうり 7. 米酢 1. 油P 1. 海水塩 0.1 白しょうゆP 1.5	<b>きんぴらごぼう</b> ごぼう(切) 30. にんじん 15. 豚肉(肩・もも) 10. さとう 1.3 しょうゆ 2.1 みりん 0.4 油P 1. 水 2.5	<b>こんにゃくサラダ</b> ★サラダ コニャク 20. きゅうり 5. キャベツ 25. 米酢 1.5 海水塩 0.1 白しょうゆP 2. さとう(サラダ) 0.3 油P 1.	<b>福神漬あえ</b> キャベツ 25. きゅうり 7. にんじん 10. ★七福神漬 10. 白しょうゆP 0.5	<b>海そうサラダ</b> キャベツ 25. きゅうり 7. にんじん 5. 海そうサラダ 1. 米酢 1. 海水塩 0.3 こしょう 0.02 油P 1.	<b>大豆のフレークサラダ</b> キャベツ 30. きゅうり 5. にんじん 5. ★ツナフレーク 5. 大豆の華 フレーク 2. さとう(サラダ) 0.5 米酢 1. 海水塩 0.3 こしょう 0.01 油P 0.5	<b>ごまささみあえ</b> きゅうり 7. もやし 30. にんじん 10. ★ささみフレーク 15. 白すりごま 1. さとう(サラダ) 0.5 白しょうゆP 1.5 米酢 1. 油P 0.5	<b>大根の中華あえ</b> だいこん 35. きゅうり 7. にんじん 10. 白しょうゆP 2. 海水塩 0.1 ごま油 1. さとう(サラダ) 0.4	<b>まぜっこサラダ</b> キャベツ 30. きゅうり 7. にんじん 10. ★揚げちりめん 3. 白いりごま 1.5 米酢 1. 油P 1. さとう(サラダ) 0.2 白しょうゆP 1.5

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「6月分 使用食材原材料一覧表」に掲載のある食品です。(素材100%の食品を除く) ★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Cコース)

令和8年6月1日月曜 ~ 令和8年6月30日火曜

25(木)	26(金)	29(月)	30(火)
C	C	C	C
ごはん	★黒パン	ごはん	★わかめごはん
<b>たけのこ汁</b> たまねぎ 15. にんじん 5. ★たけのこ(切) 10. えのきたけ 7. じゃが芋 20. ★さば缶 7. みそ 8. 煮干し 2.	<b>オニオンスープ</b> 鶏ムネ肉 10. おろしにんにく 0.2 ★(ス)オニオン(MCC) 15. たまねぎ(むき) 25. にんじん 5. ホールコーン 10. ブツキニーニ 5. パセリ 0.5 ★チキンガラスープ 7. 塩 0.7 しょうゆ 1. こしょう 0.02	<b>具だくさんみそ汁</b> にんじん 5. だいこん 10. 厚揚げ 20. 突こんにゃく 10. じゃが芋 20. 煮干し 2. みそ 7.3 小松菜 5.  <b>肉団子</b> ★ふんわり肉団子 2. 個	<b>ABCスープ</b> ★(銀)ショルダーベーコン セロリー 5. たまねぎ 20. にんじん 10. キャベツ 20. 塩 0.2 こしょう 0.02 しょうゆ 3. ★チキンガラスープ 5. マカロニ(ABC) 5. チンゲンサイ 3.
<b>凍り豆腐と鶏肉の甘辛揚げ</b> ★こおり豆腐 4. 鶏ムネ肉 40. でんぷん 7. 揚げ油 7. さとう 2. しょうゆ 3. みりん 3. 水 2.	<b>ピザパテ</b> じゃが芋(凍) 45. ★(銀)ウインナー(切) 10. ★(銀)モドモド(トマトソース) 8. ケチャップ 3. こしょう 0.01 ★シュレットチーズ 6. パセリ(乾) 0.02 紙カップ 1. 枚	<b>梅ドレサラダ</b> もやし 25. だいこん 20. きゅうり 7. にんじん 3. ★ねり梅 1.5 さとう 0.3 白しょうゆP 0.7 油P 0.8 こしょう 0.01	<b>山賊焼き</b> ★鶏むね肉(下味) 1. 枚 でんぷん 8. 揚げ油 6.  <b>ブロッコリーサラダ</b> 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 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  <b>ミルク</b> ★ミルク(コヒレ) 1. 個
<b>ぶるぶるユニヤク寒天サラダ</b> ユニヤク寒天 0.5 キャベツ(西部) 25. きゅうり 7. にんじん 5. 米酢 1.5 海水塩 0.2 白しょうゆP 1.5 さとう(サラダ) 0.3 油P 0.5	<b>コールスローサラダ</b> 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 さとう(サラダ) 0.3		

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「6月分 使用食材原材料一覧表」に掲載のある食品です。(素材100%の食品を除く) ★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。