

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)

2026-06-04 印刷

令和8年7月1日水曜 ~ 令和8年7月31日金曜

1 ページ

1(水)	2(木)	3(金)	6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	13(月)
A	A	A	A	A	A	A	A	A
ごはん	★わかめごはん	ごはん	ごはん	★まるパン	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
いも団子汁 鶏ムネ肉 10. だいこん 20. にんじん 10. えのきたけ 5. ★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	蒟蒻麺スープ ★こんにゃく麺 25. ★(鎌)ロースハム(切) 10. ★なると 5. もやし 15. 長ねぎ 5. おろししょうが 0.3 おろしにんにく 0.3 ホーガハラック 5. ｷﾝｶﾞﾗｯｸ 5. 酒 1. しょうゆ 3. 黒こしょう 0.02 ごま油 0.5 塩 0.1	みそキムチ汁 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. 花かつお(ダシ) 1.5 みそ 7. 酒 1. いわし梅煮 ★いわし梅煮 1. 尾	環境にやさしい野菜スープ 油P 0.5 鶏ムネ肉 10. たまねぎ(むき) 20. 茶色えのきたけ 5. にんじん 5. キャベツ(西部) 10. じゃが芋 10. 小松菜 5. ｷﾝｶﾞﾗｯｸ 10. 塩 0.2 白しょうゆ 3.5 こしょう 0.02	きのこ青菜のスープ ★(鎌)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.	わかめスープ ★豆腐(凍) Fe添加 25. にんじん 5. たまねぎ(むき) 15. はくさい(西部) 10. ★細切ｶﾏﾎﾞｺ 10. わかめ 0.7 長ねぎ 5. ★ｷﾝｶﾞﾗｽｰﾌﾟ 5. 塩 0.15 白しょうゆ 3.5 酒 1. こしょう 0.02	すまし汁 たまねぎ(むき) 10. にんじん 10. ★なると 10. ★豆腐(凍) Fe添加 25. はくさい(西部) 10. 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.	とうふのみそ汁 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 7.2 はくさい(西部) 15.	ｺｰﾝ入りﾚﾀｽｽｰﾌﾟ 鶏ムネ肉 10. たまねぎ(むき) 30. にんじん 10. ホールコーン 10. ★ｸﾘｰﾑｺｰﾝ 20. レタス 15. ★ｷﾝｶﾞﾗｽｰﾌﾟ 5. 塩 0.3 白しょうゆ 3. こしょう 0.02
麩チャンプルー 豚肉(肩・もも) 20. にんじん 10. もやし 20. 冷凍液卵 15. 油P 0.4 しょうゆ 2.5 塩 0.2 こしょう 0.02 花かつお(ダシ) 0.5 ★焼ふ 1.	鶏唐揚げ ★鶏もも肉(下味) 2. 個 でんぷん 6. 揚げ油 5.	大根とほたてのマヨサラダ だいこん 20. きゅうり 5. にんじん 5. ホールコーン 5. ★ほたて貝柱ﾌﾙｰｸ水煮 3. ﾈﾝｴｯｸﾞ ﾏﾖﾈｰｽﾞ 7. 白しょうゆP 0.5 花かつお(ダシ) 0.5	ドライカレー 油P 1. おろしにんにく 0.4 豚肩ひき肉 30. たまねぎ 20. なす 10. ズッキーニ 10. 大豆(凍) 4. ★えだまめ(ｷ) 4. カレー粉 0.8 ケチャップ 3. しょうゆ 1. 塩 0.1 ﾜｽﾀｰｰｽﾌﾟ 3. 赤ワイン 1.	星のコロッケ ★星のコロッケ 2. 個 揚げ油 5. 中濃ソースP 3.	ショーロンポー ★ショーロンポー 3. 個 米酢 1.5 白しょうゆ 1.	ホキのタルタル焼き ★ホキ(下味) 1. 切 白ワイン 1.3 たまねぎ 10. ﾈﾝｴｯｸﾞ ﾏﾖﾈｰｽﾞ 10. ★ｼﾞｬﾚｯﾄﾞﾁｰｽﾞ 7. パセリ(乾) 0.01 紙カップ 1. 枚	たこ唐揚げ ★たこ唐揚げ 25. ★皮つきポテト 25. 揚げ油 5.	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(ヨ) 0.05 豆乳 3. 大豆の華 フレーク 1. ケチャップ 1.5 塩 0.2 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
コールスローサラダ キャベツ(西部) 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	春雨サラダ マロニー 5. きゅうり 7. キャベツ(西部) 20. にんじん 5. 米酢 1. さとう(ダシ) 0.5 白しょうゆP 2. 海水塩 0.1 油P 0.5	だいこんサラダ だいこん 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.	アスパラサラダ キャベツ(西部) 30. アスパラガス 10. ホールコーン 5. にんじん 5. 米酢 1. 油P 1. 海水塩 0.3 こしょう 0.02 さとう(ダシ) 0.2	オニドレサラダ キャベツ(西部) 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 0.1 黒こしょう 0.01 さとう(ダシ) 0.8	もやしのおかかあえ 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(ダシ) 0.5	カリコリ漬け きゅうり 10. だいこん 25. にんじん 5. 白しょうゆP 1. 塩こんぶ 0.5 海水塩 0.3	マヨポテトサラダ じゃが芋(凍) 35. にんじん 10. きゅうり 7. こしょう 0.02 白しょうゆP 0.5 米酢 1. ﾈﾝｴｯｸﾞ ﾏﾖﾈｰｽﾞ(ダシ) 7.	
	豆乳チョコクレープ ★チョコクレープ(乳卵小麦なし) 1. 個							

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「7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Aコース)

令和8年7月1日水曜 ~ 令和8年7月31日金曜

14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)
A	A	A	A	A	A	A	A
★ミルクロールパン	ごはん	ごはん	ごはん	コッペパン	★ゆかりごはん	ごはん	ごはん
ミネストローネ オリーブ油 0.5 豚もも肉 15. キャベツ(西部) 10. たまねぎ(むき) 20. にんじん 10. じゃが芋 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.	七夕汁 ★極細かまぼこ白 5. ★星形かまぼこ 5. はくさい(西部) 20. えのきたけ 5. たまねぎ(むき) 10. にんじん 10. 長ねぎ 3. だし昆布 0.5 花かつお(ダシ) 1.5 みりん 1. 塩 0.1 白しょうゆ 3.5 酒 1. はるまき ★春巻き 1. 個 揚げ油 5.	厚揚げ汁 厚揚げ 20. 豚もも肉 10. たまねぎ(むき) 15. にんじん 5. はくさい(西部) 15. 小松菜 5. 長ねぎ 5. みそ 7.3 煮干し 1.5 うなぎのかば焼き ★うなぎ蒲焼き 1. 個	夏野菜カレー 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) 30. たまねぎ(むき) 30. ズッキーニ 5. なす 5. じゃが芋(凍) 20. カレー粉 0.1 ★(ピ)カットマト 15. ケチャップ 5. しょうゆ 1.5 中濃ソース 1. チャツネ 2. 塩 0.2 赤ワイン 1.5 カレールウ 10.	ジュリエンヌスープ 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(西部) 30. ★チキンガラスープ 5. 塩 0.2 白しょうゆ 4. こしょう 0.02 ナスと卵のトマトスープ スパゲッティ 10. 塩(ゆで) 0.1 油P 1. なす 10. ★ツナフレーク 8. にんにく 0.2 たまねぎ(むき) 20. ★(ス)おろし(MCC) 8. ケチャップ 10. 中濃ソース 1. トマト 10. ★(ピ)カットマト 15. 赤ワイン 1. バジル(乾) 0.05 黒こしょう 0.01 コーンサラダ もやし 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.	具だくさんみそ汁 しめじ 10. だいこん 15. たまねぎ 10. はくさい(西部) 10. にんじん 10. 豆腐 10. 長ねぎ 5. 煮干し 1.5 みそ 7.3 天ぷらまんじゅうと鶏天 ★天ぷらまんじゅう 1. 個 ★鶏むね肉(下味) 1. 個 小麦粉(1kg袋) 6. 揚げ油 5.	豚汁 ごぼう(切) 5. 突こんにやく 10. 豚肉(肩・もも) 20. 酒 1. おろししょうが 0.5 たまねぎ(むき) 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.	かきたま汁 ★細切かまぼこ 5. たまねぎ(むき) 10. えのきたけ 5. にんじん 5. ほうれんそう 5. 冷凍液卵 20. 花かつお(ダシ) 1.7 酒 1. 塩 0.2 白しょうゆ 3. でんぷん 1. 鶏肉のプレゼ 鶏ムネ肉 1. 枚 塩 0.15 こしょう 0.01 小麦粉(1kg袋) 5.3 たまねぎ 15. ★バター 1.2 ★マッシュルーム(水煮) 4. ケチャップ 11.5 ウスターソースP 1.5 赤ワイン 6. 水 7.5 ★チキンガラスープ 3. ★生クリーム 2.3 パセリ(乾) 0.01 カリカリポテトサラダ じゃが芋 15. 揚げ油 1.5 塩 0.15 ガーリックパウダー 0.01 黒こしょう 0.1 キャベツ(西部) 25. にんじん 5. きゅうり 10. 米酢 1.5 ごま油 0.5 黒こしょう 0.01 白しょうゆP 1.5
鶏肉のマッシュポテト焼き 鶏ムネ肉 1. 枚 塩 0.25 こしょう 0.01 ★粒入りマスタード 0.6 ★エッグケアマネーズ 3.6 白ワイン 0.4 ★粉チーズ 0.9 ★乾燥マッシュポテト 3.6 紙カップ 1. 枚	五色の短冊サラダ だいこん 20. わかめ 0.3 にんじん 5. ホールコーン 10. ★えだまめ(タ) 10. 米酢 1. さとう 0.5 白しょうゆP 2.5 油P 1. 海水塩 0.1 七夕ゼリー ★七夕ゼリー 1. 個	ごまネーズサラダ キャベツ(西部) 20. きゅうり 7. にんじん 5. さつま芋(凍) 20. ソエッグマヨネーズ(サラダ) 6.5 白すりごま 2. 白しょうゆP 1.5 もやしのナムル きゅうり 7. もやし 30. ほうれんそう 5. にんじん 5. 海水塩 0.1 白しょうゆP 2. ごま油 1. 白いりごま 1.	なめたけあえ キャベツ(西部) 30. きゅうり 7. にんじん 10. ★なめたけ 8. 白しょうゆP 0.8	もやしとのり酢あえ キャベツ(西部) 30. 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			

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「7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。