

アレルギー用明細献立表 (6西部)

令和6年4月5日金曜 ～ 令和6年4月30日火曜

5(金)	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)	15(月)	16(火)	17(水)
C	C	C	C	C	C	C	C	C
まるパン	ごはん	玄米入りごはん (2割ブレンド)	ごはん	わかめごはん	コッペパン	ごはん	ごはん	ごはん
春野菜スープ たまねぎ 20. 鶏モモ肉 10. セロリー 3. にんじん 10. 春キャベツ 25. 小松菜 5. ベジダシ 3. 塩 0.2 こしょう 0.02 しょうゆ 1. ハンバーグ ハンバーグ 1. 個 中濃ソース 4. ケチャップ 3. さとう 0.5 赤ワイン 1. マカロニサラダ マカロニ(ツイスト) 6. 塩(ゆで) 0.15 キャベツ 15. きゅうり 10. にんじん 3. オリーブ油 0.7 米酢 1.5 塩 0.3 こしょう 0.02 ◆ベジダシ ◆ハンバーグ	具だくさんみそ汁 じゃが芋 25. たまねぎ 25. にんじん 10. 油揚げ 5. わかめ 0.3 長ねぎ 5. 煮干し 2. みそ 7.5 いわし甘露煮 いわし甘露煮 1. 尾 ごまあえ もやし 30. にんじん 10. きゅうり 7. ほうれんそう 5. 白すりごま 3. さとう(サダ) 1.2 白しょうゆP 2.5 コーンサラダ キャベツ 30. きゅうり 7. ホールコーン 10. にんじん 5. 米酢 0.5 こしょう 0.02 海水塩 0.3 油P 1. ◆玄米入りごはん (2割ブレンド) ◆カレールウ ◆おろしりんご ◆チャツネ ◆かぼちゃコロッケ(卵なし) ◆いわし甘露煮 ◆油揚げ	ポークカレー おろしにんにく 0.2 おろししょうが 0.2 豚肉(肩・もも) 25. たまねぎ(むき) 40. にんじん 20. じゃが芋(凍) 30. 油P 1. ケチャップ 5. おろしりんご 5.5 チャツネ 1.5 カレールウ 10. ウスターソースP 1. しょうゆ 2. カレー粉 0.2 塩 0.2 ガラムマサラ 0.01 かぼちゃコロッケ かぼちゃコロッケ(卵なし) 1. 個 揚げ油 5. 個 コーンサラダ キャベツ 30. きゅうり 7. ホールコーン 10. にんじん 5. 米酢 0.5 こしょう 0.02 海水塩 0.3 油P 1. ◆玄米入りごはん (2割ブレンド) ◆カレールウ ◆おろしりんご ◆チャツネ ◆かぼちゃコロッケ(卵なし)	さわに椀 たまねぎ 20. だいこん 15. にんじん 10. ごぼう(凍) 10. 細切カボコ 5. 小松菜 5. 塩 0.1 白しょうゆ 3.5 酒 1. 花かつお(ダシ) 2. 厚揚げ肉みそあん 絹揚げ 1. 個 豚ももひき肉 5. 大豆の華 粒 1. たまねぎ(むき) 5. おろししょうが 0.3 みそ 5. さとう 4. みりん 2. 酒 1. でんぷん 0.3 水 3. もやしのり酢あえ もやし 35. きゅうり 7. にんじん 10. 白しょうゆP 2. 米酢 1. 角ぎざみのり(西) 0.2 ◆細切カボコ ◆絹揚げ ◆大豆の華 粒	お祝いすまし汁 えのきたけ 5. たまねぎ 15. にんじん 10. 祝なると(切) 5. 豆腐 20. みつば 3. 花かつお(ダシ) 1.4 だし昆布 0.7 塩 0.2 白しょうゆ 3.5 酒 1. 鶏唐揚げ(2個) 鶏むね肉(下味) 2. 個 でんぷん 4. コンスターチ 4. 揚げ油 7. ゆかりあえ(大根) だいこん 35. きゅうり 7. にんじん 8. ゆかり 0.5 海水塩 0.1 米酢 0.5 お祝い紅白ゼリー お祝い紅白ゼリー 1. 個 ◆わかめごはん ◆祝なると(切) ◆豆腐 ◆鶏むね肉(下味) ◆ゆかり ◆お祝い紅白ゼリー	オニオンスープ 鶏ムネ肉 10. (ダ)ホウソウ(モリタ) 10. たまねぎ 20. にんじん 10. ホールコーン 10. パセリ(乾) 0.03 残カラスープ 5. 白しょうゆ 2. 塩 0.7 こしょう 0.02 フランクフルト フランクフルト 1. 本 ケチャップ 2. トマトピューレ 4. 中濃ソース 2. さとう 1.5 ごぼうとささみのサラダ ごぼう(切) 20. にんじん 10. きゅうり 5. ほぐしささみ 10. 米酢 1. 白しょうゆP 2.5 油P 0.5 さとう(サダ) 0.4 ◆(ダ)ホウソウ(モリタ) ◆フランクフルト ◆ほぐしささみ	いも団子汁 鶏ムネ肉 5. だいこん 10. にんじん 10. えのきたけ 5. 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 赤魚西京漬け焼き 赤魚西京漬け 1. 切 たくあん漬けあえ 細切たくあん 10. キャベツ 30. にんじん 10. ヨーグルト ヨーグルト 1. 個 ◆いも団子 ◆赤魚西京漬け ◆細切たくあん	豚汁 ごぼう(切) 10. 突こんにやく 10. 豚肉(肩・もも) 10. 酒 1. おろししょうが 0.5 たまねぎ 10. にんじん 5. だいこん 15. じゃが芋 15. 煮干し 1.9 みそ 7.5 長ねぎ 5. きのこけんちんのごまだれ キノコけんちん 1. 個 白しょうゆ 3. 米酢 0.8 さとう 2. 白すりごま 1.5 でんぷん 0.2 水 3. マヨポテトサラダ じゃが芋 20. にんじん 5. きゅうり 7. キャベツ 20. (東)ローズハム(切) 5. 海水塩 0.1 こしょう 0.02 (ノエック)マヨネーズ(サダ) 7. 米酢 1. ◆突こんにやく ◆キノコけんちん ◆コンヤク寒天 ◆ヨーグルト	春キャベツのみそ汁 たまねぎ 20. だいこん 10. にんじん 10. 春キャベツ 25. こおり豆腐 1. 煮干し 2. みそ 7.5 まんだいの甘辛揚げ マンダイ 60. でんぷん 5. 揚げ油 6. さとう 4. しょうゆ 3.6 みりん 1.2 水 3. ◆こおり豆腐 ◆(東)ローズハム(切) ◆(ノエック)マヨネーズ(サダ)

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 (6西部)

令和6年4月5日金曜 ～ 令和6年4月30日火曜

18(木)	19(金)	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	30(火)
C	C	C	C	C	C	C	C
ごはん	黒パン	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	まるパン	野菜のがらごはん
ワンタンスープ 油P 0.3 たまねぎ(むき) 20. 豚もも肉 10. にんじん 10. しめじ 5. ｷﾝｶﾞﾗｽｰﾌﾟ 5. なたと 5. 塩 0.2 こしょう 0.02 しょうゆ 4. ワンタン 8. チンゲンサイ 5. 麻婆豆腐 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 水 5. でんぷん 0.5. 春告げワカメサラダ わかめ 0.5 キャベツ 25. にんじん 5. きゅうり 7. 米酢 1. 白しょうゆP 3. 油P 1. ◆ワンタン ◆豆腐(凍) Fe添加	大豆のがらスープ 豚肉(肩・もも) 10. 酒 1. じゃが芋(凍) 20. たまねぎ(むき) 25. にんじん 10. 大豆(乾) 5. しょうゆ 1. 塩 0.5 こしょう 0.03 カレールウ 3. ｷﾝｶﾞﾗｽｰﾌﾟ 5. パセリ(乾) 0.5. 鶏肉のアップルソースかけ 鶏もも肉 1. 個 おろししょうが 0.2 たまねぎ 4. しょうゆ 2.4 みりん 1.2 さとう 0.8 りんごピュレ 7. 海そうサラダ 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. ◆黒パン ◆りんごピュレ ◆海そうサラダ	白菜中華スープ 豚肉(肩・もも) 15. 酒 1. にんじん 15. たまねぎ 20. はくさい 25. ｼﾞｰﾌﾞﾗｯｸ 10. しょうが 0.3 塩 0.6 こしょう 0.02 白しょうゆ 1.5 でんぷん 0.8 長ねぎ 5. ごま油 0.2. 春巻き 春巻き 1. 個 揚げ油 5. 個 チーズじゃこサラダ だいこん 30. きゅうり 7. にんじん 7. 揚げちりめん 3. 角チーズ 5. 米酢 1. さとう(サダ) 0.5 白しょうゆP 1.5 油P 0.5. ◆春巻き ◆揚げちりめん ◆角チーズ	蒟蒻麺スープ こんにやく麺 40. 焼き豚 10. なたと 5. もやし 15. たまねぎ 10. 長ねぎ 5. おろししょうが 0.3 おろしにんにく 0.3 ｼﾞｰﾌﾞﾗｽｰﾌﾟ 5. ｷﾝｶﾞﾗｽｰﾌﾟ 5. 酒 1. しょうゆ 3.5 黒こしょう 0.02 ごま油 0.5. 蒸しギョウザ ギョーザ(蒸し) 2. 個 米酢 1.5 白しょうゆP 1. 大根とツナのサラダ だいこん 30. きゅうり 7. にんじん 10. ツナフレーク 5. 米酢 2. 白しょうゆP 2. 油P 0.5 さとう(サダ) 0.3 白いりごま 0.5. ◆こんにやく麺 ◆焼き豚 ◆なたと ◆ギョーザ(蒸し) ◆ツナフレーク	春雨と肉団子のスープ とり肉団子(小麦あり) 20. たまねぎ 15. にんじん 10. はくさい 15. ほうれんそう 5. マロニー 3. ｷﾝｶﾞﾗｽｰﾌﾟ 5. 白しょうゆ 3.5 酒 1. 塩 0.2 こしょう 0.02. 豚肉の生姜炒め 豚肉(肩・もも) 45. 酒 1. たまねぎ(むき) 20. にんじん 10. ｼﾞｰﾌﾞﾗﾝ 5. 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. フルーツポンチ みかん缶 25. 黄桃缶 20. いちごゼリー 30. ◆とり肉団子(小麦あり) ◆マロニー ◆みかん缶 ◆黄桃缶 ◆いちごゼリー	厚揚げ汁 厚揚げ 20. 豚ももひき肉 5. だいこん 20. にんじん 5. たけのこ(切) 10. たまねぎ 10. 長ねぎ 5. 煮干し 1.9 みそ 7.5. 銀ひらすの梅やき 銀ひらす 1. 個 白しょうゆ 1.5 さとう 1.5 みりん 3. 酒 1.6 ねり梅 2. でんぷん 0.2. こんぶあえ もやし 30. きゅうり 7. にんじん 10. 塩こんぶ 0.7 白しょうゆP 0.8 米酢 0.5. ◆厚揚げ ◆ねり梅 ◆塩こんぶ	コーンスープ 鶏ムネ肉 10. たまねぎ 30. にんじん 5. コーンペースト 20. ホールコーン 15. ｷﾝｶﾞﾗｽｰﾌﾟ 5. 白しょうゆ 3.5 塩 0.1 こしょう 0.02. メンチカツ メンチカツ 1. 個 揚げ油 5. 中濃ソースP 5. かぼちゃのツナサラダ かぼちゃ(凍) 25. きゅうり 10. キャベツ 10. ツナフレーク 5. 白しょうゆP 1.6 米酢 2. こしょう 0.02 油P 1.6 さとう(サダ) 0.2 白すりごま 0.8. ◆まるパン ◆コーンペースト ◆メンチカツ	鶏ごぼう汁 鶏ムネ肉 10. にんじん 15. たまねぎ 20. しめじ 10. ごぼう 15. 長ねぎ 5. かつお厚削り(ダシ) 2. 白しょうゆ 4. 酒 1. 塩 0.2. たまごやき たまごやき 1. 個 もやしのひじきサラダ もやし 25. きゅうり 5. にんじん 10. ひじき(ドライパック) 8. 米酢 1. さとう(サダ) 0.5 白しょうゆP 2.5 油P 1. ◆野菜のがらごはん ◆たまごやき

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。