

令和3年5月 アレルギー献立表

中学校-1

	5月6日(木)	5月7日(金)	5月10日(月)	5月11日(火)	5月12日(水)
	ごはん ◎牛乳	◎●⑦クロスロールパン ◎牛乳	ごはん ◎牛乳	わかめごはん ◎牛乳	麦ごはん ◎牛乳
食缶	【えがおの カレーシチュー】 たまねぎ(52) じゃがいも(39) ⑩豚肉(19.5) にんじん(19.5) マッシュルーム (6.5) にんにく(0.13) カレールウ (えがお)(15.6) ⑦豆乳(13) ソース(2.6) 野菜ブイヨン(1.3) トマトケチャップ (1.3) ●⑦しょうゆ(0.65) 純カレー(0.13) 塩(0.13) こしょう(0.03)	【新玉ねぎスープ】 たまねぎ(52) ⑧鶏肉(19.5) にんじん(19.5) エリンギ(13) とうもろこし(6.5) たまねぎロースト (3.9) ⑧チキンブイヨン(26) ●⑦うす口しょうゆ (3.9) ⑦⑩洋風だしの素(1.3) 塩(0.39) こしょう(0.04) パセリ(0.03)	【さわにわん】 ⑩豚肉(26) ながいも(19.5) たけのこ(19.5) かまぼこ(13) にんじん(13) ごぼう(13) みつば(3.9) ●⑦しょうゆ(5.2) 塩(0.39) こしょう(0.03) むろ削り(3.9) 《ながいも》 ⑫ながいも ⑬調味料等	【いりどり】 じゃがいも(52) こんにゃく(32.5) ⑧鶏肉(32.5) にんじん(26) たけのこ(13) ⑦枝豆(6.5) しょうが(0.13) ●⑦しょうゆ(6.5) 中双(3.64) 本みりん(1.3) むろ削り(1.3) 米油(1.3)	【マーボ豆腐】 ⑦豆腐(117) にんじん(32.5) たけのこ(32.5) ⑩豚肉(26) ねぎ(19.5) しょうが(0.65) にんにく(0.26) ⑦豆みそ(6.5) 中双(3.9) ●⑦しょうゆ(2.99) ⑦⑧⑩⑬中華だしの素 (1.3) 本みりん(1.3) 酒(1.3) 豆板醤(0.26) でん粉(1.04)
フライ缶	【ツナサラダ】 キャベツ(26) まぐろ油漬け(19.5) きゅうり(13) とうもろこし(9.1) にんじん(3.9) ●⑦しょうゆ(2) 上白(1.95) ワインビネガー (1.04) オリーブ油(0.65) 塩(0.13) こしょう(0.03)	【やしそば】 油そば(39) ⑩豚肉(26) キャベツ(26) もやし(13) ①いか(13) にんじん(13) しょうが酢漬け (0.39) 青のり粉(0.07) 中濃ソース(8.45) ソース(3.25) 米油(1.3) 塩(0.26) こしょう(0.03) 《油そば》 ●小麦粉 ⑦調味料等	【さば銀紙焼き】 さば銀紙焼き1個(60) 《さば銀紙焼き》 ⑥さば ⑦調味料等	【おひたし】 もやし(32.5) ほうれん草(13) にんじん(9.1) かまぼこ(6.5) しらす干し(2.6) ④すりごま(2.08) ●⑦しょうゆ(1.95) 上白(1.56) 米酢(0.78)	【春巻き】 春巻き1個(60) 米油(6) 《春巻き》 ⑧鶏肉 たまねぎ キャベツ ⑦粒状大豆たん白 ●小麦粉 ●⑦⑧調味料等
あな物・果物等					
その他	【プルーン】 プルーン1袋(20)	【フローズン ヨーグルト】 ◎ヨーグルト1個(60)	【味付乾燥豆腐】 味付乾燥豆腐 1袋(5.5) 《味付乾燥豆腐》 ⑦乾燥豆腐 ●小麦粉 寒梅粉 ⑦きな粉 調味料等	【ミニみかんゼリー】 ミニみかんゼリー 1個(22)	

() 内は純使用量 単位：グラム

1 パンに表示される⑦大豆については、添加物のレシチンに含まれる微量のアレルゲンを示します。

2 アレルギー献立表の見方については、「保存版NO. 1」を参照してください。

	5月13日(木)	5月14日(金)	5月17日(月)	5月18日(火)	5月19日(水)
	◎●⑦スライスパン ◎牛乳	ごはん ◎牛乳	麦ごはん ◎牛乳	ごはん ◎牛乳	ごはん ◎牛乳
食 缶	【チキンビーンズ】 たまねぎ(52) ⑦大豆(45.5) にんじん(26) ⑧鶏肉(19.5) トマト(19.5) マッシュルーム(13) トマトピューレ(13) グリーンピース(3.9) ⑧チキンブイオン(13) トマトケチャップ (10.4) ソース(2.6) 中双(1.95) ワイン(1.3) 塩(0.13) こしょう(0.05)	【大根と豚肉の煮物】 大根(52) ⑩豚肉(39) さといも(32.5) ○うずら卵(32.5) にんじん(13) さやいんげん(6.5) ●⑦しょうゆ(6.5) 中双(3.9) 酒(2.6) 本みりん(1.3) 和風だしの素(1.3)	【白みそ汁】 ⑦豆腐(39) 大根(26) ⑧鶏肉(26) にんじん(13) 小松菜(13) えのきたけ(6.5) ⑦米みそ(11.7) 本みりん(1.3) むろ削り(5.2)	【韓国風わかめ スープ】 ③牛肉(26) ④ごま油(0.39) にんにく(0.26) しょうが(0.26) 酒(1.3) たまねぎ(39) にんじん(26) ④ごま(1.3) わかめ(0.65) ●⑦しょうゆ(3.9) ⑦⑧⑩⑬中華だしの素 (1.3) 塩(0.26) 米油(0.13)	【えがおの ハヤシチュー】 たまねぎ(52) じゃがいも(39) ⑩豚肉(26) にんじん(13) マッシュルーム (10.4) にんにく(0.39) ハヤシルウ (えがお)(13) トマトピューレ(13) トマトケチャップ (6.5) ソース(2.6) 赤ワイン(1.3) 野菜ブイオン(0.65) 中双(0.13) 塩(0.13) こしょう(0.03)
フ ライ 缶	【じゃがいもの バターしょうゆ】 じゃがいも(52) たまねぎ(19.5) ⑩ベーコン(13) にんじん(13) とうもろこし(6.5) 乾燥パセリ(0.01) ◎バター(0.65) ●⑦しょうゆ(2.6) 上白(0.03)	【かつおのおかか煮】 宗田かつおの おかか煮 1個(50) 《宗田かつおの おかか煮》 かつお ●⑦調味料等	【ちくわの お茶天ぷら】 ちくわ 3個(60) お茶の粉(0.39) ●小麦粉(3.9) でん粉(2.6) 米油(6.69)	【ビビンバ】 もやし(26) 炒り卵(26) ほうれん草(19.5) ⑩豚肉(19.5) にんじん(6.5) 切干し大根(1.95) しょうが(1.3) にんにく(0.26) 中双(2.6) ●⑦しょうゆ(3.9) ⑦コチジャン(1.95) ⑦⑧⑩⑬中華だしの素 (1.3) 《炒り卵》 ○鶏卵 ⑦調味料等	【コーンサラダ】 とうもろこし(26) キャベツ(19.5) ⑧サラダチキン(13) にんじん(6.5) ●⑦しょうゆ(1.56) 上白(1.3) ワインピネガー(1.3) サラダ油(0.65) 塩(0.13) こしょう(0.03)
あ え 物 ・ 果 物 等		【冷凍黄桃】 ⑪黄桃 1個(40)			
そ の 他	【いちごジャム】 いちごジャム 1個(15)		【のりつくだに】 のり佃煮 1個(10) 《のり佃煮》 のり ●⑦調味料等	【野菜マフィン】 野菜マフィン 1個(24) 《野菜マフィン》 ●小麦粉 ⑦豆乳 かぼちゃ ⑬りんご濃縮果汁 調味料等	【型抜きチーズ】 ◎チーズ 1個(15)

() 内は純使用量 単位：グラム

※ アレルギー物質の21品目について、次のように表示しています。

○…卵	◎…乳	●…小麦	△…えび	▲…かに
①…いか	②…オレンジ	③…牛肉	④…ごま	⑤…さけ
⑥…さば	⑦…大豆	⑧…鶏肉	⑨…バナナ	⑩…豚肉
⑪…もも	⑫…やまいも	⑬…りんご	⑭…ゼラチン	
⑮…種実(ぎんなん・くり・ココナツ)			⑯…貝(あさり・ほたて等)	

令和3年度より、表示記号に大幅な変更がありますので、十分ご注意ください。

	5月20日(木)	5月21日(金)	5月24日(月)	5月25日(火)	5月26日(水)
	●中華めん ◎牛乳	ごはん ◎牛乳	ごはん ◎牛乳	ごはん ◎牛乳	麦ごはん ◎牛乳
食 缶	【しょうゆラーメン】 もやし(19.5) ⑧鶏肉(19.5) なると(13) とうもろこし(13) ねぎ(13) にんじん(13) ⑧チキンブイヨン(39) ●⑦しょうゆ(9.75) ⑦⑧⑩⑬中華だしの素 (1.95) ④ごま油(0.39) 塩(0.16) こしょう(0.05)	【じゃがいもの そばろ煮】 じゃがいも(117) たけのこ(26) ⑦生揚げ(26) ⑧鶏肉(19.5) にんじん(19.5) ⑦枝豆(6.5) ●⑦しょうゆ(6.5) 中双(3.9) 本みりん(1.3) 塩(0.26) こしょう(0.02)	【スタミナ汁】 ⑦豆腐(39) じゃがいも(26) たまねぎ(26) ⑩豚肉(19.5) にんじん(6.5) ねぎ(5.2) ⑦油揚げ(3.9) にんにく(0.26) ⑦ミックスみそ(11.7) むろ削り(3.9)	【わかたけ汁】 ⑦豆腐入りはんぺん (26) ⑧鶏肉(23.4) たけのこ(19.5) にんじん(16.9) ねぎ(13) ⑦油揚げ(3.9) しいたけ(0.65) わかめ(0.39) ●⑦うす口しょうゆ (4.55) 本みりん(1.3) 塩(0.39) むろ削り(5.2)	【牛丼】 たまねぎ(84.5) ③牛肉(39) しらたき(39) ⑦焼き豆腐(26) にんじん(26) エリンギ(13) にら(6.5) ●⑦しょうゆ(7.8) 中双(3.9) 酒(2.6)
フ ライ 缶	【ショーロンポー】 ショーロンポー 3個(75) 《ショーロンポー》 たまねぎ キャベツ ⑩豚肉 ●小麦粉 ●⑦⑬調味料等	【ニギスフライ】 ●ニギスフライ 1個(60) 米油(6)	【まぐろの甘辛煮】 まぐろ油漬け(58.5) キャベツ(15.6) しょうが(1.3) 中双(3.9) ●⑦しょうゆ(1.95) 本みりん(1.3) 酒(1.3) 米油(1.3)	【豚肉の しょうが炒め】 ⑩豚肉(39) 酒(1.3) 塩(0.26) こしょう(0.03) しょうが(2.6) もやし(32.5) たまねぎ(13) にんじん(6.5) ●⑦しょうゆ(3.9) 中双(2.6) でん粉(0.39) 米油(0.65)	【白身魚フライの あんかけ】 米粉のホキフライ 1個(60) 米油(6) にんじん(6.5) とうもろこし(6.5) みつば(1.3) しょうが(0.39) ●⑦しょうゆ(3.9) 中双(1.3) 本みりん(1.3) でん粉(0.39)
あ え 物 ・ 果 物 等					【冷凍パイナップル】 パイナップル 1個(40)
そ の 他	【干し小魚】 干し小魚 1個(5)	【ぶどうゼリー】 ぶどうゼリー 1個(70)	【手巻きのり】 手巻きのり 6枚入り 1袋(3)	【かつおふりかけ】 ふりかけ 1袋(1.3)	

()内は純使用量 単位：グラム

5月27日(木)	5月28日(金)	5月31日(月)
----------	----------	----------

	ごはん ◎牛乳	◎●⑦サンドイッチ パンズパン ◎はっこう乳	麦ごはん ◎牛乳
食 缶	【卵とじ】 ○液卵(52) じゃがいも(39) たまねぎ(39) ⑧鶏肉(19.5) かまぼこ(13) にんじん(13) さやいんげん(6.5) ●⑦しょうゆ(6.5) 中双(2.6) むろ削り(1.3) 本みりん(0.65)	【白いんげんとコーン のポタージュ】 白いんげん ペースト(39) たまねぎ(26) クリームコーン (19.5) にんじん(19.5) マッシュルーム(13) アスパラガス(13) ◎牛乳(39) ホワイトルウ(7.8) ◎生クリーム(2.6) ◎脱脂粉乳(2.6) ◎バター(1.3) ⑦⑩洋風だしの素(1.3) 塩(0.52) こしょう(0.05) 《ホワイトルウ》 ●小麦粉 ◎脱脂粉乳 ◎⑦⑩調味料等	【生揚げの中華飯】 ⑦生揚げ(45.5) たまねぎ(32.5) ○うずら卵(32.5) キャベツ(32.5) ⑩豚肉(19.5) たけのこ(19.5) にんじん(19.5) しょうが(0.65) にんにく(0.39) ⑧⑩中華ガラスープ の素(3.9) ●⑦しょうゆ(1.95) 酒(1.3) 中双(0.52) 塩(0.04) こしょう(0.01) でん粉(1.95)
フ ライ 缶	【ひじきとベーコンの 洋風煮物】 たまねぎ(32.5) ⑩ベーコン(19.5) とうもろこし(10.4) ピーマン(6.5) 米ひじき(1.95) ⑦⑩洋風だしの素(1.3) ●⑦しょうゆ(1.3) 中双(0.26) 塩(0.07)	【えびカツ】 えびカツ1個(60) 米油(6) 《えびカツ》 △えび たらすり身 ●パン粉 ●小麦粉 △⑦調味料等	【あじのフリッター】 あじフリッター 3個(60) 米油(6) 《あじフリッター》 あじ ●小麦粉 △オキアミ ●⑦調味料等
あ え 物 ・ 果 物 等			【冷凍りんご】 ⑬りんご1個(40)
そ の 他	【豆乳プリンタルト】 ⑦豆乳プリンタルト 1個(25)	【小袋卵なし タルタルソース】 卵なしタルタル ソース1袋(8) 《卵なしタルタル ソース》 きゅうり ⑦大豆粉 ⑦粉末状植物性たん白 ⑦⑬調味料等	

() 内は純使用量 単位：グラム