

## 令和3年度 7月アレルギー献立表

中学校-1

	7月1日(木)	7月2日(金)	7月5日(月)	7月6日(火)	7月7日(水)
	◎●⑦クロスロールパン	ごはん	わかめごはん	麦ごはん	ごはん
	◎はっこう乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳
食缶	【かぼちゃのポタージュスープ】 たまねぎ(52) かぼちゃペースト(39) かぼちゃ(19.5) ⑧鶏肉(19.5) にんじん(13) マッシュルーム(6.5) パセリ(0.04) ◎牛乳(52) ホワイトルウ(7.8) ◎脱脂粉乳(2.6) ⑦⑩洋風だしの素(1.3) ◎バター(1.3) ◎チーズ(1.3) 塩(0.65) こしょう(0.03)  《ホワイトルウ》 ●小麦粉 ◎脱脂粉乳 ◎⑦⑩調味料等	【なすのみそ汁】 じゃがいも(19.5) たまねぎ(19.5) ⑧鶏肉(13) にんじん(13) なす(13) 大根(13) えのきたけ(6.5) ねぎ(6.5) ⑦油揚げ(2.6) ⑦豆みそ(11.7) むろ削り(3.9)	【さわにわん】 ⑩豚肉(19.5) ながいも(19.5) にんじん(13) たけのこ(13) ごぼう(13) 小松菜(13) かまぼこ(6.5) ●⑦しょうゆ(5.2) 塩(0.39) こしょう(0.03) むろ削り(5.2)  《ながいも》 ⑫ながいも ⑬調味料等	【生揚げと豚肉の煮】 ⑦生揚げ(39) たまねぎ(39) ⑩豚肉(32.5) 大根(32.5) こんにゃく(19.5) にんじん(19.5) さやいんげん(13) ●⑦しょうゆ(6.5) 中双(3.9) 酒(2.6) 本みりん(1.3) むろ削り(2.6)	【七夕汁】 大根(26) ⑧鶏肉(13) にんじん(13) オクラ(10.4) ねぎ(6.5) 星型かまぼこ(6.5) ●サボテン きしめん(5.2) しいたけ(1.3) ●⑦しょうゆ(5.2) 塩(0.26) むろ削り(5.2)
フライ缶	【サボテンとツナのコールスロー】 キャベツ(19.5) きゅうり(15.6) まぐろ油漬(15.6) とうもろこし(13) にんじん(3.9) うちわサボテン(3.9) 卵なしマヨネーズ(7.8) 米酢(0.65) 上白(0.65) 塩(0.13) こしょう(0.03)  《卵なしマヨネーズ》 ⑦大豆粉 ⑦粉末状食物性たん白 調味料等	【ゴーヤチャンプ】 ⑦生揚げ(32.5) 炒り卵(26) ゴーヤ(19.5) ⑩豚肉(19.5) ●⑦しょうゆ(3.25) 中双(2.6) ⑦⑧⑩⑬中華だしの素(0.65) 塩(0.13) こしょう(0.05) 米油(1.3)  《炒り卵》 ○鶏卵 ⑦調味料等	【大豆とじゃこのごまからめ】 ⑦大豆(45.5) でん粉(5.2) 米油(5.07) ⑦枝豆(13) しらす干し(2.6) ④白ごま(1.3) ●⑦しょうゆ(1.95) 上白(1.95) 酒(1.95) 本みりん(0.65)	【いわしのみそカレー銀紙焼き】 いわしのみそカレー銀紙焼き1個(60)  《いわしのみそカレー銀紙焼き》 いわし ⑦調味料等	【鮭そぼろ】 炒り卵(26) たまねぎ(26) さけほぐし(26) にんじん(13) ⑦枝豆(3.9) しょうが(1.3) ●⑦しょうゆ(3.9) 中双(2.6) 本みりん(0.65) 酒(0.65)  《炒り卵》 ○鶏卵 ⑦調味料  《さけほぐし》 ⑤さけ ⑦調味料等
あえ物・果物			【冷凍パイナップル】 パイナップル1個		
その他		【アセロラゼリー】 アセロラゼリー1個(40)			【わらびもち】 わらびもち1個(50)  《わらびもち》 小豆こしあん ⑦きな粉 ⑦調味料等

( )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。

	7月8日(木)	7月9日(金)	7月12日(月)	7月13日(火)	7月14日(水)
	麦ごはん ◎牛乳	麦ごはん ◎牛乳	ごはん ◎牛乳	麦ごはん ◎牛乳	●白玉うどん ◎牛乳
食 缶	【なす入りマーボ豆腐】 ⑦豆腐(117) にんじん(26) たけのこ(26) ⑩豚肉(19.5) ねぎ(19.5) なす(13) 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)	【牛丼】 たまねぎ(65) ③牛肉(52) しらたき(39) ねぎ(19.5) にんじん(13) えのきたけ(13) ●⑦しょうゆ(7.8) 中双(3.9) 酒(2.6) 和風だしの素(0.4)	【高野豆腐の卵とじ】 ○液卵(58.5) たまねぎ(39) ⑧鶏肉(26) じゃがいも(26) にんじん(13) さやいんげん(6.5) ⑦高野豆腐(6.5) ●⑦しょうゆ(5.2) 中双(2.6) 本みりん(1.3) 塩(0.26) むろ削り(3.25)	【とうがん汁】 とうがん(39) ⑦豆腐(32.5) ⑧鶏肉(26) にんじん(13) こんにゃく(13) しいたけ(0.65) ●⑦しょうゆ(5.2) 塩(0.39) むろ削り(5.2)	【カレーうどん】 たまねぎ(45.5) ⑩豚肉(26) にんじん(13) ねぎ(13) かまぼこ(6.5) ⑦油揚げ(6.5) えのきたけ(6.5) カレールウ (えがお)(15.6) ●⑦しょうゆ(2.6) 純カレー(0.26) 中双(0.13) でん粉(0.26) むろ削り(3.9)
フ ラ イ 缶	【中華春雨サラダ】 きゅうり(32.5) ⑧サラダチキン(13) とうもろこし(6.5) はるさめ(5.2) ●⑦しょうゆ(2.6) 米酢(1.95) 上白(1.95) ④ごま油(0.65) 塩(0.13) こしょう(0.01)	【枝豆コロッセ】 枝豆コロッセ 1個 米油(6) 《枝豆コロッセ》 ⑦枝豆 じゃがいも ●パン粉 ●小麦粉 ⑦植物性たん白	【ひじきの煮物】 こんにゃく(13) 焼きちくわ(13) ⑩豚肉(13) にんじん(6.5) ⑦枝豆(3.9) 米ひじき(2.6) ●⑦しょうゆ(3.9) 中双(2.6) 酒(1.3) 本みりん(1.3)	【まぐろの甘辛煮】 まぐろ油漬(58.5) キャベツ(19.5) 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(0.65)	【切干し大根とチキンのごまだれあえ】 ⑧サラダチキン(19.5) きゅうり(13) にんじん(6.5) とうもろこし(6.5) 切干し大根(3.9) ④白すりごま(1.95) ④白ねりごま(1.95) ●⑦しょうゆ(1.95) 米酢(1.3) 上白(1.04) ④ごま油(0.65)
あ え 物 ・ 果 物	【冷凍みかん】 みかん 1個(120)		【冷凍アプリコット】 アプリコット1袋(30)		
そ の 他		【フローズン ヨーグルト】 ◎ヨーグルト 1個(60)		【手巻きのり】 手巻きのり 6枚入り1袋(3)	【干し小魚】 干し小魚 1袋(5)

( )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・ココナッツ)			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。

中学校ー3

	7月15日(木)	7月16日(金)	7月19日(月)
	ごはん ◎牛乳	ごはん ◎牛乳	◎●⑦クロワッサン ◎牛乳
食 缶	【トッポギスープ】 トッポギ(26) たまねぎ(26) ⑦豆腐(26) ⑧鶏肉(13) にんじん(13) もやし(13) ねぎ(6.5) わかめ(0.39) ⑧⑩中華ガラスープの素(3.9) ●⑦しょうゆ(1.95) 酒(1.3)	【肉じゃが】 じゃがいも(117) たまねぎ(52) 糸こんにゃく(26) にんじん(26) ⑩豚肉(19.5) グリーンピース(5.2) ●⑦しょうゆ(6.5) 中双(3.9) 本みりん(1.3) 塩(0.26) こしょう(0.03)	【ミートソース ペンネ】 たまねぎ(52) トマト(26) ●マカロニ(19.5) ⑩豚肉(19.5) ⑦大豆(13) にんじん(13) マッシュルーム(6.5) にんにく(0.33) パセリ(0.07) トマトケチャップ (19.5) ⑧チキンブイヨン (15.6) デミグラスソース (10.4) ソース(3.9) 赤ワイン(1.3) 中双(0.91) オリーブ油(0.65) 塩(0.39) こしょう(0.04) 《デミグラスソース》 ●小麦粉 トマトペースト ⑧⑩調味料等
フ ラ イ 缶	【プルコギ】 ③牛肉(39) たまねぎ(26) 黄パプリカ(13) にんじん(10.4) にら(6.5) ④白ごま(1.3) にんにく(0.26) ●⑦しょうゆ(5.2) 上白(3.9) 酒(1.3) ④ごま油(1.3) こしょう(0.04)	【あじの南蛮漬け】 あじ打ち粉つき 2尾(60) 米油(6) たまねぎ(13) にんじん(6.5) しょうが(0.3) 中双(2.6) ●⑦しょうゆ(2.6) 米酢(2.6) 酒(2.6) 一味唐辛子(0.04)	【コーンサラダ】 とうもろこし(26) キャベツ(19.5) きゅうり(13) にんじん(10.4) ●⑦しょうゆ(1.56) 上白(1.3) 米酢(1.3) サラダ油(0.65) 塩(0.13) こしょう(0.03)
あ え 物 ・ 果 物	【冷凍洋なし】 洋なし 1個(40)		【冷凍みかん】 みかん 1個(120)
そ の 他			

( )内は純使用量 単位:グラム