

令和3年度 9月アレルギー献立表

中学校ー1

日	9月2日(木)	9月3日(金)	9月6日(月)	9月7日(火)	9月8日(水)
	ごはん ◎牛乳	麦ごはん ◎牛乳	ごはん ◎牛乳	◎●⑦くろロールパン ◎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(58.5) じゃがいも(39) にんじん(19.5) ⑩豚肉(13) 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)	【かきたま汁】 ⑦豆腐(32.5) ○液卵(32.5) たまねぎ(26) かまぼこ(13) にんじん(6.5) えのきたけ(6.5) ねぎ(6.5) ●⑦しょうゆ(5.2) 塩(0.39) でん粉(1.3) むろ削り(5.2)	【スタミナ汁】 ⑦豆腐(32.5) じゃがいも(26) たまねぎ(19.5) 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)	【野菜の ポタージュスープ】 たまねぎ(52) にんじんペースト (32.5) 白いんげん豆 ペースト(26) じゃがいも(19.5) ⑧鶏肉(13) にんじん(13) マッシュルーム(13) パセリ(0.07) ◎牛乳(52) ⑧チキンブイヨン(26) ホワイトルウ (7.8) ◎バター(1.3) ◎チーズ(1.3) 塩(0.65) こしょう(0.05) 《ホワイトルウ》 ●小麦粉 ◎脱脂粉乳 ◎⑦調味料等	【えび団子汁】 えびボール(32.5) ⑦豆腐(26) 大根(26) にんじん(13) ねぎ(13) ●⑦しょうゆ(5.2) 塩(0.39) でん粉(1.04) むろ削り(5.2) 《えびボール》 △えび たら でんぷん 米油
フ ライ 缶	【キャベツとコーンの サラダ】 キャベツ(32.5) とうもろこし(26) きゅうり(13) ④白ごま(1.3) ④白すりごま(1.3) ごまドレッシング (5.2) 塩(0.1) こしょう(0.03) 《ごまドレッシング》 ④ごま ●⑦調味料等	【赤ミソ風味の牛丼】 ③牛肉(32.5) たまねぎ(26) れんこん(19.5) にんじん(13) ⑦豆みそ(2.6) 本みりん(1.3) 中双(1.3) ●⑦しょうゆ(1.3) 和風だしの素(0.13) でん粉(0.65)	【まぐろの甘辛煮】 まぐろ油漬け(58.5) キャベツ(13) 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)	【キャベツと ウインナーのソテー】 キャベツ(45.5) ⑩ウインナー(32.5) とうもろこし(13) 米油(0.65) 塩(0.26) こしょう(0.03)	【ひじき入り 豚そぼろ】 炒り卵(26) たまねぎ(19.5) ⑩豚肉(19.5) にんじん(6.5) ⑦枝豆(3.9) 米ひじき(1.95) しょうが(1.3) ●⑦しょうゆ(3.9) 中双(2.6) 酒(1.3) 本みりん(0.65) 《炒り卵》 ○鶏卵 ⑦調味料等
あ え 物 ・ 果 物			【きざみたくあん】 たくあん漬け(19.5) 《たくあん漬け》 大根 ●⑦調味料等	【冷凍パイナップル】 パイナップル 1個(40)	【冷凍洋なし】 洋なし 1個(40)
そ の 他	【ぶどうゼリー】 ぶどうゼリー 1個(50)	【プルーン】 プルーン 1袋(20)	【手巻きのり】 手巻きのり6枚入り 1袋(3)		

() 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。

日	9月9日(木)	9月10日(金)	9月13日(月)	9月14日(火)	9月15日(水)
	ごはん ◎牛乳	麦ごはん ◎牛乳	◎●⑦ クロスロールパン ◎はっこう乳	ごはん ◎牛乳	わかめごはん ◎牛乳
食缶	【肉じゃが】 じゃがいも(117) たまねぎ(52) こんにやく(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)	【生揚げの中華飯】 ⑦生揚げ(52) たまねぎ(39) ⑩豚肉(26) キャベツ(26) にんじん(26) たけのこ(13) 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(2.6) 酒(1.3) 中双(0.52) 塩(0.04) こしょう(0.01) でん粉(1.95) 米油(1.3)	【じゃがいもスープ】 たまねぎ(52) じゃがいも(52) マッシュポテト(26) にんじん(19.5) マッシュルーム(6.5) パセリ(0.07) ◎牛乳(39) ◎生クリーム(3.9) ⑦⑩洋風だしの素(3.25) ◎バター(0.65) 塩(0.52) こしょう(0.05) ローリエ(0.03)	【八宝菜】 キャベツ(52) たまねぎ(52) △えび(26) ○うずら卵(26) にんじん(26) ①いか(26) たけのこ(13) チンゲンサイ(13) ●⑦しょうゆ(3.9) ⑦⑧⑩⑬ 中華だしの素(1.95) でん粉(1.3) 中双(0.65) 塩(0.13) こしょう(0.07)	【豆乳汁】 ⑦豆腐(39) ⑦豆乳(32.5) じゃがいも(32.5) 大根(13) えのきたけ(13) ねぎ(13) にんじん(13) ⑦ミックスみそ(11.7) むろ削り(3.9)
フライ缶	【切り干し大根の和え物】 まぐろ油漬け(15.6) きゅうり(13) とうもろこし(6.5) にんじん(3.9) 切り干し大根(3.25) ④白すりごま(2.6) ●⑦しょうゆ(2.6) 米酢(1.3) 上白(1.3) サラダ油(0.65)	【里芋コロッケ】 里芋コロッケ 1個(60) 米油(6) 《里芋コロッケ》 里芋 ⑧鶏肉 ●パン粉 ●小麦粉 ⑦植物性たん白 ●⑦調味料等	【肉だんごのトマトソース煮】 肉団子(43) 米油(4.3) ひよこ豆(13) たまねぎ(13) 野菜ミックス(13) ⑦ベジタブルソース(13) トマトケチャップ(13) 赤ワイン(0.65) 中双(0.39) 塩(0.13) こしょう(0.01) 《肉団子》 ③牛肉 ⑩豚肉 ⑧鶏肉 たまねぎ ●パン粉 ⑦粒状植物性たん白 ●⑦調味料等	【揚げしゅうまい】 しゅうまい 3個(60) 米油(6) 《しゅうまい》 たまねぎ ⑩豚肉 ⑧鶏肉 ⑦粒状植物性たんぱく ●小麦粉 ●パン粉 ●④⑦⑩調味料等	【五目きんぴら】 ごぼう(26) ③牛肉(19.5) れんこん(13) こんにやく(13) にんじん(6.5) ④白ごま(1.3) ●⑦しょうゆ(3.9) 中双(1.95) 本みりん(1.3) ④ごま油(0.65)
あえ物・果物	【冷凍みかん】 みかん 1個(120)			【もやしのナムル】 もやし(39) ●⑦しょうゆ(1.95) 上白(0.65) 米酢(0.65) ④ごま油(0.39)	
その他		【チーズ】 ◎型抜きチーズ 1個(15)			【フローズンヨーグルト】 ◎フローズンヨーグルト 1個(60)

() 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。

日	9月16日(木)	9月17日(金)	9月21日(火)	9月22日(水)	9月24日(金)
	●ソフトめん ◎牛乳	ごはん ◎牛乳	ごはん ◎牛乳	麦ごはん ◎牛乳	ごはん ◎牛乳
食 缶	【ミートソース】 たまねぎ(65) ⑩豚肉(19.5) ③牛肉(19.5) にんじん(19.5) ⑦大豆(13) マッシュルーム(13) グリーンピース(5.2) トマトケチャップ (26) トマトルウ(16.9) ソース(3.9) ◎チーズ(2.6) ◎脱脂粉乳(1.3) 中双(0.65) 塩(0.13) こしょう(0.03) 《トマトルウ》 ●小麦粉 ●⑦⑩調味料等	【けんちん汁】 ⑦豆腐(45.5) 大根(26) こんにゃく(19.5) にんじん(13) ねぎ(13) ⑦油揚げ(2.6) ●⑦しょうゆ(5.2) ④ごま油(0.65) 塩(0.39) むろ削り(5.2)	【さといもと れんこんの煮物】 さといも(52) れんこん(32.5) ○うずら卵(32.5) ⑦生揚げ(26) こんにゃく(19.5) にんじん(13) さやいんげん(6.5) ●⑦しょうゆ(5.85) 中双(3.9) 本みりん(0.65) むろ削り(2.6)	【ハッシュドビーフ】 たまねぎ(71.5) ③牛肉(32.5) にんじん(19.5) グリーンピース(5.2) にんにく(0.26) ハヤシルウ (えがお)(15.6) トマトピューレ(13) デミグラスソース (7.8) トマトケチャップ (6.5) 赤ワイン(1.3) ⑦⑩洋風だしの素 (0.65) 塩(0.39) 中双(0.26) 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	【豚肉とたまねぎの うま煮】 たまねぎ(78) しらたき(39) ⑩豚肉(26) ⑦焼き豆腐(26) さやいんげん(13) にんじん(13) エリンギ(13) ●⑦しょうゆ(6.5) 中双(3.9) 酒(2.6)
フ ライ 缶	【フルーツゼリー】 みかん(26) パイナップル(26) ⑪黄桃(26) カクテルゼリー(26) 《カクテルゼリー》 ⑬りんご果汁 ぶどう果汁 ⑪もも果汁 ⑦豆乳 調味料	【ささみ大葉 梅肉フライ】 ささみフライ 1個(60) 米油(6) 《ささみフライ》 ⑧鶏肉 ●パン粉 ●小麦粉 ⑦植物性たん白	【さんまのみぞれ煮】 さんまのみぞれ煮 1個(50) 《さんまのみぞれ煮》 さんま 大根 ●⑦調味料等	【ジャーマンポテト】 じゃがいも(52) たまねぎ(26) ⑩ベーコン(13) とうもろこし(6.5) オリーブ油(1.3) ●⑦しょうゆ(0.65) ⑦⑩洋風だしの素 (0.65) こしょう(0.03)	【いかなゲット】 いかなゲット 3個(60) 米油(6) 《いかなゲット》 ①いか たちうお ⑦大豆粉 ⑦粉末状大豆たん白 ●小麦粉 ⑩調味料等
あ え 物 ・ 果 物		【冷凍みかん】 みかん 1個(120)			【キャベツの ゆかり和え】 キャベツ(39) ゆかり粉(0.65)
そ の 他	【干し小魚】 干し小魚 1個(5)		【月見団子】 月見団子 1個(30) 《月見団子》 米粉 ⑦調味料等	【愛知のみかん ゼリー】 愛知のみかんゼリー 1個(60)	

() 内は純使用量 単位：グラム

日	9月27日(月)	9月28日(火)	9月29日(水)	9月30日(木)
	ごはん ◎牛乳	◎●⑦サンドイッチ ロールパン ◎牛乳	麦ごはん ◎牛乳	ごはん ◎牛乳
食 缶	【マーボ豆腐】 ⑦豆腐(117) にんじん(32.5) たけのこ(26) ⑩豚肉(19.5) 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) ④ごま油(1.04) 豆板醤(0.26) でん粉(1.04)	【ポークビーンズ】 たまねぎ(65) ⑦大豆(45.5) にんじん(26) ⑩豚肉(19.5) ⑩ベーコン(5.2) グリーンピース(5.2) トマト(13) トマトピューレ(13) トマトケチャップ (10.4) ソース(1.95) 中双(1.56) ⑦⑩洋風だしの素(1.3) 塩(0.13) こしょう(0.05)	【卵とじ】 ○液卵(52) たまねぎ(52) かまぼこ(19.5) ⑧鶏肉(19.5) にんじん(19.5) じゃがいも(19.5) さやいんげん(6.5) しいたけ(1.3) ●⑦しょうゆ(5.2) 中双(2.08) 本みりん(1.3) 塩(0.13) むろ削り(1.3)	【とうがんの カレースープ】 とうがん(32.5) ⑧鶏肉(26) たまねぎ(26) にんじん(19.5) とうもろこし(13) エリンギ(9.1) オクラ(3.9) カレールウ (えがお)(10.4) ●⑦しょうゆ(3.25) 本みりん(1.95) 野菜ブイヨン(1.04) 塩(0.26) 純カレー(0.03)
フ ラ イ 缶	【白身魚フライの 甘酢あんかけ】 米粉のホキフライ 1個(60) 米油(6) たまねぎ(3.9) ⑦枝豆(3.9) パプリカ(3.9) とうもろこし(3.9) ●⑦しょうゆ(2.6) 中双(1.3) 本みりん(1.3) 米酢(1.3) でん粉(0.65)	【ツナサンド】 まぐろ油漬け(26) キャベツ(19.5) きゅうり(13) とうもろこし(13) こしょう(0.01)	【野菜いため】 ⑩豚肉(39) たまねぎ(19.5) キャベツ(13) にんじん(13) ピーマン(3.9) しょうが(1.04) にんにく(0.26) ●⑦しょうゆ(3.64) 酒(2.6) 中双(1.95) 米油(1.3)	【ちくわの いそべ揚げ】 焼きちくわ 3個(60) ●小麦粉(3.9) でん粉(1.3) 青のり粉(0.16) 米油(6.54)
あ え 物 ・ 果 物	【冷凍黄桃】 ⑪黄桃 1個(60)			【きゅうりの ごまじょうゆ和え】 きゅうり(26) ④白すりごま(0.65) ●⑦しょうゆ(1.3) ④ごま油(0.26)
そ の 他		【小袋卵なし マヨネーズ】 卵なしマヨネーズ 1個(10) 《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	【米粉タルト】 ⑦豆乳プリンタルト 1個(25)	

() 内は純使用量 単位：グラム