



令和3年度 9月卵アレルギー献立表

| 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<br>◎牛乳  | 麦ごはん<br>◎牛乳  | ごはん<br>◎牛乳  | ◎●⑦くろロールパン<br>◎牛乳   | 麦ごはん<br>◎牛乳   |
| 食<br>缶                     | 【えがおの<br>カレーシチュー】<br>たまねぎ(58.5)<br>じゃがいも(39)<br><br>にんじん(19.5)<br>⑩豚肉(13)<br>マッシュルーム(6.5)<br>にんにく(0.13)<br>カレールウ<br>(えがお)(15.6)<br>⑦豆乳(13)<br>ソース(2.6)<br>野菜ブイヨン(1.3)<br>トマトケチャップ<br>(1.3)<br>●⑦しょうゆ(0.65)<br>純カレー(0.13)<br>塩(0.13)<br>こしょう(0.03) | 【*すまし汁】<br>⑦豆腐(45.5)<br>たまねぎ(32.5)<br><br>かまぼこ(26)<br>にんじん(6.5)<br>えのきたけ(6.5)<br>ねぎ(6.5)<br>●⑦しょうゆ(5.2)<br>塩(0.39)<br>でん粉(1.3)<br>むろ削り(5.2)    | 【スタミナ汁】<br>⑦豆腐(32.5)<br>じゃがいも(26)<br><br>たまねぎ(19.5)<br>⑩豚肉(19.5)<br>にんじん(6.5)<br>ねぎ(5.2)<br>⑦油揚げ(3.9)<br>にんにく(0.26)<br>⑦ミックスみそ(11.7)<br>むろ削り(3.9) | 【野菜の<br>ポタージュスープ】<br>たまねぎ(52)<br>にんじんペースト<br>(32.5)<br>白いんげん豆<br>ペースト(26)<br>じゃがいも(19.5)<br>⑧鶏肉(13)<br>にんじん(13)<br>マッシュルーム(13)<br>パセリ(0.07)<br>◎牛乳(52)<br>⑧チキンブイヨン(26)<br>ホワイトルウ (7.8)<br><br>◎バター(1.3)<br>◎チーズ(1.3)<br>塩(0.65)<br>こしょう(0.05)<br><br>《ホワイトルウ》<br>●小麦粉<br>◎脱脂粉乳<br>◎⑦⑩調味料等 | 【えび団子汁】<br>えびボール(32.5)<br>⑦豆腐(26)<br><br>大根(26)<br>にんじん(13)<br>ねぎ(13)<br>●⑦しょうゆ(5.2)<br>塩(0.39)<br>でん粉(1.04)<br>むろ削り(5.2)<br><br>《えびボール》<br>△えび<br>たら<br>でんぶん<br>米油 |
| フ<br>ライ<br>缶               | 【キャベツとコーンの<br>サラダ】<br>キャベツ(32.5)<br>とうもろこし(26)<br>きゅうり(13)<br>④白ごま(1.3)<br>④白すりごま(1.3)<br>ごまドレッシング<br>(5.2)<br>塩(0.1)<br>こしょう(0.03)<br><br>《ごまドレッシング》<br>④ごま<br>●⑦調味料等  | 【赤ミソ風味の牛丼】<br>③牛肉(32.5)<br>たまねぎ(26)<br>れんこん(19.5)<br>にんじん(13)<br>⑦豆みそ(2.6)<br>本みりん(1.3)<br>中双(1.3)<br>●⑦しょうゆ(1.3)<br>和風だしの素(0.13)<br>でん粉(0.65) | 【まぐろの甘辛煮】<br>まぐろ油漬け(58.5)<br>キャベツ(13)<br>しょうが(1.3)<br>中双(3.9)<br>●⑦しょうゆ(1.95)<br>本みりん(1.3)<br>酒(1.3)<br>米油(0.65)                                  | 【キャベツと<br>ウインナーのソテー】<br>キャベツ(45.5)<br>⑩ウインナー(32.5)<br>とうもろこし(13)<br>米油(0.65)<br>塩(0.26)<br>こしょう(0.03)   | 【*ひじき入り<br>豚そぼろ】<br>たまねぎ(19.5)<br>⑩豚肉(32.5)<br>にんじん(16.9)<br>⑦枝豆(6.5)<br>米ひじき(1.95)<br>しょうが(1.3)<br>●⑦しょうゆ(3.9)<br>中双(2.6)<br>酒(1.3)<br>本みりん(0.65)                  |
| あ<br>え<br>物<br>・<br>果<br>物 |   |  | 【きざみたくあん】<br>たくあん漬け(19.5)<br><br>《たくあん漬け》<br>大根<br>●⑦調味料等   | 【冷凍パイナップル】<br>パイナップル<br>1個(40)  | 【冷凍洋なし】<br>洋なし 1個(40)   |
| そ<br>の<br>他                | 【ぶどうゼリー】<br>ぶどうゼリー<br>1個(50)  | 【プルーン】<br>プルーン 1袋(20)  | 【手巻きのり】<br>手巻きのり6枚入り<br>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<br>◎牛乳   | 麦ごはん<br>◎牛乳  | ◎●⑦<br>クロスロールパン<br>◎はっこう乳   | ごはん<br>◎牛乳   | わかめごはん<br>◎牛乳   |
| 食缶     | 【肉じゃが】<br>じゃがいも(117)<br>たまねぎ(52)<br>こんにやく(26)<br>にんじん(26)<br>⑩豚肉(19.5)<br>グリーンピース(5.2)<br>●⑦しょうゆ(6.5)<br>中双(3.9)<br>本みりん(1.3)<br>塩(0.26)<br>こしょう(0.03)     | 【生揚げの中華飯】<br>⑦生揚げ(52)<br>たまねぎ(39)<br>⑩豚肉(26)<br>キャベツ(26)<br>にんじん(26)<br>たけのこ(13)<br>しょうが(0.65)<br>にんにく(0.39)<br>⑧⑩中華ガラスープ<br>の素(3.9)<br>●⑦しょうゆ(2.6)<br>酒(1.3)<br>中双(0.52)<br>塩(0.04)<br>こしょう(0.01)<br>でん粉(1.95)<br>米油(1.3) | 【じゃがいもスープ】<br>たまねぎ(52)<br>じゃがいも(52)<br>マッシュポテト(26)<br>にんじん(19.5)<br>マッシュルーム(6.5)<br>パセリ(0.07)<br>◎牛乳(39)<br>◎生クリーム(3.9)<br>⑦⑩洋風だしの素(3.25)<br>◎バター(0.65)<br>塩(0.52)<br>こしょう(0.05)<br>ローリエ(0.03)  | 【*八宝菜】<br>キャベツ(52)<br>たまねぎ(52)<br>△えび(39)<br>にんじん(26)<br>①いか(39)<br>たけのこ(13)<br>チンゲンサイ(13)<br>●⑦しょうゆ(3.9)<br>⑦⑧⑩⑬<br>中華だしの素(1.95)<br>でん粉(1.3)<br>中双(0.65)<br>塩(0.13)<br>こしょう(0.07) | 【豆乳汁】<br>⑦豆腐(39)<br>⑦豆乳(32.5)<br>じゃがいも(32.5)<br>大根(13)<br>えのきたけ(13)<br>ねぎ(13)<br>にんじん(13)<br>⑦ミックスみそ(11.7)<br>むろ削り(3.9)                   |
| フライ缶   | 【切り干し大根の<br>和え物】<br>まぐろ油漬け(15.6)<br>きゅうり(13)<br>とうもろこし(6.5)<br>にんじん(3.9)<br>切り干し大根(3.25)<br>④白すりごま(2.6)<br>●⑦しょうゆ(2.6)<br>米酢(1.3)<br>上白(1.3)<br>サラダ油(0.65) | 【里芋コロッケ】<br>里芋コロッケ<br>1個(60)<br>米油(6)<br>《里芋コロッケ》<br>里芋<br>⑧鶏肉<br>●パン粉<br>●小麦粉<br>⑦植物性たん白<br>●⑦調味料等  | 【肉だんごの<br>トマトソース煮】<br>肉団子(43)<br>米油(4.3)<br>ひよこ豆(13)<br>たまねぎ(13)<br>野菜ミックス(13)<br>⑦ベジタブルソース<br>(13)<br>トマトケチャップ<br>(13)<br>赤ワイン(0.65)<br>中双(0.39)<br>塩(0.13)<br>こしょう(0.01)<br>《肉団子》<br>③牛肉<br>⑩豚肉<br>⑧鶏肉<br>たまねぎ<br>●パン粉<br>⑦粒状植物性たん白<br>●⑦調味料等 | 【揚げしゅうまい】<br>しゅうまい 3個(60)<br>米油(6)<br>《しゅうまい》<br>たまねぎ<br>⑩豚肉<br>⑧鶏肉<br>⑦粒状植物性たんぱく<br>●小麦粉<br>●パン粉<br>●④⑦⑩調味料等  | 【五目きんぴら】<br>ごぼう(26)<br>③牛肉(19.5)<br>れんこん(13)<br>こんにやく(13)<br>にんじん(6.5)<br>④白ごま(1.3)<br>●⑦しょうゆ(3.9)<br>中双(1.95)<br>本みりん(1.3)<br>④ごま油(0.65) |
| あえ物・果物 | 【冷凍みかん】<br>みかん 1個(120)   |  |   | 【もやしのナムル】<br>もやし(39)<br>●⑦しょうゆ(1.95)<br>上白(0.65)<br>米酢(0.65)<br>④ごま油(0.39)   |   |
| その他    |  | 【チーズ】<br>◎型抜きチーズ<br>1個(15)   |   |  | 【フローズン<br>ヨーグルト】<br>◎フローズン<br>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<br>◎牛乳   | ごはん<br>◎牛乳  | ごはん<br>◎牛乳  | 麦ごはん<br>◎牛乳   | ごはん<br>◎牛乳  |
| 食<br>缶                     | 【ミートソース】<br>たまねぎ(65)<br>⑩豚肉(19.5)<br>③牛肉(19.5)<br>にんじん(19.5)<br>⑦大豆(13)<br><br>マッシュルーム(13)<br>グリーンピース(5.2)<br>トマトケチャップ<br>(26)<br><br>トマトルウ(16.9)<br>ソース(3.9)<br><br>◎チーズ(2.6)<br>◎脱脂粉乳(1.3)<br>中双(0.65)<br>塩(0.13)<br>こしょう(0.03)<br><br>《トマトルウ》<br>●小麦粉<br>●⑦⑩調味料等 | 【けんちん汁】<br>⑦豆腐(45.5)<br>大根(26)<br>こんにやく(19.5)<br>にんじん(13)<br>ねぎ(13)<br><br>⑦油揚げ(2.6)<br>●⑦しょうゆ(5.2)<br>④ごま油(0.65)<br><br>塩(0.39)<br>むろ削り(5.2) | 【*さといもと<br>れんこんの煮物】<br>さといも(58.5)<br>れんこん(39)<br>⑦生揚げ(45.5)<br>こんにやく(19.5)<br>にんじん(13)<br><br>さやいんげん(6.5)<br>●⑦しょうゆ(5.85)<br>中双(3.9)<br><br>本みりん(0.65)<br>むろ削り(2.6) | 【ハッシュドビーフ】<br>たまねぎ(71.5)<br>③牛肉(32.5)<br>にんじん(19.5)<br>グリーンピース(5.2)<br>にんにく(0.26)<br>ハヤシルウ<br>(えがお)(15.6)<br>トマトピューレ(13)<br>デミグラスソース<br>(7.8)<br>トマトケチャップ<br>(6.5)<br><br>赤ワイン(1.3)<br>⑦⑩洋風だしの素<br>(0.65)<br><br>塩(0.39)<br>中双(0.26)<br>こしょう(0.04)<br><br>《デミグラスソース》<br>●小麦粉<br>トマトペースト<br>⑧⑩調味料等 | 【豚肉とたまねぎの<br>うま煮】<br>たまねぎ(78)<br>しらたき(39)<br>⑩豚肉(26)<br>⑦焼き豆腐(26)<br>さやいんげん(13)<br><br>にんじん(13)<br>エリンギ(13)<br>●⑦しょうゆ(6.5)<br><br>中双(3.9)<br>酒(2.6) |
| フ<br>ライ<br>缶               | 【フルーツゼリー】<br>みかん(26)<br>パイナップル(26)<br>⑪黄桃(26)<br>カクテルゼリー(26)<br><br>《カクテルゼリー》<br>⑬りんご果汁<br><br>ぶどう果汁<br>⑪もも果汁<br>⑦豆乳<br>調味料等  | 【ささみ大葉<br>梅肉フライ】<br>ささみフライ<br>1個(60)<br>米油(6)<br><br>《ささみフライ》<br>⑧鶏肉<br>●パン粉<br>●小麦粉<br>⑦植物性たん白   | 【さんまのみぞれ煮】<br>さんまのみぞれ煮<br>1個(50)<br><br>《さんまのみぞれ煮》<br>さんま<br>大根<br>●⑦調味料等   | 【ジャーマンポテト】<br>じゃがいも(52)<br>たまねぎ(26)<br>⑩ベーコン(13)<br>とうもろこし(6.5)<br>オリーブ油(1.3)<br>●⑦しょうゆ(0.65)<br>⑦⑩洋風だしの素<br>(0.65)<br>こしょう(0.03)   | 【いかなゲット】<br>いかなゲット<br>3個(60)<br>米油(6)<br><br>《いかなゲット》<br>①いか<br>たちうお<br>⑦大豆粉<br>⑦粉末状大豆たん白<br>●小麦粉<br>⑩調味料等  |
| あ<br>え<br>物<br>・<br>果<br>物 |   | 【冷凍みかん】<br>みかん 1個(120)  |   |   | 【キャベツの<br>ゆかり和え】<br>キャベツ(39)<br>ゆかり粉(0.65)  |
| そ<br>の<br>他                | 【干し小魚】<br>干し小魚 1個(5)  |   | 【月見団子】<br>月見団子 1個(30)<br><br>《月見団子》<br>米粉<br>⑦調味料等  | 【愛知のみかん<br>ゼリー】<br>愛知のみかんゼリー<br>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<br>◎牛乳   | ◎●⑦サンドイッチ<br>ロールパン<br>◎牛乳  | 麦ごはん<br>◎牛乳  | ごはん<br>◎牛乳   |
| 食<br>缶                     | 【マーボ豆腐】<br>⑦豆腐(117)<br>にんじん(32.5)<br>たけのこ(26)<br>⑩豚肉(19.5)<br>ねぎ(19.5)<br>しょうが(0.65)<br>にんにく(0.26)<br>⑦豆みそ(6.5)<br>中双(3.9)<br>●⑦しょうゆ(2.99)<br>⑦⑧⑩⑬<br>中華だしの素(1.3)<br>本みりん(1.3)<br>酒(1.3)<br>④ごま油(1.04)<br>豆板醤(0.26)<br>でん粉(1.04) | 【ポークビーンズ】<br>たまねぎ(65)<br>⑦大豆(45.5)<br>にんじん(26)<br>⑩豚肉(19.5)<br>⑩ベーコン(5.2)<br>グリーンピース(5.2)<br>トマト(13)<br>トマトピューレ(13)<br>トマトケチャップ<br>(10.4)<br>ソース(1.95)<br>中双(1.56)<br>⑦⑩洋風だしの素(1.3)<br>塩(0.13)<br>こしょう(0.05) | 【*たまねぎと鶏肉の<br>うま煮】<br>たまねぎ(65)<br>かまぼこ(19.5)<br>⑧鶏肉(32.5)<br>にんじん(19.5)<br>じゃがいも(32.5)<br>さやいんげん(6.5)<br>しいたけ(1.3)<br>●⑦しょうゆ(5.2)<br>中双(2.08)<br>本みりん(1.3)<br>塩(0.13)<br>むろ削り(1.3) | 【とうがんの<br>カレースープ】<br>とうがん(32.5)<br>⑧鶏肉(26)<br>たまねぎ(26)<br>にんじん(19.5)<br>とうもろこし(13)<br>エリンギ(9.1)<br>オクラ(3.9)<br>カレールウ<br>(えがお)(10.4)<br>●⑦しょうゆ(3.25)<br>本みりん(1.95)<br>野菜ブイヨン(1.04)<br>塩(0.26)<br>純カレー(0.03) |
| フ<br>ライ<br>缶               | 【白身魚フライの<br>甘酢あんかけ】<br>米粉のホキフライ<br>1個(60)<br>米油(6)<br>たまねぎ(3.9)<br>⑦枝豆(3.9)<br>パプリカ(3.9)<br>とうもろこし(3.9)<br>●⑦しょうゆ(2.6)<br>中双(1.3)<br>本みりん(1.3)<br>米酢(1.3)<br>でん粉(0.65)   | 【ツナサンド】<br>まぐろ油漬け(26)<br>キャベツ(19.5)<br>きゅうり(13)<br>とうもろこし(13)<br>こしょう(0.01)  | 【野菜いため】<br>⑩豚肉(39)<br>たまねぎ(19.5)<br>キャベツ(13)<br>にんじん(13)<br>ピーマン(3.9)<br>しょうが(1.04)<br>にんにく(0.26)<br>●⑦しょうゆ(3.64)<br>酒(2.6)<br>中双(1.95)<br>米油(1.3)                                 | 【ちくわの<br>いそべ揚げ】<br>焼きちくわ 3個(60)<br>●小麦粉(3.9)<br>でん粉(1.3)<br>青のり粉(0.16)<br>米油(6.54)   |
| あ<br>え<br>物<br>・<br>果<br>物 | 【冷凍黄桃】<br>⑪黄桃 1個(60)   |  |  | 【きゅうりの<br>ごまじょうゆ和え】<br>きゅうり(26)<br>④白すりごま(0.65)<br>●⑦しょうゆ(1.3)<br>④ごま油(0.26)   |
| そ<br>の<br>他                |  | 【小袋卵なし<br>マヨネーズ】<br>卵なしマヨネーズ<br>1個(10)<br>《卵なしマヨネーズ》<br>⑦大豆粉<br>⑦粉末状食物性たん白<br>調味料等   | 【米粉タルト】<br>⑦豆乳プリンタルト<br>1個(25)   |  |

( ) 内は純使用量 単位：グラム