

令和3年度 9月アレルギー献立表

小学校-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(45) じゃがいも(30) にんじん(15) ⑩豚肉(10) マッシュルーム(5) にんにく(0.1) カレールウ (えがお)(12) ⑦豆乳(10) ソース(2) 野菜ブイヨン(1) トマトケチャップ(1) ●⑦しょうゆ(0.5) 純カレー(0.1) 塩(0.1) こしょう(0.02)	【かきたま汁】 ⑦豆腐(25) ○液卵(25) たまねぎ(20) かまぼこ(10) にんじん(5) えのきたけ(5) ねぎ(5) ●⑦しょうゆ(4) 塩(0.3) でん粉(1) むろ削り(4)	【スタミナ汁】 ⑦豆腐(25) じゃがいも(20) たまねぎ(15) ⑩豚肉(15) にんじん(5) ねぎ(4) ⑦油揚げ(3) にんにく(0.2) ⑦ミックスみそ(9) むろ削り(3)	【野菜の ポタージュスープ】 たまねぎ(40) にんじんペースト (25) 白いんげん豆 ペースト(20) じゃがいも(15) ⑧鶏肉(10) にんじん(10) マッシュルーム(10) パセリ(0.05) ◎牛乳(40) ⑧チキンブイヨン(20) ホワイトルウ(6) ◎バター(1) ◎チーズ(1) 塩(0.5) こしょう(0.04) 《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(25) ⑦豆腐(20) 大根(20) にんじん(10) ねぎ(10) ●⑦しょうゆ(4) 塩(0.3) でん粉(0.8) むろ削り(4) 《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(25) とうもろこし(20) きゅうり(10) ④白ごま(1) ④白すりごま(1) ごまドレッシング (4) 塩(0.08) こしょう(0.02) 《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(25) たまねぎ(20) れんこん(15) にんじん(10) ⑦豆みそ(2) 本みりん(1) 中双(1) ●⑦しょうゆ(1) 和風だしの素(0.1) でん粉(0.5)	【まぐろの甘辛煮】 まぐろ油漬(45) キャベツ(10) しょうが(1) 中双(3) ●⑦しょうゆ(1.5) 本みりん(1) 酒(1) 米油(0.5)	【キャベツと ウインナーのソテー】 キャベツ(35) ⑩ウインナー(25) とうもろこし(10) 米油(0.5) 塩(0.2) こしょう(0.02)	【ひじき入り 豚そぼろ】 炒り卵(20) たまねぎ(15) ⑩豚肉(15) にんじん(5) ⑦枝豆(3) 米ひじき(1.5) しょうが(1) ●⑦しょうゆ(3) 中双(2) 酒(1) 本みりん(0.5) 《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(15) 《たくあん漬》 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 5枚入り 1袋(2.5)		

() 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)
	麦ごはん ◎牛乳	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	【生揚げの中華飯】 ⑦生揚げ(40) たまねぎ(30) ⑩豚肉(20) キャベツ(20) にんじん(20) たけのこ(10) しょうが(0.5) にんにく(0.3) ⑧⑩中華ガラスープの素(3) ●⑦しょうゆ(2) 酒(1) 中双(0.4) 塩(0.03) こしょう(0.01) でん粉(1.5) 米油(1)	【肉じゃが】 じゃがいも(90) たまねぎ(40) こんにやく(20) にんじん(20) ⑩豚肉(15) グリンピース(4) ●⑦しょうゆ(5) 中双(3) 本みりん(1) 塩(0.2) こしょう(0.02)	【じゃがいもスープ】 たまねぎ(40) じゃがいも(40) マッシュポテト(20) にんじん(15) マッシュルーム(5) パセリ(0.05) ◎牛乳(30) ◎生クリーム(3) ⑦⑩洋風だしの素(2.5) ◎バター(0.5) 塩(0.4) こしょう(0.04) ローリエ(0.02)	【八宝菜】 キャベツ(40) たまねぎ(40) △えび(20) ○うずら卵(20) にんじん(20) ①いか(20) たけのこ(10) チンゲンサイ(10) ●⑦しょうゆ(3) ⑦⑧⑩⑬ 中華だしの素(1.5) でん粉(1) 中双(0.5) 塩(0.1) こしょう(0.05)	【豆乳汁】 ⑦豆腐(30) ⑦豆乳(25) じゃがいも(25) 大根(10) えのきたけ(10) ねぎ(10) にんじん(10) ⑦ミックスみそ(9) むろ削り(3)
フライ缶	【里芋コロッケ】 里芋コロッケ 1個(50) 米油(5) 《里芋コロッケ》 里芋 ⑧鶏肉 ●小麦粉 ●パン粉 ⑦植物性たん白 ●⑦調味料等	【切り干し大根の和え物】 まぐろ油漬け(12) きゅうり(10) とうもろこし(5) にんじん(3) 切り干し大根(2.5) ④白すりごま(2) ●⑦しょうゆ(2) 米酢(1) 上白(1) サラダ油(0.5)	【肉だんごのトマトソース煮】 肉団子(33) 米油(3.3) ひよこ豆(10) たまねぎ(10) 野菜ミックス(10) ⑦ベジタブルソース(10) トマトケチャップ(10) 赤ワイン(0.5) 中双(0.3) 塩(0.1) 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 2個(40) 米油(4) 《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(20) ③牛肉(15) れんこん(10) こんにやく(10) にんじん(5) ④白ごま(1) ●⑦しょうゆ(3) 中双(1.5) 本みりん(1) ④ごま油(0.5)
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(30) ●⑦しょうゆ(1.5) 上白(0.5) 米酢(0.5) ④ごま油(0.3)	
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。

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)
	ごはん ◎牛乳	●ソフトめん ◎牛乳	ごはん ◎牛乳	麦ごはん ◎牛乳	ごはん ◎牛乳
食 缶	【けんちん汁】 ⑦豆腐(35) 大根(20) こんにゃく(15) にんじん(10) ねぎ(10) ⑦油揚げ(2) ●⑦しょうゆ(4) ④ごま油(0.5) 塩(0.3) むろ削り(4)	【ミートソース】 たまねぎ(50) ⑩豚肉(15) ③牛肉(15) にんじん(15) ⑦大豆(10) マッシュルーム(10) グリーンピース(4) トマトケチャップ(20) トマトルウ(13) ソース(3) ◎チーズ(2) ◎脱脂粉乳(1) 中双(0.5) 塩(0.1) こしょう(0.02) 《トマトルウ》 ●小麦粉 ●⑦⑩調味料等	【さといもと れんこんの煮物】 さといも(40) れんこん(25) ○うずら卵(25) ⑦生揚げ(20) こんにゃく(15) にんじん(10) さやいんげん(5) ●⑦しょうゆ(4.5) 中双(3) 本みりん(0.5) むろ削り(2)	【ハッシュドビーフ】 たまねぎ(55) ③牛肉(25) にんじん(15) グリーンピース(4) にんにく(0.2) ハヤシルウ (えがお)(12) トマトピューレ(10) デミグラスソース (6) トマトケチャップ(5) 赤ワイン(1) ⑦⑩洋風だしの素(0.5) 塩(0.3) 中双(0.2) こしょう(0.03) 《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(60) しらたき(30) ⑩豚肉(20) ⑦焼き豆腐(20) さやいんげん(10) にんじん(10) エリンギ(10) ●⑦しょうゆ(5) 中双(3) 酒(2)
フ ライ 缶	【ささみ大葉 梅肉フライ】 ささみフライ 1個(50) 米油(5) 《ささみフライ》 ⑧鶏肉 ●パン粉 ●小麦粉 ⑦植物性たん白	【フルーツゼリー】 みかん(20) パイナップル(20) ⑪黄桃(20) カクテルゼリー(20) 《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 調味料等	【さんまのみぞれ煮】 さんまのみぞれ煮 1個(40) 《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(40) たまねぎ(20) ⑩ベーコン(10) とうもろこし(5) オリーブ油(1) ●⑦しょうゆ(0.5) ⑦⑩洋風だしの素(0.5) こしょう(0.02)	【いかなゲット】 いかなゲット 2個(40) 米油(4) 《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(30) ゆかり粉(0.5)
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)
	◎●⑦サンドイッチ ロールパン ◎牛乳	ごはん ◎牛乳	麦ごはん ◎牛乳	ごはん ◎牛乳
食缶	【ポークビーンズ】 たまねぎ(50) ⑦大豆(35) にんじん(20) ⑩豚肉(15) ⑩ベーコン(4) グリーンピース(4) トマト(10) トマトピューレ(10) トマトケチャップ(8) ソース(1.5) 中双(1.2) ⑦⑩洋風だしの素(1) 塩(0.1) こしょう(0.04)	【マーボ豆腐】 ⑦豆腐(90) にんじん(25) たけのこ(20) ⑩豚肉(15) ねぎ(15) しょうが(0.5) にんにく(0.2) ⑦豆みそ(5) 中双(3) ●⑦しょうゆ(2.3) ⑦⑧⑩⑬ 中華だしの素(1) 本みりん(1) 酒(1) ④ごま油(0.8) 豆板醤(0.2) でん粉(0.8)	【卵とじ】 ○液卵(40) たまねぎ(40) かまぼこ(15) ⑧鶏肉(15) にんじん(15) じゃがいも(15) さやいんげん(5) しいたけ(1) ●⑦しょうゆ(4) 中双(1.6) 本みりん(1) 塩(0.1) むろ削り(1)	【とうがんの カレースープ】 とうがん(25) ⑧鶏肉(20) たまねぎ(20) にんじん(15) とうもろこし(10) エリンギ(7) オクラ(3) カレールウ (えがお)(8) ●⑦しょうゆ(2.5) 本みりん(1.5) 野菜ブイヨン(0.8) 塩(0.2) 純カレー(0.02)
フライ缶	【ツナサンド】 まぐろ油漬(20) キャベツ(15) きゅうり(10) とうもろこし(10) こしょう(0.01)	【白身魚フライの 甘酢あんかけ】 米粉のホキフライ 1個(50) 米油(5) たまねぎ(3) ⑦枝豆(3) 赤パプリカ(3) とうもろこし(3) ●⑦しょうゆ(2) 中双(1) 本みりん(1) 米酢(1) でん粉(0.5)	【野菜いため】 ⑩豚肉(30) たまねぎ(15) キャベツ(10) にんじん(10) ピーマン(3) しょうが(0.8) にんにく(0.2) ●⑦しょうゆ(2.8) 酒(2) 中双(1.5) 米油(1)	【ちくわの いそべ揚げ】 焼きちくわ 2個(40) ●小麦粉(3) でん粉(1) 青のり粉(0.12) 米油(4.41)
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(20) ④白すりごま(0.5) ●⑦しょうゆ(1) ④ごま油(0.2)
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