

## 令和3年度 11月アレルギー献立表

中学校ー1

	11月1日(月)	11月2日(火)	11月4日(木)	11月5日(金)	11月8日(月)
	ごはん ◎牛乳	◎●⑦ツイスト ロールパン ◎はっこう乳	ごはん ◎牛乳	麦ごはん ◎牛乳	麦ごはん ◎牛乳
食缶	【ごじる】 ⑦豆腐(26) 大根(26) ⑦豆乳(19.5) ⑦大豆(19.5) ごぼう(19.5) ねぎ(13)  にんじん(13)  ⑦ミックスみそ(11.7)  酒(2.6) むろ削り(3.9)	【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) ⑧鶏肉(13) マッシュルーム(6.5)  パセリ(0.06)  ◎牛乳(39) ◎生クリーム(3.9) ⑦⑩洋風だしの素(2.6) ◎バター(0.65) 塩(0.52) こしょう(0.05) ローリエ(0.03)	【トッポギスープ】 たまねぎ(32.5) トッポギ(26) ⑧鶏肉(26) チンゲンサイ(13) とうもろこし(6.5) わかめ(0.39)  ⑧⑩中華ガラスープの素 (4.55)  ●⑦しょうゆ(1.56)  酒(1.3)	【卵とじ】 たまねぎ(58.5) ○液卵(52) ⑧鶏肉(32.5) 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) 本みりん(1.3) 塩(0.13) むろ削り(1.3)	【レンコンの ドライカレー】 たまねぎ(84.5) ⑩豚肉(39) れんこん(39) エリンギ(19.5) 赤パプリカ(6.5) にんにく(0.26)  トマトケチャップ(7.8)  カレールウ〈えがお〉 (6.5)  ●⑦しょうゆ(3.25) 塩こうじ(0.65) 酒(0.65) 本みりん(0.65) 純カレー(0.39) かつお粉(0.39) こしょう(0.07)
フライ缶	【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)	【ポイルウインナー】  ⑩ウインナー 3本(60)	【高野豆腐のマーボ】  ⑩豚肉(26) たまねぎ(26) にんじん(13) ⑦高野豆腐(9.1) ねぎ(6.5) しょうが(0.39) にんにく(0.26) ●④⑦甜面醬(2.6) ●⑦しょうゆ(2.6) 中双(1.3)  ⑦⑧⑩⑬中華だしの素 (0.91)  ④ごま油(0.65) 豆板醬(0.13) でん粉(0.65)	【お好み焼きはんぺんの たれかけ】  ①お好み焼き風はんぺん 1個(60)  米油(1) ●⑦しょうゆ(2.6) 中双(1.3) 本みりん(1.3) でん粉(0.39)	【切り干し大根と ツナのサラダ】  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(3.9) 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)
あえ物・ 果物	【きざみたくあん】 たくあん漬け(15.6)  《たくあん漬け》 大根 ●⑦調味料等	【みかん】 みかん 1個(120)			【りんご】 ⑬りんご 1個(40)
その他	【手巻きのり】 手巻きのり6枚入り 1袋(3)		【ヨーグルト】 ヨーグルト 1個(100)  《ヨーグルト》 ◎脱脂粉乳 ◎クリーム ◎全粉乳 ⑭ゼラチン 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。

	11月9日(火)	11月10日(水)	11月11日(木)	11月12日(金)	11月15日(月)
	麦ごはん ◎牛乳	◎●⑦くろロールパン ◎牛乳	ごはん ◎牛乳	ごはん ◎牛乳	ごはん ◎牛乳
食缶	【みそおでん】 大根(52) さといも(39) ○うずら卵(32.5) にんじん(26) こんにやく(19.5) ちくわ(13) ⑦豆みそ(9.1) 中双(5.2) 本みりん(1.3) むろ削り(2.6)	【白菜のクリーム煮】 はくさい(52) じゃがいも(39) たまねぎ(39) にんじん(19.5) ⑧鶏肉(13) ◎牛乳(39) ホワイトルウ(9.1) ◎生クリーム(6.5) ◎脱脂粉乳(2.6) ⑦⑩洋風だしの素(1.95) ◎バター(1.3) 塩(0.65) こしょう(0.03)  《ホワイトルウ》 ●小麦粉 ◎脱脂粉乳 ◎⑦調味料等	【五目汁】 ⑦豆腐(39) 大根(32.5) ⑧鶏肉(13) にんじん(13) 小松菜(13) ⑦油揚げ(6.5) しいたけ(1.3) ●⑦しょうゆ(5.2) 本みりん(1.3) 塩(0.39) むろ削り(5.2)	【中華海鮮うま煮】 たまねぎ(52) キャベツ(39) ①いか(26) △えび(26) たけのこ(26) ちくわ(13) にんじん(13) チンゲンサイ(13) 黒きくらげ(0.39) ●⑦しょうゆ(3.25) 野菜ブイヨン(1.3) 中双(1.3) 酒(1.3) ●⑦⑩オイスターソース(1.3)  ④ごま油(0.39) 塩(0.13) こしょう(0.03) でん粉(1.95)	【なめこ入り白みそ汁】 ⑦豆腐(39) 大根(26) ⑧鶏肉(26) にんじん(13) ねぎ(6.5) ⑦油揚げ(6.5) なめこ(6.5) ⑦米みそ(11.7) 本みりん(1.3) むろ削り(3.9)
フライ缶	【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	【ハンバーグのきのこソース】 ハンバーグ 1個(60) 米油(1) マッシュルーム(6.5) エリンギ(5.2) ⑦ベジタブルソース(13) トマトケチャップ(6.5) ソース(1.3) 赤ワイン(0.65) 中双(0.39) 塩(0.13)  《ハンバーグ》 ⑩豚肉 たまねぎ ⑦粒状大豆たん白	【豚肉とポテトの炒め物】 じゃがいも(32.5) ⑩豚肉(26) こんにやく(13) にんじん(13) さやいんげん(6.5) ●⑦しょうゆ(3.25) 中双(2.6) ④ごま油(0.65)	【揚げぎょうざ】 ぎょうざ 3個(54) 米油(5.4)  《ぎょうざ》 キャベツ たまねぎ ⑩豚肉 ●パン粉 ●小麦粉 ●⑦⑩調味料等	【ちくわのいそべ揚げ】 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	【オレンジ】 ②オレンジ 1個(60)			【もやしのナムル】 もやし(39) ④白すりごま(1.3) ●⑦しょうゆ(1.3) 上白(0.65) 米酢(0.65) ④ごま油(0.39)	【ほうれん草のおかか和え】 ほうれん草(26) もやし(13) 花かつお(0.26) ●⑦しょうゆ(1.3) 上白(0.39)
その他			【納豆】 納豆 1個(30)  《納豆》 ⑦大豆 ●⑦調味料等		

( ) 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。

	11月16日(火)	11月17日(水)	11月18日(木)	11月19日(金)	11月22日(月)
	ごはん ◎牛乳	◎●⑦スライスパン ◎牛乳	ごはん ◎牛乳	麦ごはん ◎牛乳	◎●⑦あいちの米粉パン ◎牛乳
食 缶	【だまこ汁】  だまこもち(39) ⑧鶏肉(19.5) ごぼう(13) にんじん(13) はくさい(13)  ねぎ(13)  しらたき(6.5) えのきたけ(6.5) ⑧チキンピヨ(26) ●⑦しょうゆ(5.2) 本みりん(1.3) 塩(0.13) むろ削り(3.9)	【大豆とポークの トマト煮】  たまねぎ(58.5) ⑦大豆(45.5) にんじん(26) じゃがいも(26) トマト(26)  ⑩豚肉(26)  セロリ(2.6) にんにく(0.39) トマトジュース(26) トマトケチャップ(9.1) ソース(2.6) 中双(2.6) ⑦⑩洋風だしの素(1.3) 赤ワイン(1.3) 塩(0.52) こしょう(0.07)	【豆腐とキャベツの スープ】  キャベツ(58.5) ⑦豆腐(39) ⑧鶏肉(26) にんじん(13) ●⑦しょうゆ(3.9) ⑦⑧⑩⑬中華だしの素 (2.6)  ④ごま油(0.39) 塩(0.26) こしょう(0.04) でん粉(0.65)	【すきやき】  はくさい(52) ③牛肉(39) ⑦焼き豆腐(32.5) こんにゃく(26) ねぎ(26)  にんじん(13)  ●角ふ(13) エリンギ(13) ●⑦しょうゆ(7.8) 中双(3.9) 本みりん(1.3)	【かぼちゃのシチュー】  たまねぎ(58.5) かぼちゃ(39) じゃがいも(26) ⑧鶏肉(13) ぶなしめじ(6.5)  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) 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 ◎⑦調味料等
フ ラ イ 缶	【ひじき入り豚そぼろ】  炒り卵(19.5) たまねぎ(19.5) ⑩豚肉(19.5) にんじん(13) 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) 本みりん(0.65) 酒(0.65)  《炒り卵》 ○鶏卵 ⑦調味料等	【ツナサンド】  まぐろ油漬け(26) キャベツ(26) きゅうり(19.5) とうもろこし(6.5) ⑦卵なしマヨネーズ(7.8) 塩(0.13) こしょう(0.01)	【チャプチェ】  ⑩豚肉(26) たまねぎ(32.5) にんじん(6.5) 黄パプリカ(6.5) はるさめ(5.2) にら(3.9) ④白ごま(1.3) にんにく(0.13) ●⑦しょうゆ(3.25) みりん(1.3) 酒(1.3) ●⑦⑩オイスターソース (1.04)  中双(0.65) ④ごま油(0.39)	【厚焼き卵の おろしだれかけ】  ○厚焼き卵 1個(60) 大根おろし(9.1) ●⑦しょうゆ(2.6) 中双(1.3) 本みりん(1.3) でん粉(0.26)	【花野菜サラダ】  まぐろ油漬け(19.5) ブロッコリー(16.9) カリフラワー(13) にんじん(6.5) とうもろこし(6.5) 上白(1.3) ワインビネガー(1.3) ●⑦しょうゆ(1.04) オリーブ油(0.65) 塩(0.13)  こしょう(0.03)
あ え 物 ・ 果 物			【りんご】 ⑬りんご 1個(40)		
そ の 他	【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	【スライスチーズ】 ◎スライスチーズ 1枚(18)		【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

	11月24日(水)	11月25日(木)	11月26日(金)	11月29日(月)	11月30日(火)
	わかめごはん ◎牛乳	●中華めん ◎牛乳	麦ごはん ◎牛乳	玄米ごはん ◎牛乳	麦ごはん ◎牛乳
食缶	【もみじのお吸い物】  ⑦豆腐(39) 大根(19.5) にんじん(13) ごぼう(10.4) ねぎ(6.5) かまぼこ(6.5)  しいたけ(0.65) ●⑦うす口しょうゆ(5.2) 本みりん(1.3)  塩(0.26) むろ削り(5.2)	【とんこつラーメン】  ⑩豚肉(26) たまねぎ(19.5) キャベツ(19.5) にんじん(13) もやし(13) ねぎ(13)  しょうが(1.3) にんにく(0.39) ⑦⑩豚骨ラーメンスープ (15.6) ●⑦うす口しょうゆ (4.29) でん粉(1.04)	【肉じゃが】  じゃがいも(117) たまねぎ(52) 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)	【えがおのハヤシ シチュー】  たまねぎ(52) じゃがいも(45.5) ⑩豚肉(19.5) 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) 野菜ブイヨン(0.65) 中双(0.13) 塩(0.13) こしょう(0.03)	【豚丼】  たまねぎ(84.5) ⑩豚肉(39) しらたき(39) ⑦豆腐(26) ねぎ(16.9) にんじん(13) エリンギ(13) ●⑦しょうゆ(7.8) 中双(3.9)  酒(2.6)
フライ缶	【あじナゲット】 あじナゲット 3個(60) 米油(6)  《あじナゲット》 あじ すけとうだら たまねぎ ⑦粒状大豆たん白 ⑦粉末状大豆たん白 ●小麦粉 ●⑦調味料等	【さつまいもコロッケ】 さつまいもコロッケ 1個(60) 米油(6)  《さつまいもコロッケ》 さつまいも ●⑦パン粉 ●小麦粉 ⑦植物性たん白 ⑦調味料等	【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	【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) ワインビネガー(1.3) サラダ油(0.65) 塩(0.13) こしょう(0.03)	【おひたし】 もやし(32.5) 小松菜(13) にんじん(9.1) かまぼこ(6.5) しらす干し(2.6) ●⑦しょうゆ(1.95) 上白(1.3) 米酢(0.65)
あえ物・果物	【もやしとキャベツの ごま和え】 もやし(19.5) キャベツ(19.5) ④白すりごま(0.65) ④白ごま(0.39) ●⑦しょうゆ(1.95) 上白(1.3)	【みかん】 みかん 1個(120)			
その他			【野菜ゼリー】 にんじんとみかんの ゼリー 1個(70)		【きらず揚げ】 きらず揚げ 1袋(10)  《きらず揚げ》 ●小麦粉 ⑦おからパウダー 調味料等

( ) 内は純使用量 単位：グラム