

令和3年度 11月アレルギー献立表

小学校-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(20) 大根(20) ⑦豆乳(15) ⑦大豆(15) ごぼう(15) ねぎ(10) にんじん(10) ⑦ミックスみそ(9) 酒(2) むろ削り(3)	【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) ⑧鶏肉(10) 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) ◎バター(0.5) 塩(0.4) こしょう(0.04) ローリエ(0.02)	【トッポギスープ】 たまねぎ(25) トッポギ(20) ⑧鶏肉(20) チンゲンサイ(10) とうもろこし(5) わかめ(0.3) ⑧⑩中華ガラスープの素(3.5) ●⑦しょうゆ(1.2) 酒(1)	【卵とじ】 たまねぎ(45) ○液卵(40) ⑧鶏肉(25) 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)	【レンコンのドライカレー】 たまねぎ(65) ⑩豚肉(30) れんこん(30) エリンギ(15) 赤パプリカ(5) にんにく(0.2) トマトケチャップ(6) カレールー〈えがお〉(5) ●⑦しょうゆ(2.5) 塩こうじ(0.5) 酒(0.5) 本みりん(0.5) 純カレー(0.3) かつお粉(0.3) こしょう(0.05)
フライ缶	【まぐろの甘辛煮】 まぐろ油漬け(45) キャベツ(12) しょうが(1) 中双(3) ●⑦しょうゆ(1.5) 本みりん(1) 酒(1)	【ポイルウインナー】 ⑩ウインナー 2本(40)	【高野豆腐のマーボ】 ⑩豚肉(20) たまねぎ(20) にんじん(10) ⑦高野豆腐(7) ねぎ(5) しょうが(0.3) にんにく(0.2) ●④⑦甜面醬(2) ●⑦しょうゆ(2) 中双(1) ⑦⑧⑩⑬中華だしの素(0.7) ④ごま油(0.5) 豆板醬(0.1) でん粉(0.5)	【お好み焼きはんぺんのだれかけ】 ①お好み焼き風はんぺん 1個(50) ●⑦しょうゆ(2) 中双(1) 本みりん(1) でん粉(0.3)	【切り干し大根とツナのサラダ】 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(3) 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)
あえ物・果物	【きざみたくあん】 たくあん漬け(12) 《たくあん漬け》 大根 ●⑦調味料等	【オレンジ】 ②オレンジ 1個(60)			【りんご】 ⑬りんご 1個(40)
その他	【手巻きのみ】 手巻きのみ 5枚入り 1袋(2.5)		【ヨーグルト】 ヨーグルト 1個(80) 《ヨーグルト》 ◎脱脂粉乳 ◎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	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
食缶	【みそおでん】 大根(40) さといも(30) ○うずら卵(25) にんじん(20) こんにゃく(15) ちくわ(10) ⑦豆みそ(7) 中双(4) 本みりん(1) むろ削り(2)	【五目汁】 ⑦豆腐(30) 大根(25) ⑧鶏肉(10) にんじん(10) 小松菜(10) ⑦油揚げ(5) しいたけ(1) ●⑦しょうゆ(4) 本みりん(1) 塩(0.3) むろ削り(4)	【白菜のクリーム煮】 はくさい(40) じゃがいも(30) たまねぎ(30) にんじん(15) ⑧鶏肉(10) ◎牛乳(30) ホワイトルウ(7) ◎生クリーム(5) ◎脱脂粉乳(2) ⑦⑩洋風だしの素(1.5) ◎バター(1) 塩(0.5) こしょう(0.02) 《ホワイトルウ》 ●小麦粉 ◎脱脂粉乳 ◎⑦調味料等	【中華海鮮うま煮】 たまねぎ(40) キャベツ(30) ①いか(20) △えび(20) たけのこ(20) ちくわ(10) にんじん(10) チンゲンサイ(10) 黒きくらげ(0.3) ●⑦しょうゆ(2.5) 野菜ブイヨン(1) 中双(1) 酒(1) ●⑦⑩オイスターソース(1) ④ごま油(0.3) 塩(0.1) こしょう(0.02) でん粉(1.5)	【なめこ入り白みそ汁】 ⑦豆腐(30) 大根(20) ⑧鶏肉(20) にんじん(10) ねぎ(5) ⑦油揚げ(5) なめこ(5) ⑦米みそ(9) 本みりん(1) むろ削り(3)
フライ缶	【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	【豚肉とポテトの炒め物】 じゃがいも(25) ⑩豚肉(20) こんにゃく(10) にんじん(10) さやいんげん(5) ●⑦しょうゆ(2.5) 中双(2) ④ごま油(0.5)	【ハンバーグのきのこソース】 ハンバーグ 1個(50) マッシュルーム(5) エリンギ(4) ⑦ベジタブルソース(10) トマトケチャップ(5) ソース(1) 赤ワイン(0.5) 中双(0.3) 塩(0.1) 《ハンバーグ》 ⑩豚肉 たまねぎ ⑦粒状大豆たん白	【揚げぎょうざ】 ぎょうざ 2個(36) 米油(3.6) 《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 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	【みかん】 みかん 1個(120)			【もやしのナムル】 もやし(30) ④白すりごま(1) ●⑦しょうゆ(1) 上白(0.5) 米酢(0.5) ④ごま油(0.3)	【ほうれん草のおかか和え】 ほうれん草(20) もやし(10) 花かつお(0.2) ●⑦しょうゆ(1) 上白(0.3)
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(30) ⑧鶏肉(15) ごぼう(10) にんじん(10) はくさい(10) ねぎ(10) しらたき(5) えのきたけ(5) ⑧チキンピヨ(20) ●⑦しょうゆ(4) 本みりん(1) 塩(0.1) むろ削り(3)	【大豆とポークの トマト煮】 たまねぎ(45) ⑦大豆(35) にんじん(20) じゃがいも(20) トマト(20) ⑩豚肉(20) セロリ(2) にんにく(0.3) トマトジュース(20) トマトケチャップ(7) ソース(2) 中双(2) ⑦⑩洋風だしの素(1) 赤ワイン(1) 塩(0.4) こしょう(0.05)	【豆腐とキャベツの スープ】 キャベツ(45) ⑦豆腐(30) ⑧鶏肉(20) にんじん(10) ●⑦しょうゆ(3) ⑦⑧⑩⑬中華だしの素(2) ④ごま油(0.3) 塩(0.2) こしょう(0.03) でん粉(0.5)	【すきやき】 はくさい(40) ③牛肉(30) ⑦焼き豆腐(25) こんにゃく(20) ねぎ(20) にんじん(10) ●角ふ(10) エリンギ(10) ●⑦しょうゆ(6) 中双(3) 本みりん(1)	【かぼちゃのシチュー】 たまねぎ(45) かぼちゃ(30) じゃがいも(20) ⑧鶏肉(10) ぶなしめじ(5) マッシュルーム(5) パセリ(0.03) ◎牛乳(40) ホワイトルウ(6) ⑦⑩洋風だしの素(1) ◎バター(1) ◎チーズ(1) 塩(0.5) こしょう(0.02) 《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(15) たまねぎ(15) ⑩豚肉(15) にんじん(10) ⑦枝豆(3) 米ひじき(1.5) しょうが(1) ●⑦しょうゆ(3) 中双(2) 本みりん(0.5) 酒(0.5) 《炒り卵》 ○鶏卵 ⑦調味料等	【ツナサンド】 まぐろ油漬け(20) キャベツ(20) きゅうり(15) とうもろこし(5) ⑦卵なしマヨネーズ(6) 塩(0.1) こしょう(0.01)	【チャブチェ】 ⑩豚肉(20) たまねぎ(25) にんじん(5) 黄パプリカ(5) はるさめ(4) にら(3) ④白ごま(1) にんにく(0.1) ●⑦しょうゆ(2.5) みりん(1) 酒(1) ●⑦⑩オイスターソース (0.8) 中双(0.5) ④ごま油(0.3)	【さばのみそ煮】 さばのみそ煮 1個(50) 《さばのみそ煮》 ⑥さば ⑦調味料等	【花野菜サラダ】 まぐろ油漬け(15) ブロッコリー(13) カリフラワー(10) にんじん(5) とうもろこし(5) 上白(1) ワインビネガー(1) ●⑦しょうゆ(0.8) オリーブ油(0.5) 塩(0.1) こしょう(0.02)
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			【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	麦ごはん ◎牛乳	●中華めん ◎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(30) 大根(15) にんじん(10) ごぼう(8) ねぎ(5) かまぼこ(5) しいたけ(0.5) ●⑦うす口しょうゆ(4) 本みりん(1) 塩(0.2) むろ削り(4)	【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) グリーンピース(4) ●⑦しょうゆ(5) 中双(3) 本みりん(1) 塩(0.2) こしょう(0.02)	【とんこつラーメン】 ⑩豚肉(20) たまねぎ(15) キャベツ(15) にんじん(10) もやし(10) ねぎ(10) しょうが(1) にんにく(0.3) ⑦⑩豚骨ラーメンスープ(12) ●⑦うす口しょうゆ(3.3) でん粉(0.8)	【えがおのハヤシシチュー】 たまねぎ(40) じゃがいも(35) ⑩豚肉(15) にんじん(10) マッシュルーム(8) にんにく(0.3) ハヤシルウ〈えがお〉(10) トマトピューレ(10) トマトケチャップ(5) ソース(2) 赤ワイン(1) 野菜ブイヨン(0.5) 中双(0.1) 塩(0.1) こしょう(0.02)	【豚丼】 たまねぎ(65) ⑩豚肉(30) しらたき(30) ⑦豆腐(20) ねぎ(13) にんじん(10) エリンギ(10) ●⑦しょうゆ(6) 中双(3) 酒(2)
フライ缶	【あじナゲット】 あじナゲット 2個(40) 米油(4) 《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	【さつまいもコロッケ】 さつまいもコロッケ 1個(50) 米油(5) 《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	【コーンサラダ】 とうもろこし(20) キャベツ(15) ⑧サラダチキン(10) にんじん(5) ●⑦しょうゆ(1.2) 上白(1) ワインビネガー(1) サラダ油(0.5) 塩(0.1) こしょう(0.02)	【おひたし】 もやし(25) 小松菜(10) にんじん(7) かまぼこ(5) しらす干し(2) ●⑦しょうゆ(1.5) 上白(1) 米酢(0.5)
あえ物・果物	【もやしとキャベツのごま和え】 もやし(15) キャベツ(15) ④白すりごま(0.5) ④白ごま(0.3) ●⑦しょうゆ(1.5) 上白(1)		【みかん】 みかん 1個(120)		
その他		【ミニゼリー】 ミニぶどうゼリー 1個(22)			【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