

令和4年度11月アレルギー献立表

小学校-1

日	11月1日(火)	11月2日(水)	11月4日(金)	11月7日(月)	11月8日(火)
主食	わかめごはん	麦ごはん	ごはん	麦ごはん	ごはん
牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳
食缶	<p>【八宝菜】</p> はくさい(30) たまねぎ(30) ○うずら卵(25) ①いか(20) にんじん(20) ⑩豚肉(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) ④ごま油(0.3) 塩(0.1) こしょう(0.05)	<p>【さわにわん】</p> ⑩豚肉(20) ジャがいも(15) かまぼこ(10) にんじん(10) たけのこ(10) ごぼう(10) 小松菜(10) ●⑦しょうゆ(4) 塩(0.3) こしょう(0.02) むろ削り(3)	<p>【ごじる】</p> 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あわせみそ(9) 酒(2) むろ削り(3)	<p>【わかめスープ】</p> たまねぎ(20) ⑦豆腐(20) ⑧鶏肉(15) にんじん(10) ねぎ(6) とうもろこし(5) わかめ(0.5) ⑧チキンブイヨン(20) ●⑦しょうゆ(2.5) ④白ごま(1) ⑦⑧⑩⑬中華だしの素(1.0) 塩(0.2) ④ごま油(0.1) こしょう(0.03)	<p>【けんちん汁】</p> ⑦豆腐(20) 大根(20) こんにゃく(15) にんじん(10) ごぼう(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)
	フライ缶	<p>【揚げえび しゅうまい】</p> えび入りしゅうまい 2個(36) 米油(3.6) ≪えび入り しゅうまい≫ △えび たら たまねぎ でん粉 ●パン粉 ●小麦粉 ⑩調味料等	<p>【ツナとおからのそぼろ】</p> ⑧鶏肉(20) まぐろ油漬け(20) にんじん(6) ⑦おから(6) ⑦枝豆(5) しいたけ(1.25) しょうが(0.6) 中双(2.5) ●⑦しょうゆ(2.5) 米油(0.5)	<p>【さつまいも コロッケ】</p> 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 ●パン粉 ●小麦粉 ⑦植物性たん白	<p>【ビビンバ】</p> 炒り卵(20) ③牛肉(20) もやし(10) 小松菜(10) 切り干し大根(2) にんにく(0.2) ●⑦しょうゆ(2.5) 中双(2) ⑦コチジャン(1.5) こしょう(0.02) ≪炒り卵≫ ○鶏卵 ⑦調味料等
あえ物・果物	<p>【もやしのナムル】</p> 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)	<p>【みかん】</p> みかん 1個(120)	<p>【きゅうりと ひじきの和え物】</p> きゅうり(25) 味付けひじき(3) ≪味付けひじき≫ ひじき ●⑦調味料等		<p>【白菜とほうれん草の 塩昆布和え】</p> はくさい(22) ほうれん草(10) 塩昆布(1.5) ≪塩昆布≫ 昆布 ●⑦調味料等
その他			<p>【ココア牛乳のもと】</p> ココア牛乳のもと 1個(12.5) ≪ココア牛乳のもと≫ ココアパウダー ⑦調味料等	<p>【ヨーグルト】</p> ◎ヨーグルト1個(80)	<p>【野菜ふりかけ】</p> 野菜ふりかけ 1袋(1.2)

() 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)	

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	11月9日(水)	11月10日(木)	11月11日(金)	11月14日(月)	11月15日(火)
主食	ごはん	麦ごはん	●ソフトめん	玄米ごはん	◎●⑦⑬りんごパン
牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳
食缶	<p>【豚肉とたまねぎのうま煮】 たまねぎ(60) しらたき(30) ⑩豚肉(30) ⑦焼き豆腐(20) ねぎ(15) にんじん(10) エリンギ(10) ●⑦しょうゆ(6) 中双(2.5) 酒(2)</p>	<p>【みそおでん】 大根(40) さといも(35) こんにゃく(20) にんじん(20) ⑦生揚げ(20) ⑦まめみそ(7) 中双(4) 本みりん(1) むろ削り(2)</p>	<p>【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 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)</p> <p>《トマトルウ》 ●小麦粉 ●⑦⑩調味料等</p>	<p>【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チキンブイヨン(15) ●⑦しょうゆ(3.5) ◎本みりん(1) 塩(0.3) むろ削り(2)</p>	<p>【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) ⑩ベーコン(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(0.03) ローリエ(0.02)</p>
フライ缶	<p>【おひたし】 もやし(20) はくさい(20) にんじん(5) ほうれん草(5) かまぼこ(5) しらす干し(2) ④白すりごま(1) ④白ごま(1) ●⑦しょうゆ(1.5) 上白(1.2) 米酢(0.6)</p>	<p>【ちくわのもみじ揚げ】 ちくわ 2個(40) にんじんペースト(3) ●小麦粉(3) でん粉(1) 米油(4.7)</p>	<p>【ごぼうサラダ】 ごぼう(10) まぐろ油漬け(10) きゅうり(10) とうもろこし(10) にんじん(8) ④白ねりごま(2) ④白すりごま(1.5) ●⑦しょうゆ(2) 上白(1.5) 米酢(1.5) ④ごま油(0.8)</p>	<p>【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)</p>	<p>【チキンカツ】 チキンカツ 1個(50) 米油(5)</p> <p>《チキンカツ》 ⑧鶏肉 ●パン粉 ●小麦粉</p>
あえ物・果物		<p>【きゅうりのおかか和え】 きゅうり(25) 花かつお(0.3) ●⑦しょうゆ(1) 上白(0.3)</p>		<p>【きざみたくあん】 たくあん漬け(13)</p> <p>《たくあん漬け》 大根 ●⑦調味料等</p>	<p>【ボイルキャベツ】 キャベツ(25)</p>
その他	<p>【きらず揚げ】 きらず揚げ 1袋(10)</p> <p>《きらず揚げ》 ●小麦粉 ⑦おからパウダー 調味料等</p>			<p>【手巻きのり】 のり 1袋(2.5)</p>	<p>【小袋卵なしタルタルソー】 小袋卵なし タルタルソース 1袋</p> <p>《小袋卵なしタルタルソース》 ピクルス ⑦大豆粉 ⑦粉末状植物性たん白 調味料等</p>

() 内は純使用量 単位：グラム

※ 春日井市食育推進給食会ホームページには、当市が表示するアレルギー21品目のアレルギーマーク等を検索して強調表示する機能を持つ「マーク強調機能付アレルギー献立表」を掲載しています。

https://www.kasugai-kyushoku.com/kondatehyou/allergy_mark/



日	11月16日(水)	11月17日(木)	11月18日(金)	11月21日(月)	11月22日(火)
主食	ごはん	麦ごはん	麦ごはん	ごはん	麦ごはん
牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎はっこう乳	◎牛乳
食缶	<p>【中華海鮮スープ】</p> <p>たまねぎ(20) はくさい(20) ①いか(15) たけのこ(15) チンゲンサイ(10) △えび(10) はるさめ(3) ⑩豚がらスープ(5.5) 酒(2.2) ●⑦しょうゆ(1.35) ●⑦⑧チキンコンソメ(1.3) 塩(0.22) こしょう(0.02)</p>	<p>【ドライカレー】</p> <p>たまねぎ(55) にんじん(30) ③牛肉(30) マッシュルーム(12) ⑦大豆(12) とうもろこし(10) ピーマン(5) トマトピューレ(4) いちじくピューレ(3) にんにく(0.2) カレールー(えがお)(4) ソース(2.5) トマトケチャップ(2) ⑦⑩洋風だしの素(1) 純カレー(0.3) 塩(0.3) こしょう(0.05)</p>	<p>【名古屋コーチンのひきずり】</p> <p>はくさい(40) ⑧鶏肉(30) ⑦焼き豆腐(25) こんにやく(20) ねぎ(20) にんじん(10) ぶなしめじ(10) ●⑦しょうゆ(6) 中双(3) 本みりん(1) 酒(1)</p>	<p>【卵とじ】</p> <p>○液卵(45) たまねぎ(40) じゃがいも(20) にんじん(15) ⑧鶏肉(10) かまぼこ(10) さやいんげん(5) しいたけ(1) ●⑦しょうゆ(3.8) 中双(1.6) 本みりん(1) 塩(0.2) むろ削り(2.5)</p>	<p>【ツナじゃが】</p> <p>じゃがいも(90) たまねぎ(40) しらたき(30) にんじん(20) まぐろ油漬け(15) さやいんげん(5) ●⑦しょうゆ(5) 中双(3) 本みりん(1)</p>
	フライ缶	<p>【マーボーれんこん】</p> <p>⑩豚肉(30) れんこん(25) にんじん(5) 葉ねぎ(5) ●⑦しょうゆ(3) 中双(1.5) 米酢(0.5) ⑦⑧⑩⑬中華だしの素(0.4) トウチジャン(0.2) 塩(0.2) 豆板醤(0.1) こしょう(0.02) でん粉(0.3) 《トウチジャン》 ⑦トウチ ●⑦⑧⑩調味料等</p>	<p>【コールスローサラダ】</p> <p>キャベツ(30) とうもろこし(12) きゅうり(10) ⑧サラダチキン(10) にんじん(2) ●⑦しょうゆ(1.2) 上白(1) ワインビネガー(0.8) サラダ油(0.5) 塩(0.1) こしょう(0.02)</p>	<p>【さばのみそ煮】</p> <p>さばのみそ煮 1個 《さばのみそ煮》 ⑥さば ⑦調味料等</p>	<p>【生揚げの肉みそかけ】</p> <p>⑦生揚げ 1個(50) ⑩豚肉(8) にんじん(5) たまねぎ(5) ⑦まめみそ(4) 中双(3) 本みりん(1)</p>
あえ物・果物		<p>【りんご】</p> <p>⑬りんご 1個(40)</p>	<p>【キャベツのゆかり和え】</p> <p>キャベツ(25) ゆかり粉(0.4)</p>		
その他	<p>【プルーン】</p> <p>プルーン 1袋(20)</p>		<p>【あいちの抹茶デザート】</p> <p>⑦抹茶デザート 1個(40)</p>	<p>【いわしの干し小魚】</p> <p>いわしの干し小魚 1袋(5)</p>	<p>【納豆】</p> <p>納豆 1個(30) 《納豆》 ⑦大豆 ●⑦調味料等</p>

() 内は純使用量 単位：グラム

日	11月24日(木)	11月25日(金)	11月28日(月)	11月29日(火)	11月30日(水)
主食	ごはん	●きしめん	ごはん	麦ごはん	◎●⑦ツイスト ロールパン
牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳
食缶	【ゆば入りもみじの おすいもの】 ⑦豆腐(20) 大根(20) にんじん(10) ごぼう(8) もみじかまぼこ(8) ねぎ(8) ⑦湯葉(5) しいたけ(0.5) ●⑦しょうゆ(3) 本みりん(1) 塩(0.3) むろ削り(4)	【五目きしめんの汁】 はくさい(35) ⑧鶏肉(10) たけのこ(10) にんじん(10) ねぎ(5) ⑦油揚げ(2) しいたけ(1) ●⑦しょうゆ(8) 本みりん(2) 塩(0.2) むろ削り(3)	【えがおのビーフ カレーシ チュー】 たまねぎ(40) じゃがいも(30) ③牛肉(20) にんじん(15) マッシュルーム(5) にんにく(0.1) カレールー(えがお) 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)	【大根と豚肉の煮物】 大根(40) さといも(30) ⑩豚肉(25) ○うずら卵(25) にんじん(10) さやいんげん(5) ●⑦しょうゆ(5) 中双(3) 酒(2) 本みりん(1) 和風だしの素(1)	【大豆とチキンの トマト煮】 ⑦大豆(40) たまねぎ(40) にんじん(20) じゃがいも(20) トマト(20) ⑧鶏肉(15) 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)
	フライ缶	【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	【野菜としらすの かきあげ】 ●野菜としらすの かき揚げ 1個(50) 米油(5)	【ツナサラダ】 まぐろ油漬け(20) キャベツ(15) きゅうり(15) とうもろこし(5) 卵なしマヨネーズ(8) こしょう(0.01) 《卵なしマヨネーズ》 ⑦大豆粉 ⑦粉末状植物性たん白 調味料等	【あじのフリッター】 のりフリッター 2個 (A) 米油(4) 《あじフリッター》 あじ ●小麦粉 △オキアミ ●⑦調味料等
あえ物・果物	【もやしと 小松菜の和え物】 もやし(20) 小松菜(10) ●⑦しょうゆ(1.2) 上白(0.2)	【みかん】 みかん 1個(120)		【チンゲンサイの 和え物】 チンゲンサイ(20) もやし(5) ●⑦しょうゆ(1) 上白(0.2)	
その他	【おにまんじゅう】 おにまんじゅう 1個(30)				

() 内は純使用量 単位：グラム