

令和3年度 2月アレルギー献立表

小学校-1

日	2月1日(火)	2月2日(水)	2月3日(木)	2月4日(金)	2月7日(月)
主食	麦ごはん	麦ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳
食缶	<p>【中華海鮮うま煮】</p> <p>たまねぎ(40) キャベツ(30) ①いか(20) たけのこ(20) ちくわ(15) にんじん(15) チンゲンサイ(10)</p> <p>●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) 米油(0.3) 塩(0.1) こしょう(0.02) でん粉(1.5)</p>	<p>【高野豆腐の卵とじ】</p> <p>○液卵(40) たまねぎ(30) じゃがいも(20) にんじん(10) ⑧鶏肉(10) エリンギ(10) さやいんげん(5)</p> <p>⑦高野豆腐(5) ●⑦しょうゆ(4) 中双(2) 本みりん(1) 塩(0.2) むろ削り(2.5)</p>	<p>【おとしこし】</p> <p>大根(40) さといも(30) にんじん(20) れんこん(10) ちくわ(10) ⑦油揚げ(5) ●⑦しょうゆ(4.5)</p> <p>中双(1) 本みりん(1) 塩(0.2) むろ削り(1.5)</p>	<p>【えがおのハヤシシチュー】</p> <p>たまねぎ(40) じゃがいも(30) ⑩豚肉(20) 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)</p> <p>中双(0.1) 塩(0.1) こしょう(0.02)</p>	<p>【スキージュース】</p> <p>大根(20) さつまいも(20) ⑦豆腐(15) ⑩豚肉(15) ごぼう(10) こんにやく(10) にんじん(5)</p> <p>ねぎ(4) ⑦ミックスみそ(9) むろ削り(3)</p>
	フライ缶	<p>【揚げぎょうざ】</p> <p>ぎょうざ 2個(36)</p> <p>米油(3.6)</p> <p>《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</p>	<p>【ひじきと豚肉の炒め煮】</p> <p>こんにやく(10)</p> <p>⑦さつま揚げ(10) にんじん(7) ⑩豚肉(5) ⑦枝豆(3) 米ひじき(2) ●⑦しょうゆ(3) 中双(2) 酒(1) 本みりん(1)</p>	<p>【いわしの梅煮】</p> <p>いわしの梅煮 1尾(40)</p> <p>《いわしの梅煮》 いわし しそ抽出液 ●⑦調味料等</p>	<p>【ツナサラダ】</p> <p>キャベツ(20)</p> <p>きゅうり(20) まぐろ油漬(15) とうもろこし(5) にんじん(3) 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)</p>
あえ物・果物	<p>【もやしのナムル】</p> <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>		<p>【ほうれん草の和えもの】</p> <p>ほうれん草(20) はくさい(10) ●⑦しょうゆ(1) 上白(0.8)</p>		<p>【きゅうりの塩昆布あえ】</p> <p>きゅうり(25) 塩昆布(1.2)</p> <p>《塩昆布》 昆布 ●⑦調味料等</p>
その他			<p>【節分豆】</p> <p>⑦節分豆 1袋(5)</p>		

( ) 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	2月8日(火)	2月9日(水)	2月10日(木)	2月14日(月)	2月15日(火)
主食	わかめごはん	麦ごはん	◎●⑦サンドイッチ ロールパン	麦ごはん	麦ごはん
牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳
食 缶	【牛肉とたまねぎの うま煮】 たまねぎ(60) しらたき(30) ③牛肉(20) ⑦豆腐(20) ねぎ(15) にんじん(10) エリンギ(10) ●⑦しょうゆ(5) 中双(3)  酒(2)	【マーボ豆腐】 ⑦豆腐(90) にんじん(25) たけのこ(20) ⑩豚肉(20) 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)	【ミネストローネ】 たまねぎ(30) キャベツ(20) ⑧鶏肉(15) トマトピューレ(10) にんじん(10) とうもろこし(5) セロリ(1.5) トマトケチャップ(5) ●⑦⑧チキンコンソメ (2)  赤ワイン(1) 中双(0.4)  塩(0.2) こしょう(0.03)	【ごじる】 ⑦豆腐(20) 大根(20) ⑦豆乳(15) ごぼう(15) ⑦大豆(10) ねぎ(10) にんじん(10) ⑦ミックスみそ(9) 酒(2)  むろ削り(3)	【関東煮】 大根(35) さといも(35) ○うずら卵(20) こんにやく(20) ⑦がんとどき(15) にんじん(10) 昆布(1) ●⑦しょうゆ(5) 中双(1)  本みりん(1) むろ削り(2)
	フ ラ イ 缶	【おひたし】 もやし(25)  はくさい(15) 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)	【ブロッコリー サラダ】 ブロッコリー(15)  キャベツ(15) ⑧サラダチキン(15) きゅうり(10) 上白(2) 米酢(2) サラダ油(0.6) 塩(0.3) こしょう(0.02)	【コロッケ】 コロッケ 1個(60)  米油(6)  《コロッケ》 ばれいしょ たまねぎ ⑩豚肉 ③牛肉 ●小麦粉 ●パン粉 ⑦植物性たん白 ⑦調味料等	【まぐろの甘辛煮】 まぐろ油漬け(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)
あ え 物 ・ 果 物				【きざみたくあん】 たくあん漬け(13)  《たくあん漬け》 大根 ●⑦調味料等	【菜花のごま和え】 菜花(15) キャベツ(10) ④白すりごま(0.5) ④白ごま(0.3) ●⑦しょうゆ(1) 上白(0.2)
そ の 他	【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		【大豆チョコ クリーム】 大豆チョコクリーム 1個(10)  《大豆チョコ クリーム》 ⑦大豆粉 ココアパウダー ◎脱脂粉乳 ⑦調味料等	【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

※ 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	2月16日(水)	2月17日(木)	2月18日(金)	2月21日(月)	2月22日(火)
主食	ごはん	◎●⑦くろロールパン	●中華めん	ごはん	麦ごはん
牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳
食缶	<p>【ツナじゃが】</p> <p>じゃがいも(90) たまねぎ(40)</p> <p>しらたき(30) にんじん(20) まぐろ油漬(15) さやいんげん(5) ●⑦しょうゆ(5)</p> <p>中双(3) 本みりん(1)</p>	<p>【白いんげんのポタージュ】</p> <p>たまねぎ(30) 白いんげんペースト(20) じゃがいも(20) にんじん(15) ⑧鶏肉(15) マッシュルーム(10) ◎牛乳(30)</p> <p>ホワイトルウ(6) ◎脱脂粉乳(2) ◎生クリーム(2) ◎チーズ(2)</p> <p>⑦⑩洋風だしの素(1) 塩(0.5) こしょう(0.04)</p> <p>《ホワイトルウ》 ●小麦粉 ◎脱脂粉乳 ◎⑦調味料等</p>	<p>【しょうゆラーメン】</p> <p>もやし(15) ⑩豚肉(15)</p> <p>なると(10) とうもろこし(10) ねぎ(10) たけのこ(10) にんじん(10)</p> <p>わかめ(0.6) ⑧チキンブイヨン(30) ●⑦しょうゆ(7.5) ⑦⑧⑩⑬</p> <p>中華だしの素(1.5) ④ごま油(0.3) 塩(0.12) こしょう(0.04)</p>	<p>【いちじく入りドライカレー】</p> <p>たまねぎ(55) にんじん(30)</p> <p>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)</p> <p>トマトピューレ(4) いちじくピューレ(3) にんにく(0.2) カレールウ(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>【豆腐とキャベツのスープ】</p> <p>キャベツ(35) ⑦豆腐(30)</p> <p>⑩豚肉(20) にんじん(10) にんにく(0.2) ●⑦しょうゆ(3) ⑦⑧⑩⑬</p> <p>中華だしの素(2) 塩(0.2) こしょう(0.03) でん粉(0.5)</p>
	フライ缶	<p>【愛知のれんこん入りつくね】</p> <p>れんこん入りつくね2個(40)</p> <p>《れんこん入りつくね》</p> <p>⑧鶏肉 れんこん たまねぎ</p> <p>⑦粒状植物性たん白 ⑦粉末状植物性たん白 ⑦調味料等</p>	<p>【オムレット トマトソースかけ】</p> <p>○オムレット 1個(50)</p> <p>トマト(10) ベジタブルソース(10) トマトケチャップ(5) ソース(1) 中双(0.5) 赤ワイン(0.5) 塩(0.1)</p> <p>《ベジタブルソース》 トマトピューレ トマトペースト たまねぎ セロリ にんにく</p> <p>⑦調味料等</p>	<p>【からふとしししゃもフライ】</p> <p>●子持ちしししゃもフライ 2尾(40) 米油(4)</p>	<p>【ごぼうサラダ】</p> <p>ささがきごぼう(15)</p> <p>まぐろ油漬(10) きゅうり(10)</p> <p>にんじん(8) 切り干し大根(1) 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>
あえ物・果物			<p>【キャベツのゆかり和え】</p> <p>キャベツ(25) ゆかり粉(0.5)</p>		<p>【オレンジ】</p> <p>②オレンジ 1個(60)</p>
その他					

( ) 内は純使用量 単位：グラム

日	2月24日(木)	2月25日(金)	2月28日(月)
主食	ごはん	◎●⑦ ミルクロールパン	麦ごはん
牛乳	◎牛乳	◎はっこう乳	◎牛乳
食缶	<p>【五目汁】</p> <p>大根(20) ⑦豆腐(15) ⑧鶏肉(15) こんにゃく(15) にんじん(10) 小松菜(10) しいたけ(1) ●⑦しょうゆ(4) 本みりん(1) 塩(0.3)</p> <p>むろ削り(3)</p>	<p>【大豆とチキンの トマト煮】</p> <p>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)</p> <p>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)</p>	<p>【ワントンスープ】</p> <p>⑦豆腐(25) はくさい(15) ⑧鶏肉(15) にんじん(10) たまねぎ(10) ●ワントン(7) にら(5) ⑧チキンブイヨン(5) ●⑦しょうゆ(2) ⑦⑧⑩⑬ 中華だしの素(1) 塩(0.3) こしょう(0.03) ④ごま油(0.1)</p>
フライ缶	<p>【さばのみそ煮】</p> <p>さばのみそ煮 1個</p> <p>《さばのみそ煮》 ⑥さば ⑦調味料等</p>	<p>【キャベツと ウインナーのソテー】</p> <p>キャベツ(35) ⑩ウインナー(25) とうもろこし(10) 米油(0.5) ●⑦しょうゆ(0.4) 塩(0.1) こしょう(0.02)</p>	<p>【ビビンバ】</p> <p>もやし(20) 炒り卵(20) ③牛肉(15) ほうれん草(10) 切り干し大根(2) にんにく(0.2) 中双(3) ●⑦しょうゆ(2.5) コチジャン(1.5) ⑦⑧⑩⑬ 中華だしの素(1) こしょう(0.02)</p> <p>《炒り卵》 ○鶏卵 ⑦調味料等</p>
あえ物・果物	<p>【もやしとひじきの 和え物】</p> <p>もやし(30) 味付けひじき(3)</p> <p>《味付けひじき》 干しひじき ⑦●調味料等</p>		
その他	<p>【野菜ゼリー】 にんじんとみかんの ゼリー 1個(70)</p>		<p>【ココア牛乳のもと】 ココア牛乳のもと 1個(12.5)</p> <p>《ココア牛乳のもと》 ココアパウダー ⑦調味料等</p>

( ) 内は純使用量 単位：グラム