

令和4年度 7月卵アレルギー献立表



中学校ー1

日	7月1日(金)	7月4日(月)	7月5日(火)	7月6日(水)	7月7日(木)
主食	ごはん	ごはん	●白玉うどん	麦ごはん	麦ごはん
牛乳	◎牛乳	◎はっこう乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳
食 缶	【もずくとオクラの とろり汁】 ⑧鶏肉(26) ⑫ながいも(26) かまぼこ(13) にんじん(13) オクラ(13) もずく(13) えのきたけ(13) しょうが(0.65) ●⑦しょうゆ(4.55) 酒(1.3) 塩(0.01) 和風だしの素(1.3)	【スタミナ汁】 ⑦豆腐(32.5) じゃがいも(26) たまねぎ(26) ⑩豚肉(19.5) にんじん(6.5) ねぎ(5.2) ⑦油揚げ(3.9) にんにく(0.26) ⑦あわせみそ(11.7) むろ削り(3.9)	【カレーうどん】 たまねぎ(45.5) ⑩豚肉(26) にんじん(13) ねぎ(13) かまぼこ(13) えのきたけ(6.5) カレールウ(えがお) (15.6) ●⑦しょうゆ(2.6) 純カレー(0.26) 中双(0.13) でん粉(0.26) むろ削り(3.9)	【*生揚げの中華飯】 ⑦生揚げ(65) たまねぎ(32.5) ⑩豚肉(39) キャベツ(26) にんじん(19.5) たけのこ(13) しょうが(0.65) にんにく(0.39) ⑧⑩中華ガラスープの素 (4.55) ●⑦しょうゆ(3.25) 酒(1.3) 中双(0.65) 塩(0.07) こしょう(0.01) でん粉(1.3)	【七夕汁】 とうがん(39) ⑧鶏肉(13) にんじん(13) 星型かまぼこ(10.4) ●サボテンきしめん (5.2) しいたけ(1.3) ●⑦うす口しょうゆ (5.2) 本みりん(1.3) 塩(0.26) むろ削り(3.9)
	フ ラ イ 缶	【*ゴーヤ チャンプルー】 ⑦生揚げ(45.5) ゴーヤ(19.5) ⑩豚肉(32.5) たまねぎ(13) ●⑦しょうゆ(2.6) 中双(2.6) ⑦⑧⑩⑬中華だしの素 (0.65) 米油(0.65) 塩(0.13) こしょう(0.05)	【まぐろの甘辛煮】 まぐろ油漬(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) 米油(0.65)	【枝豆コロッケ】 枝豆コロッケ 1個(60) 米油(6) 《枝豆コロッケ》 ⑦枝豆 じゃがいも ●パン粉 ●⑦バターミックス 調味料等	【揚げえび しゅうまい】 えび入りしゅうまい 3個(54) 米油(5.4) 《えび入り しゅうまい》 △えび たまねぎ たら ●パン粉 でん粉 ●小麦粉 ●△⑬調味料等
あ え 物 ・ 果 物	【冷凍みかん】 冷凍みかん 1個	【きざみたくあん】 たくあん漬(16.9) 《たくあん漬》 大根 ●⑦調味料等		【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)	
そ の 他		【手巻きのり】 のり 1袋(3)			【フローズン ヨーグルト】 ◎ヨーグルト 1個(60)

()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	7月8日(金)	7月11日(月)	7月12日(火)	7月13日(水)	7月14日(木)
主食	◎●⑦サンドイッチ ロールパン	麦ごはん	ごはん	わかめごはん	◎●⑦クロワッサン
牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳
食缶	【ABCスープ】 じゃがいも(39) たまねぎ(26) にんじん(19.5) ⑧鶏肉(13) とうもろこし(13) ひよこ豆(10.4) ●ABCパスタ(3.9) ⑦⑩洋風だしの素(2.6) 白ワイン(1.3) ●⑦しょうゆ(1.3) 塩(0.39) こしょう(0.04)	【*中華スープ】 たまねぎ(52) ⑦豆腐(39) チンゲンサイ(19.5) とうもろこし(19.5) ●⑦うす口しょうゆ(2.6) ⑦⑧⑩⑩中華だしの素(2.21) 酒(1.3) 塩(0.17)	【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(5.85) 中双(3.9) 本みりん(1.3) 塩(0.26) こしょう(0.03)	【かぼちゃ入り 豆乳汁】 ⑦豆腐(39) ⑦豆乳(32.5) かぼちゃ(19.5) ⑧鶏肉(13) えのきたけ(13) ねぎ(13) にんじん(13) ⑦あわせみそ(11.7) むろ削り(3.9)	【白いんげんと コーンのポタージュ】 たまねぎ(39) じゃがいも(26) 白いんげん ペースト(26) クリームコーン(26) マッシュルーム(13) にんじん(6.5) ◎牛乳(39) ホワイトルウ(6.5) ◎生クリーム(2.6) ◎バター(1.3) ⑦⑩洋風だしの素(1.3) 塩(0.52) こしょう(0.05) 《ホワイトルウ》 ●小麦粉 ◎脱脂粉乳 ◎⑦調味料等
フライ缶	【ウインナー】 ⑩ウインナー 3本(45)	【野菜炒め】 ⑩豚肉(39) たまねぎ(19.5) にんじん(13) もやし(13) 赤パプリカ(3.9) しょうが(1.04) にんにく(0.26) ●⑦しょうゆ(3.64) 酒(2.6) 中双(1.95) 米油(0.65)	【いわしの しょうが煮】 いわしのしょうが煮 1尾(50) 《いわしの しょうが煮》 いわし ●⑦調味料等	【飛び魚フライ】 飛び魚バーグ 1個(60) 米油(6) 《飛び魚バーグ》 たらすり身 たまねぎ にんじん 飛び魚 ●パン粉 ●⑦調味料等	【サボテン ラタトゥイユ】 たまねぎ(39) トマト(26) ⑧鶏肉(26) 黄パプリカ(10.4) うちわサボテン(3.9) にんにく(0.13) ⑦⑩洋風だしの素(0.65) 中双(0.65) 塩(0.39) オリーブ油(0.26) こしょう(0.03)
あえ物・果物	【ボイル野菜】 キャベツ(26) にんじん(6.5)	【冷凍みかん】 冷凍みかん 1個	【切り干し大根の さっぱり漬け】 きゅうり(19.5) 切り干し大根(1.56) ●⑦しょうゆ(1.56) 上白(0.65) 米酢(0.39) レモン果汁(0.26) サラダ油(0.26)		
その他	【小袋ケチャップ】 トマトケチャップ 1袋(8)			【チーズ】 ◎型抜きチーズ 1個(15)	【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

※ アレルギ―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)	



日	7月15日(金)	7月19日(火)
主食	麦ごはん	ごはん
牛乳	◎牛乳	◎牛乳
食缶	<p>【豚肉とたまねぎの うま煮】</p> <p>たまねぎ(78) しらたき(39) ⑩豚肉(26) ⑦焼き豆腐(26) ねぎ(19.5) にんじん(13) エリンギ(13) ●⑦しょうゆ(6.5) 中双(3.9) 酒(2.6)</p>	<p>【えがおの ハヤシシチュー】</p> <p>たまねぎ(52) じゃがいも(39) ⑩豚肉(26) 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)</p>
フライ缶	<p>【ちくわの お好み揚げ】</p> <p>ちくわ 3個(60) ●小麦粉(3.9) でん粉(1.3) しょうが酢漬(0.65) 青のり粉(0.16) 米油(5.88)</p>	<p>【コールスロー サラダ】</p> <p>キャベツ(26) きゅうり(19.5) まぐろ油漬(13) とうもろこし(13) にんじん(9.1) ●⑦しょうゆ(1.56) 上白(1.3) ワインビネガー (1.04) サラダ油(0.65) 塩(0.13) こしょう(0.03)</p>
あえ物・果物	<p>【きゅうりの ゆかり和え】</p> <p>きゅうり(32.5) ゆかり粉(0.52)</p>	
その他		<p>【セレクトデザート】</p> <p>⑦米粉のシークワサー タルト1個(30)</p> <p>ぶどうゼリー1個(50)</p>

()内は純使用量 単位：グラム