

令和4年度 7月卵アレルギー献立表

| 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  | ◎●⑦サンドイッチ<br>ロールパン   | 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<br>とろり汁】<br>⑧鶏肉(20)<br>⑫ながいも(20)<br>かまぼこ(10)<br>にんじん(10)<br>オクラ(10)<br>もずく(10)<br>えのきたけ(10)<br>しょうが(0.5)<br>●⑦しょうゆ(3.5)<br>酒(1)<br>和風だしの素(1)<br>塩(0.01) | 【スタミナ汁】<br>⑦豆腐(25)<br>じゃがいも(20)<br>たまねぎ(20)<br>⑩豚肉(15)<br>ねぎ(4)<br>にんじん(5)<br>⑦油揚げ(3)<br>にんにく(0.2)<br>⑦あわせみそ(9)<br>むろ削り(3)                     | 【ABCスープ】<br>じゃがいも(30)<br>たまねぎ(20)<br>にんじん(15)<br>⑧鶏肉(10)<br>とうもろこし(10)<br>ひよこ豆(8)<br>●ABCパスタ(3)<br>⑦⑩洋風だしの素(2)<br>白ワイン(1)<br>●⑦しょうゆ(1)<br>塩(0.3)<br>こしょう(0.03) | 【*生揚げの中華飯】<br>⑦生揚げ(50)<br>たまねぎ(25)<br>⑩豚肉(30)<br>キャベツ(20)<br>にんじん(15)<br>たけのこ(10)<br>しょうが(0.5)<br>にんにく(0.3)<br>⑧⑩中華ガラスープ<br>の素(3.5)<br>●⑦しょうゆ(2.5)<br>酒(1)<br>中双(0.5)<br>塩(0.05)<br>こしょう(0.01)<br>でん粉(1) | 【七夕汁】<br>とうがん(30)<br>⑧鶏肉(10)<br>にんじん(10)<br>星型かまぼこ(8)<br>●サボテンきしめん(4)<br>しいたけ(1)<br>●⑦うす口しょうゆ(4)<br>本みりん(1)<br>塩(0.2)<br>むろ削り(3) |
|            | フライ缶  | 【*ゴーヤ<br>チャンプルー】<br>⑦生揚げ(35)<br>ゴーヤ(15)<br>⑩豚肉(25)<br>たまねぎ(10)<br>●⑦しょうゆ(2)<br>中双(2)<br>⑦⑧⑩⑬中華だしの素<br>(0.5)<br>米油(0.5)<br>塩(0.1)<br>こしょう(0.04) | 【まぐろの甘辛煮】<br>まぐろ油漬(45)<br>キャベツ(12)<br>しょうが(1)<br>中双(3)<br>●⑦しょうゆ(1.5)<br>本みりん(1)<br>酒(1)<br>米油(0.5)  | 【ウインナー】<br>⑩ウインナー 2本(30)   | 【揚げえび<br>しゅうまい】<br>えび入りしゅうまい<br>2個(36)<br>米油(3.6)<br>《えび入り<br>しゅうまい》<br>△えび<br>たまねぎ<br>たら<br>●パン粉<br>でん粉<br>●小麦粉<br>●△⑩調味料等      |
| あえ物・<br>果物 | 【冷凍みかん】<br>冷凍みかん<br>1個(120)   | 【きざみたくあん】<br>たくあん漬(13)<br>《たくあん漬》<br>大根<br>●⑦調味料等  | 【ボイル野菜】<br>キャベツ(20)<br>にんじん(5)   | 【もやしのナムル】<br>もやし(30)<br>④白すりごま(1)<br>●⑦しょうゆ(1)<br>上白(0.5)<br>米酢(0.5)<br>④ごま油(0.3)  |  |
| その他        |   | 【手巻きのり】<br>のり 1袋(2.5)  | 【小袋ケチャップ】<br>トマトケチャップ<br>1袋(8)   |  | 【フローズン<br>ヨーグルト】<br>◎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     | ●白玉うどん   | 麦ごはん  | わかめごはん   | ごはん   | ◎●⑦クロワッサン  |
| 牛乳     | ◎牛乳  | ◎牛乳   | ◎牛乳  | ◎牛乳   | ◎牛乳  |
| 食缶     | <p>【カレーうどん】</p> <p>たまねぎ(35)<br/>⑩豚肉(20)</p> <p>にんじん(10)</p> <p>ねぎ(10)<br/>かまぼこ(10)<br/>えのきたけ(5)</p> <p>カレールウ(えがお)<br/>(12)</p> <p>●⑦しょうゆ(2)<br/>純カレー(0.2)<br/>中双(0.1)<br/>でん粉(0.2)<br/>むろ削り(3)</p> | <p>【*中華スープ】</p> <p>たまねぎ(40)<br/>⑦豆腐(30)</p> <p>チンゲンサイ(15)</p> <p>とうもろこし(15)<br/>●⑦うす口しょうゆ(2)<br/>⑦⑧⑩⑬<br/>中華だしの素(1.7)</p> <p>酒(1)<br/>塩(0.13)</p> | <p>【かぼちゃ入り<br/>豆乳汁】</p> <p>⑦豆腐(30)<br/>⑦豆乳(25)</p> <p>かぼちゃ(15)</p> <p>⑧鶏肉(10)<br/>えのきたけ(10)<br/>ねぎ(10)</p> <p>にんじん(10)</p> <p>⑦あわせみそ(9)<br/>むろ削り(3)</p>            | <p>【肉じゃが】</p> <p>じゃがいも(90)<br/>たまねぎ(40)<br/>こんにやく(20)</p> <p>にんじん(20)<br/>⑩豚肉(15)</p> <p>グリーンピース(4)</p> <p>●⑦しょうゆ(4.5)</p> <p>中双(3)<br/>本みりん(1)<br/>塩(0.2)<br/>こしょう(0.02)</p> | <p>【白いんげんと<br/>コーンのポタージュ】</p> <p>たまねぎ(30)<br/>じゃがいも(20)<br/>白いんげん<br/>ペースト(20)</p> <p>クリームコーン(20)<br/>マッシュルーム(10)</p> <p>にんじん(5)</p> <p>◎牛乳(30)</p> <p>ホワイトルウ(5)<br/>◎生クリーム(2)<br/>◎バター(1)<br/>⑦⑩洋風だしの素(1)<br/>塩(0.4)<br/>こしょう(0.04)</p> <p>《ホワイトルウ》<br/>●小麦粉<br/>◎脱脂粉乳<br/>◎⑦調味料等</p> |
|        | フライ缶   | <p>【枝豆コロッケ】</p> <p>枝豆コロッケ<br/>1個(50)<br/>米油(5)</p> <p>《枝豆コロッケ》<br/>⑦枝豆<br/>じゃがいも<br/>●パン粉<br/>●⑦バターミックス<br/>調味料等</p>                              | <p>【野菜炒め】</p> <p>⑩豚肉(30)<br/>たまねぎ(15)<br/>にんじん(10)</p> <p>もやし(10)<br/>赤パプリカ(3)<br/>しょうが(0.8)<br/>にんにく(0.2)</p> <p>●⑦しょうゆ(2.8)<br/>酒(2)<br/>中双(1.5)<br/>米油(0.5)</p> | <p>【飛び魚フライ】</p> <p>飛び魚バーグ<br/>1個(50)<br/>米油(5)</p> <p>《飛び魚バーグ》<br/>たらすり身<br/>たまねぎ<br/>にんじん<br/>飛び魚<br/>●パン粉<br/>●⑦調味料等</p>  | <p>【いわしの<br/>しょうが煮】</p> <p>いわしのしょうが煮<br/>1尾(40)</p> <p>《いわしの<br/>しょうが煮》<br/>いわし<br/>●⑦調味料等</p>   |
| あえ物・果物 |  |   | <p>【切り干し大根の<br/>さっぱり漬け】</p> <p>きゅうり(15)<br/>切り干し大根(1.2)<br/>●⑦しょうゆ(1.2)<br/>上白(0.5)<br/>米酢(0.3)<br/>レモン果汁(0.2)<br/>サラダ油(0.2)</p>                                   | <p>【冷凍みかん】</p> <p>冷凍みかん 1個(120)</p>   |  |
| その他    |  | <p>【きらず揚げ】</p> <p>きらず揚げ 1袋(10)</p> <p>《きらず揚げ》<br/>●小麦粉<br/>⑦おからパウダー<br/>調味料等</p>  |  |   |  |

( ) 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) |      |



| 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<br/>うま煮】</p> <p>たまねぎ(60)<br/>しらたき(30)<br/>⑩豚肉(20)<br/>⑦焼き豆腐(20)<br/>ねぎ(15)<br/>にんじん(10)<br/>エリンギ(10)<br/>●⑦しょうゆ(5)<br/>中双(3)<br/>酒(2)</p> | <p>【えがおの<br/>ハヤシシチュー】</p> <p>たまねぎ(40)<br/>じゃがいも(30)<br/>⑩豚肉(20)<br/>にんじん(10)<br/>マッシュルーム(8)<br/>にんにく(0.3)<br/>ハヤシルウ(えがお)<br/>(10)<br/>トマトピューレ(10)<br/>トマトケチャップ(5)<br/>ソース(2)<br/>赤ワイン(1)<br/>野菜ブイヨン(0.5)<br/>中双(0.1)<br/>塩(0.1)<br/>こしょう(0.02)</p> |
| フライ缶   | <p>【ちくわの<br/>お好み揚げ】</p> <p>ちくわ 2個(40)<br/>●小麦粉(3)<br/>でん粉(1)<br/>しょうが酢漬(0.5)<br/>青のり粉(0.12)<br/>米油(4.46)</p>   | <p>【コールスロー<br/>サラダ】</p> <p>キャベツ(20)<br/>きゅうり(15)<br/>まぐろ油漬(10)<br/>とうもろこし(10)<br/>にんじん(7)<br/>●⑦しょうゆ(1.2)<br/>上白(1)<br/>ワインビネガー(0.8)<br/>サラダ油(0.5)<br/>塩(0.1)<br/>こしょう(0.02)</p>   |
| あえ物・果物 | <p>【きゅうりの<br/>ゆかり和え】</p> <p>きゅうり(25)<br/>ゆかり粉(0.4)</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<br/>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