

令和5年度 5月アレルギー献立表（アレルギー給食）

中学校ー1

日	5月1日(月)	5月2日(火)	5月8日(月)	5月9日(火)	5月10日(水)
主食	ごはん	ごはん	ごはん	麦ごはん	◎●⑦サンドイッチ バンズパン
牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎はっこう乳
食缶	【わかたけ汁】 たけのこ(19.5) ⑧鶏肉(19.5) はくさい(13) にんじん(13) ねぎ(13) えのきたけ(10.4) ⑦油揚げ(3.9) しいたけ(1.3) わかめ(0.78) ●⑦うす口しょうゆ (4.55) 本みりん(1.3) 塩(0.39) むろ削り(5.2)	【ごじる】 ⑦豆腐(26) 大根(26) ⑦豆乳(19.5) ⑦大豆(19.5) ごぼう(19.5) ねぎ(13) にんじん(13) ⑦あわせみそ(11.7) 酒(2.6) むろ削り(3.9)	【*野菜のうま煮】 じゃがいも(45.5) たまねぎ(65) ⑧鶏肉(39) かまぼこ(13) にんじん(13) さやいんげん(6.5) ●⑦しょうゆ(6.5) 中双(2.6) むろ削り(1.3) 本みりん(0.65)	【五目汁】 大根(32.5) ⑧鶏肉(26) にんじん(13) 小松菜(13) かまぼこ(13) こんにゃく(13) しいたけ(0.65) ●⑦しょうゆ(5.2) 本みりん(1.3) 塩(0.39) むろ削り(3.9)	【*コーンポタージュ】 たまねぎ(52) クリームコーン(52) じゃがいも(26) にんじん(13) ⑩ベーコン(6.5) ホワイトルウ[えがお] (9.1) パセリ(0.39) ⑦⑩洋風だしの素(2.34) 白ワイン(1.3) 塩(0.13) こしょう(0.05)
	フライ缶	【かつおフライ】 かつおフライ 1個(50) 米油(5) 《かつおフライ》 かつお ●⑦パン粉 ●小麦粉 ●⑦調味料等	【ちくわの お茶天ぷら】 ちくわ 3個(60) お茶の粉(0.39) ●小麦粉(3.9) でん粉(1.3) 米油(6.56)	【きんぴらごぼう】 ごぼう(39) ③牛肉(19.5) こんにゃく(13) にんじん(6.5) ④白ごま(1.3) ●⑦しょうゆ(3.9) 中双(1.95) 本みりん(1.3) ④ごま油(0.65)	【生揚げの 肉みそかけ】 ⑦生揚げ 3個(60) にんじん(13) たまねぎ(13) ⑩豚肉(13) ⑦豆みそ(7.8) 中双(6.5) 本みりん(1.3)
あえ物・果物	【もやしとほうれんの ごま和え】 もやし(26) ほうれん草(13) ④白すりごま(0.65) ④白ごま(0.39) ●⑦しょうゆ(1.95) 上白(1.3)	【春キャベツの ゆかり和え】 キャベツ(32.5) 切り干し大根(1.3) ゆかり粉(0.91)	【冷凍りんご】 ⑬りんご 1個(40)		【ポイル野菜】 キャベツ(32.5) にんじん(3.9)
その他	【かしわもち】 かしわもち 1個(30) 《かしわもち》 小豆粒あん 米粉 ⑦調味料等	【いわしの干し小魚】 干し小魚 1袋(5) 《干し小魚》 いわし ●⑦調味料等		【型抜きチーズ】 ◎型抜きチーズ 1個(15)	【小袋中濃ソース】 ⑦⑬中濃ソース 1袋(8)

() 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	5月11日(木)	5月12日(金)	5月15日(月)	5月16日(火)	5月17日(水)
主食	ごはん	麦ごはん	ごはん	麦ごはん	玄米ごはん
牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳
食缶	【もずく汁】 ⑧鶏肉(26) ⑫ながいも(19.5) にんじん(13) かまぼこ(13) えのきたけ(13) ねぎ(13) もずく(6.5) しょうが(0.65) ●⑦しょうゆ(5.2) 酒(1.3) 塩(0.01) むろ削り(5.2)	【*八宝菜】 キャベツ(52) たまねぎ(52) ①いか(39) にんじん(26) ⑩豚肉(32.5) たけのこ(13) チンゲンサイ(13) ●⑦しょうゆ(3.9) ⑦⑧⑩⑬中華だしの素(1.95) 中双(0.65) ④ごま油(0.65) 塩(0.13) こしょう(0.07) でん粉(1.3)	【わかめスープ】 たまねぎ(26) ⑧鶏肉(26) たけのこ(13) にんじん(13) かまぼこ(13) ねぎ(7.8) とうもろこし(6.5) わかめ(0.65) ⑧⑩中華ガラスープの素(4.55) ●⑦しょうゆ(3.25) 塩(0.39) ④ごま油(0.39) こしょう(0.04)	【牛肉とたまねぎのうま煮】 たまねぎ(78) しらたき(39) ③牛肉(26) ⑦豆腐(26) ねぎ(19.5) ●角ふ(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)	【えがおのハヤシチュー】 たまねぎ(52) じゃがいも(45.5) 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)
	フライ缶	【タコライスの具】 たまねぎ(39) ⑩豚肉(19.5) ③牛肉(19.5) ⑦大豆(19.5) キャベツ(13) にんじん(13) トマトケチャップ(7.15) ソース(3.25) 中双(0.65) 純カレー(0.39) 塩(0.13) チリパウダー(0.03) こしょう(0.01)	【バンバンジーサラダ】 きゅうり(39) ⑧サラダチキン(26) とうもろこし(13) にんじん(6.5) ④白ねりごま(3.9) ④白すりごま(1.3) ●⑦しょうゆ(2.34) 上白(1.95) 米酢(1.3)	【ピリ辛大豆】 ⑦大豆(32.5) たまねぎ(32.5) ⑩豚肉(26) にんじん(6.5) ⑦枝豆(6.5) しょうが(0.39) ●⑦しょうゆ(3.25) 中双(0.78) 酒(0.65) ④ごま油(0.26) ⑦⑧⑩⑬中華だしの素(0.26) 一味唐辛子(0.03) ガーリックパウダー(0.01)	【さば銀紙焼き】 さば銀紙焼き 1個(60) 《さば銀紙焼き》 ⑥さば ⑦調味料等
あえ物・果物		【冷凍パイナップル】 パイナップル 1個(40)		【きゅうりの梅和え】 きゅうり(32.5) 梅びしお(1.63) ●⑦しょうゆ(0.33) 上白(0.33) 《梅びしお》 梅 赤じそ ⑬調味料等	【ミニサラダ】 キャベツ(19.5) きゅうり(13) にんじん(6.5) 米酢(0.52) サラダ油(0.26) 上白(0.26) 塩(0.13) こしょう(0.01)
その他	【アセロラゼリー】 アセロラゼリー 1個(40)		【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

日	5月18日(木)	5月19日(金)	5月22日(月)	5月23日(火)	5月24日(水)
主食	●ソフトめん	麦ごはん	わかめごはん	麦ごはん	◎●⑦あいちの米粉パン
牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳
食缶	【肉みそかけ】 たまねぎ(84.5) ⑩豚肉(26) ⑦さつま揚げ(19.5) にんじん(13) とうもろこし(13) たけのこ(6.5) グリーンピース(6.5) ⑦豆みそ(13) 中双(5.2) むろ削り(5.2) でん粉(1.04)	【けんちん汁】 ⑦豆腐(26) 大根(26) こんにやく(19.5) にんじん(13) ごぼう(13) ねぎ(13) ⑦油揚げ(2.6) ●⑦しょうゆ(5.2) ④ごま油(0.65) 塩(0.39) むろ削り(5.2)	【トッポギスープ】 たまねぎ(32.5) トッポギ(26) ⑧鶏肉(19.5) にんじん(13) ねぎ(6.5) とうもろこし(6.5) ⑧⑩中華ガラスープの素(4.55) ●⑦しょうゆ(1.56) 酒(1.3) 塩(0.13) こしょう(0.04)	【新じゃがいもの煮物】 じゃがいも(117) たまねぎ(52) こんにやく(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)	【新たまねぎのスープ】 たまねぎ(58.5) ⑧鶏肉(19.5) にんじん(13) とうもろこし(13) エリンギ(6.5) たまねぎロースト(3.9) パセリ(0.03) ⑧チキンブイヨン(26) ●⑦うす口しょうゆ(3.9) ⑦⑩洋風だしの素(1.3) 塩(0.39) こしょう(0.04)
フライ缶	【おひたし】 もやし(32.5) キャベツ(26) にんじん(9.1) ほうれん草(9.1) ⑦油揚げ(3.9) しらす干し(2.6) ④白すりごま(2.08) ●⑦しょうゆ(1.95) 上白(1.3) 米酢(0.65)	【鶏肉のてりかけ】 鶏肉(打粉付) 1個(60) 米油(6) ●⑦しょうゆ(6.5) 中双(5.2) 本みりん(0.65) でん粉(0.39) 《鶏肉》 ⑧鶏肉 でん粉 ⑦調味料等	【揚げぎょうざ】 ぎょうざ 3個(54) 米油(5.4) 《ぎょうざ》 ⑩豚肉 キャベツ ●小麦粉 たまねぎ ⑧鶏肉 ●パン粉 ●粒状小麦蛋白 ●⑦調味料等	【*ひじき入りとりそばろ】 たまねぎ(19.5) ⑧鶏肉(32.5) とうもろこし(13) にんじん(13) ⑦枝豆(3.9) 米ひじき(1.95) ●⑦しょうゆ(3.9) 中双(2.6) 本みりん(0.65) 酒(0.65)	【台湾やきそば】 キャベツ(39) 油そば(39) ⑩豚肉(26) もやし(19.5) にら(6.5) にんじん(6.5) にんにく(0.13) 中双(3.25) ⑦豆みそ(2.6) ●⑦⑩オイスターソース(1.95) ●⑦しょうゆ(1.69) 酒(0.65) ④ごま油(0.39) 塩(0.13) 《油そば》 ●小麦粉 ⑦調味料等
あえ物・果物		【もやしの塩昆布あえ】 もやし(31.2) にんじん(3.9) 塩昆布(1.95) 《塩昆布》 昆布 ●⑦調味料等	【中華風春雨サラダ】 きゅうり(19.5) キャベツ(13) にんじん(6.5) ④白ごま(1.3) はるさめ(0.26) 米酢(1.95) ●⑦しょうゆ(1.95) 上白(1.3) ④ごま油(0.26) 塩(0.13) こしょう(0.01)		【えだ豆】 ⑦枝豆(13)
その他	【ブルー】 ブルー 1袋(20)			【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

日	5月25日(木)	5月26日(金)	5月29日(月)	5月30日(火)	5月31日(水)
主食	ごはん	玄米ごはん	◎●⑦サンドイッチ ロールパン		ごはん
牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳
食缶	【スタミナ汁】 ⑦豆腐(39) さといも(26) たまねぎ(19.5) ⑩豚肉(19.5) にんじん(6.5) ねぎ(6.5) 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)	【えがおの カレーシチュー】 たまねぎ(52) じゃがいも(45.5) ⑩豚肉(19.5) にんじん(19.5) マッシュルーム(6.5) にんにく(0.13) カレールウ【えがお】 (15.6) ⑦豆乳(13) ソース(2.6) 野菜ブイヨン(1.3) トマトケチャップ (1.3) ●⑦しょうゆ(0.65) 純カレー(0.13) 塩(0.13) こしょう(0.03)	【ミートソース ペンネ】 たまねぎ(52) トマト(26) ●マカロニ(23.4) ⑩豚肉(19.5) ⑦大豆(13) にんじん(13) マッシュルーム(6.5) にんにく(0.65) パセリ(0.07) トマトケチャップ (19.5) ⑧チキンブイヨン (15.6) デミグラスソース (10.4) ソース(3.9) 赤ワイン(1.3) 中双(1.3) オリーブ油(0.65) 塩(0.39) こしょう(0.04) 《デミグラスソース》 ●小麦粉 トマトペースト ⑧⑩調味料等	【ふきごはん】 米(60) ふき(30) ⑧鶏肉(18) こんにやく(18) もち米(12) ごぼう(12) たけのこ(12) にんじん(12) ⑦油揚げ(2.4) 昆布(1.2) ●⑦しょうゆ(7.2) 酒(2.4) 中双(1.8) 和風だしの素(0.48) 塩(0.12)	【白みそ汁】 ⑦豆腐(39) 大根(26) ⑧鶏肉(26) にんじん(13) 小松菜(13) えのきたけ(6.5) ⑦米みそ(11.7) 本みりん(1.3) むろ削り(3.9)
フライ缶	【きびなご唐揚げ】 きびなご唐揚げ(58.5) 米油(5.85) 《きびなご唐揚げ》 きびなご 米粉 ●⑦調味料等	【アスパラガスの サラダ】 キャベツ(26) とうもろこし(15.6) きゅうり(13) まぐろ油漬(13) アスパラガス(13) ●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)	【ツナサラダ】 まぐろ油漬(29.9) キャベツ(26) きゅうり(26) とうもろこし(6.5) にんじん(3.9) 上白(1.3) ●⑦しょうゆ(1.04) 塩(0.13) こしょう(0.03)	【からふとししゃもフライの ごまだれかけ】 米粉からふとししゃも フライ 3尾(60) 米油(6) ④白ごま(1.3) ④白すりごま(0.65) ●⑦しょうゆ(3.9) 中双(3.9) 本みりん(1.3) でん粉(0.39)	【豚肉の生姜焼き】 ⑩豚肉(39) たまねぎ(19.5) キャベツ(19.5) にんじん(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(2.6) 酒(2.6) 中双(1.95) 塩(0.13)
あえ物・ 果物	【きゅうりの ごまじょうゆ和え】 きゅうり(32.5) ④白すりごま(0.65) ●⑦しょうゆ(1.3) ④ごま油(0.26)	【冷凍アプリコット】 アプリコット 1袋(30)	《味付きひじき》 ひじき ●⑦調味料等	【ほうれん草と ひじきの和え物】 ほうれん草(26) もやし(13) にんじん(3.9) 味付けひじき(3.9)	【冷凍黄桃】 ⑪黄桃 1個(60)
その他	【のり佃煮】 のり佃煮1袋(10) 《のり佃煮》 のり ●⑦調味料等		【小袋卵なし マヨネーズ】 卵なしマヨネーズ 1袋(10) 《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	【お米のタルト】 お米のタルト 1個(35) 《お米のタルト》 ●小麦粉 ○鶏卵 ◎牛乳 ○◎⑦調味料等	