

令和5年度 5月アレルギー献立表（アレルギー給食）

小学校ー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	◎●⑦サンドイッチ バンズパン	麦ごはん
牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎はっこう乳	◎牛乳
食缶	【わかたけ汁】 たけのこ(15) ⑧鶏肉(15) はくさい(10) にんじん(10) ねぎ(10) えのきたけ(8) ⑦油揚げ(3) しいたけ(1) わかめ(0.6) ●⑦うす口しょうゆ(3.5) 本みりん(1) 塩(0.3) むろ削り(4)	【ごじる】 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)	【*野菜のうま煮】 じゃがいも(35) たまねぎ(50) ⑧鶏肉(30) かまぼこ(10) にんじん(10) さやいんげん(5) ●⑦しょうゆ(5) 中双(2) 本みりん(0.5) むろ削り(1)	【*コーンポタージュ】 たまねぎ(40) クリームコーン(40) じゃがいも(20) にんじん(10) ⑩ベーコン(5) ホワイトルウ [えがお](7) パセリ(0.3) ⑦⑩洋風だしの素(1.8) 白ワイン(1) 塩(0.1) こしょう(0.04)	【五目汁】 大根(25) ⑧鶏肉(20) にんじん(10) 小松菜(10) かまぼこ(10) こんにゃく(10) しいたけ(0.5) ●⑦しょうゆ(4) 本みりん(1) 塩(0.3) むろ削り(3)
	フライ缶	【宗田かつおのおかか煮】 宗田かつおのおかか煮 1個(40) 《宗田かつおのおかか煮》 宗田かつお ●⑦調味料等	【ちくわのお茶天ぷら】 ちくわ 2個(40) お茶の粉(0.3) ●小麦粉(4) でん粉(1) 米油(4.53)	【きんぴらごぼう】 ごぼう(30) ③牛肉(15) こんにゃく(10) にんじん(5) ④白ごま(1) ●⑦しょうゆ(3) 中双(1.5) 本みりん(1) ④ごま油(0.5)	【*パンプキンハートコロケ】 パンプキンハートコロケ 1個(50) 米油(5) 《パンプキンハートコロケ》 かぼちゃ ●⑦パン粉 ⑧鶏肉 ●小麦粉 ⑦大豆粉 ⑦植物性たん白 ⑦調味料等
あえ物・果物	【もやしとほうれんのごま和え】 もやし(20) ほうれん草(10) ④白すりごま(0.5) ④白ごま(0.3) ●⑦しょうゆ(1.5) 上白(1)	【春キャベツのゆかり和え】 キャベツ(25) 切り干し大根(1) ゆかり粉(0.7)	【冷凍りんご】 ⑬りんご 1個(40)	【ボイル野菜】 キャベツ(25) にんじん(3)	
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個(5) 《干し小魚》 いわし ●⑦調味料等		【小袋中濃ソース】 ⑦⑬中濃ソース 1袋(8)	【型抜きチーズ】 ◎型抜きチーズ 1個(15)

() 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
①…いか	②…オレンジ	③…牛肉	④…ごま
⑥…さば	⑦…大豆	⑧…鶏肉	⑨…バナナ
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(20) ⑫ながいも(15) にんじん(10) かまぼこ(10) えのきたけ(10) ねぎ(10) もずく(5) しょうが(0.5) ●⑦しょうゆ(4) 酒(1) 塩(0.01) むろ削り(4)	【*八宝菜】 キャベツ(40) たまねぎ(40) ①いか(30) にんじん(20) ⑩豚肉(25) 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) 中双(0.5) ④ごま油(0.5) 塩(0.1) こしょう(0.05) でん粉(1)	【わかめスープ】 たまねぎ(20) ⑧鶏肉(20) たけのこ(10) にんじん(10) かまぼこ(10) ねぎ(6) とうもろこし(5) わかめ(0.5) ⑧⑩中華ガラスープの素(3.5) ●⑦しょうゆ(2.5) 塩(0.3) ④ごま油(0.3) こしょう(0.03)	【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) ●角ふ(15) にんじん(10) エリンギ(10) ●⑦しょうゆ(5) 中双(3) 酒(2)	【えがおのハヤシシチュー】 たまねぎ(40) じゃがいも(35) 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) 中双(0.1) 塩(0.1) こしょう(0.02)
フライ缶	【タコライスの具】 たまねぎ(30) ⑩豚肉(15) ③牛肉(15) ⑦大豆(15) にんじん(10) キャベツ(10) トマトケチャップ(5.5) ソース(2.5) 中双(0.5) 純カレー(0.3) 塩(0.1) チリパウダー(0.02) こしょう(0.01)	【バンバンジーサラダ】 きゅうり(30) ⑧サラダチキン(20) とうもろこし(10) にんじん(5) ④白ねりごま(3) ④白すりごま(1) ●⑦しょうゆ(1.8) 中双(1.5) 米酢(1)	【ピリ辛大豆】 ⑦大豆(25) たまねぎ(25) ⑩豚肉(20) にんじん(5) ⑦枝豆(5) しょうが(0.3) ●⑦しょうゆ(2.5) 中双(0.6) 酒(0.5) ④ごま油(0.2) ⑦⑧⑩⑬中華だしの素(0.2) 一味唐辛子(0.02) 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(50) 《さば銀紙焼き》 ⑥さば ⑦調味料等	【*ウインナー】 ⑩ウインナー 2本(40)
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(25) 梅びしお(1.25) ●⑦しょうゆ(0.25) 上白(0.25) 《梅びしお》 梅 赤じそ ⑬調味料等	【ミニサラダ】 キャベツ(15) きゅうり(10) にんじん(5) 米酢(0.4) サラダ油(0.2) 上白(0.2) 塩(0.1) 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	麦ごはん	●ソフトめん	わかめごはん	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	<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)	<p>【肉みそかけ】</p> たまねぎ(65) ⑩豚肉(20) ⑦さつま揚げ(15) にんじん(10) とうもろこし(10) たけのこ(5) グリンピース(5) ⑦豆みそ(10) 中双(4) むろ削り(4) でん粉(0.8)	<p>【トッポギスープ】</p> たまねぎ(25) トッポギ(20) ⑧鶏肉(15) にんじん(10) ねぎ(5) とうもろこし(5) ⑧⑩中華ガラスープの素(3.5) ●⑦しょうゆ(1.2) 酒(1) 塩(0.1) こしょう(0.03)	<p>【スタミナ汁】</p> ⑦豆腐(30) さといも(20) たまねぎ(15) ⑩豚肉(15) にんじん(5) ねぎ(5) ⑦油揚げ(3) にんにく(0.2) ⑦あわせみそ(9) むろ削り(3)	<p>【新たまねぎのスープ】</p> たまねぎ(45) ⑧鶏肉(15) にんじん(10) とうもろこし(10) エリンギ(5) たまねぎロースト(3) パセリ(0.03) ⑧チキンブイヨン(20) ●⑦うす口しょうゆ(3) ⑦⑩洋風だしの素(1) 塩(0.3) こしょう(0.03)
フライ缶	<p>【鶏肉のてりかけ】</p> 鶏肉(打粉付) 1個(50) 米油(5) ●⑦しょうゆ(5) 中双(4) 本みりん(0.5) でん粉(0.3) 《鶏肉》 ⑧鶏肉 でん粉 ⑦調味料等	<p>【おひたし】</p> もやし(25) キャベツ(20) にんじん(7) ほうれん草(7) ⑦油揚げ(3) しらす干し(2) ④白すりごま(1.6) ●⑦しょうゆ(1.5) 上白(1) 米酢(0.5)	<p>【ショーロンポー】</p> ショーロンポー 2個(50) 《ショーロンポー》 たまねぎ キャベツ ⑩豚肉 ●小麦粉 ●⑦⑩調味料等	<p>【きびなご唐揚げ】</p> きびなご唐揚げ(45) 米油(4.5) 《きびなご唐揚げ》 きびなご 米粉 ●⑦調味料等	<p>【台湾やきそば】</p> キャベツ(30) 油そば(30) ⑩豚肉(20) もやし(15) なら(5) にんじん(5) にんにく(0.1) 中双(2.5) ⑦豆みそ(2) ●⑦⑩オイスターソース(1.5) ●⑦しょうゆ(1.3) 酒(0.5) ④ごま油(0.3) 塩(0.1) 《油そば》 ●小麦粉 ⑦調味料等
あえ物・果物	<p>【もやしの塩昆布あえ】</p> もやし(27) にんじん(3) 塩昆布(1.5) 《塩昆布》 昆布 ●⑦調味料等		<p>【中華風春雨サラダ】</p> きゅうり(15) キャベツ(10) にんじん(5) ④白ごま(1) はるさめ(0.2) 米酢(1.5) ●⑦しょうゆ(1.5) 上白(1) ④ごま油(0.2) 塩(0.1) こしょう(0.01)	<p>【きゅうりのごまじょうゆ和え】</p> きゅうり(25) ④白すりごま(0.5) ●⑦しょうゆ(1) ④ごま油(0.2)	<p>【えだ豆】</p> ⑦枝豆(10)
その他		<p>【ブルーベリー】</p> ブルーベリー 1袋(20)		<p>【のり佃煮】</p> のり佃煮 1袋(10) 《のり佃煮》 のり ●⑦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	麦ごはん	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	【新じゃがいもの煮物】 じゃがいも(90) たまねぎ(40) こんにやく(20) にんじん(20) ⑩豚肉(15) グリンピース(4) ●⑦しょうゆ(4.5) 中双(3) 本みりん(1) 塩(0.2) こしょう(0.02)	【えがおの カレーシチュー】 たまねぎ(40) じゃがいも(35) ⑩豚肉(15) にんじん(15) マッシュルーム(5) にんにく(0.1) カレールウ【えがお】 (12) 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)	【ミートソースペンネ】 たまねぎ(40) トマト(20) ●マカロニ(18) ⑩豚肉(15) ⑦大豆(10) にんじん(10) マッシュルーム(5) にんにく(0.5) パセリ(0.05) トマトケチャップ (15) ⑧チキンブイヨン(12) デミグラスソース(8) ソース(3) 赤ワイン(1) 中双(1) オリーブ油(0.5) 塩(0.3) こしょう(0.03) 《デミグラスソース》 ●小麦粉 トマトペースト ⑧⑩調味料等	【白みそ汁】 ⑦豆腐(30) 大根(20) ⑧鶏肉(20) にんじん(10) 小松菜(10) えのきたけ(5) ⑦米みそ(9) 本みりん(1) むろ削り(3)	【ふきごはん】 米(50) ふき(25) ⑧鶏肉(15) こんにやく(15) もち米(10) ごぼう(10) たけのこ(10) にんじん(10) ⑦油揚げ(2) 昆布(1) ●⑦しょうゆ(6) 酒(2) 中双(1.5) 和風だしの素(0.4) 塩(0.1)	
	【*ひじき入り とりそぼろ】 たまねぎ(15) ⑧鶏肉(25) とうもろこし(10) にんじん(10) ⑦枝豆(3) 米ひじき(1.5) ●⑦しょうゆ(3) 中双(2) 本みりん(0.5) 酒(0.5)	【アスパラガスの サラダ】 キャベツ(20) とうもろこし(12) きゅうり(10) まぐろ油漬(10) アスパラガス(10) ●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)	【ツナサラダ】 まぐろ油漬(23) キャベツ(20) きゅうり(20) とうもろこし(5) にんじん(3) 上白(1) ●⑦しょうゆ(0.8) 塩(0.1) こしょう(0.02)	【豚肉の生姜焼き】 ⑩豚肉(30) たまねぎ(15) キャベツ(15) にんじん(10) 赤パプリカ(3) しょうが(0.8) にんにく(0.2) ●⑦しょうゆ(2) 酒(2) 中双(1.5) 塩(0.1)	【からふとししやもフライの ごまだれかけ】 米粉からふとししやも フライ 2尾(40) 米油(4) ④白ごま(1) ④白すりごま(0.5) ●⑦しょうゆ(3) 中双(3) 本みりん(1) でん粉(0.3)	
	あ え 物 ・ 果 物		【冷凍アプリコット】 アプリコット 1袋(30)		【冷凍黄桃】 ⑪黄桃 1個(60)	【ほうれんそうと ひじきの和え物】 ほうれん草(20) もやし(10) にんじん(3) 味付けひじき(3) 《味付けひじき》 ひじき ●⑦調味料等
	そ の 他	【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		【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