

令和5年度 6月アレルギー献立表（アレルギー給食）

小学校ー1

日	6月1日(木)	6月2日(金)	6月5日(月)	6月6日(火)	6月7日(水)
主食	ごはん	麦ごはん	ごはん	わかめごはん	◎●⑦サンドイッチ ロールパン
牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳
食 缶	<p>【*生揚げの中華飯の具】</p> <p>⑦生揚げ(50) たまねぎ(30) キャベツ(20) ⑩豚肉(25) にんじん(10) たけのこ(10) 黒きくらげ(0.5) しょうが(0.5) にんにく(0.3) ⑧⑩中華ガラスープの素(3.5) ●⑦しょうゆ(2.5) 酒(1) 中双(0.5) 塩(0.05) こしょう(0.02) でん粉(1)</p>	<p>【豚肉とたまねぎのうま煮】</p> <p>たまねぎ(60) しらたき(30) ⑦焼き豆腐(25) ⑩豚肉(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)</p>	<p>【マーボ豆腐】</p> <p>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)</p>	<p>【*大根と豚肉の煮物】</p> <p>大根(50) さといも(35) ⑩豚肉(30) にんじん(20) さやいんげん(5) 昆布(0.5) ●⑦しょうゆ(5) 中双(2.5) 酒(2) 本みりん(1) 和風だしの素(1)</p>	<p>【大豆とチキンのトマト煮】</p> <p>たまねぎ(40) ⑦大豆(35) にんじん(20) じゃがいも(20) トマト(20) トマトジュース(20) ⑧鶏肉(15) セロリ(2) にんにく(0.3) トマトケチャップ(7) 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>
	フ ラ イ 缶	<p>【バンバンジーサラダ】</p> <p>きゅうり(35) ⑧サラダチキン(20) にんじん(10) ④白ねりごま(3) ④白すりごま(1) ●⑦しょうゆ(1.8) 上白(1.5) 米酢(1)</p>	<p>【いかなゲット】</p> <p>いかなゲット 2個(40) 米油(4) 《いかなゲット》 ①いか ●小麦粉 たらすり身 ●でん粉 ⑦調味料等</p>	<p>【しそ入り春巻き】</p> <p>愛知のしそ春巻き 1本(50) 米油(5) 《愛知のしそ春巻き》 ⑧鶏肉 たまねぎ キャベツ ⑦粒状大豆たん白 ●小麦粉 ●⑦⑧調味料等</p>	<p>【ごぼう入りつくね】</p> <p>ごぼう入りつくね 2個(40) 《ごぼう入りつくね》 ⑧鶏肉 たまねぎ ごぼう ⑦粒状植物性たん白 ⑦粉末状植物性たん白 ⑦⑩調味料等</p>
あ え 物 ・ 果 物		<p>【もやしの塩昆布あえ】</p> <p>もやし(25) にんじん(5) 塩昆布(1.2) 《塩昆布》 昆布 ●⑦調味料等</p>	<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>		
そ の 他	<p>【ぶどうゼリー】</p> <p>ぶどうゼリー 1個(70)</p>			<p>【バナナチップス】</p> <p>バナナチップス 1袋(10) 《バナナチップス》 ⑨バナナ ⑮調味料等</p>	<p>【いちごジャム】</p> <p>いちごジャム 1袋(15)</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）		

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	6月8日(木)	6月9日(金)	6月12日(月)	6月13日(火)	6月14日(水)
主食	ごはん	●きしめん	麦ごはん	ごはん	ごはん
牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎はっこう乳
食缶	【サボテン キーマカレー】 たまねぎ(50) ⑩豚肉(30) にんじん(20) ⑦大豆(10) トマト(10) 黄パプリカ(5) うちわサボテン(5)  しいたけ(0.5) カレールウ [えがお](10) ⑦⑩洋風だしの素(1.5) 純カレー(0.3) 塩(0.3) こしょう(0.02) サラダ油(0.5)	【きしめんの汁】  はくさい(20) ⑧鶏肉(15) 小松菜(10) かまぼこ(10) にんじん(10) 大根(10) ねぎ(5)  ⑦油揚げ(3) しいたけ(1)  ●⑦しょうゆ(6.5) 本みりん(1) 塩(0.3) でん粉(0.6) むろ削り(4)	【さわにわん】  じゃがいも(20) ⑩豚肉(15) かまぼこ(10) にんじん(10) たけのこ(10) ごぼう(10) 小松菜(10)  ●⑦しょうゆ(4) 塩(0.3)  こしょう(0.02) むろ削り(3)	【肉じゃが】  じゃがいも(90) たまねぎ(40) 糸こんにゃく(20) にんじん(20) ⑩豚肉(15) グリーンピース(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)	【トックスープ】  たまねぎ(25) トック(20) ⑩豚肉(10) にんじん(10) もやし(10) チンゲンサイ(10) 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)
フライ缶	【ツナサラダ】  きゅうり(25)  まぐろ油漬(15) キャベツ(15) にんじん(5) 卵なしマヨネーズ(6) 上白(0.3) 塩(0.1) こしょう(0.01)  《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	【たことポテトの から揚げ】 フライドポテト(30)  たこから揚げ(20) 米油(5.0) 塩(0.1)  《フライドポテト》 じゃがいも ●調味料等	【生揚げのみそかけ】  ⑦生揚げ 1個(50)  たまねぎ(10) しょうが(0.3) ⑦豆みそ(4) 中双(3) 本みりん(1)	【切り干し大根と チキンのサラダ】 ⑧サラダチキン(12)  きゅうり(10) にんじん(8) 切り干し大根(2.8) ④白すりごま(2) ●⑦しょうゆ(2) 米酢(1) 上白(1) サラダ油(0.5)	【揚げ鶏の ねぎソースかけ】 ⑧鶏肉(でん粉付き) 1個(50)  米油(5) ねぎ(10) ④白ごま(0.8) ●⑦しょうゆ(2) 中双(1.8) 米酢(0.8) でん粉(0.3)
あえ物・果物		【キャベツの ごま和え】 キャベツ(25) ④白すりごま(0.5) ④白ごま(0.3) ●⑦しょうゆ(1) 上白(0.2)	【冷凍黄桃】  ⑩黄桃 1個(60)		
その他	【型抜きチーズ】 ◎型抜きチーズ 1個(15)	【そら豆】 そら豆 1袋(10)		【豆乳デザート】 豆乳ココア デザート 1個(50)  《豆乳ココア デザート》 ⑦豆乳 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

( )内は純使用量 単位：グラム

日	6月15日(木)	6月16日(金)	6月19日(月)	6月20日(火)	6月21日(水)
主食	◎●⑦ツイスト ロールパン	麦ごはん	三河赤鶏五目ごはん	麦ごはん	ごはん
牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳
食缶	<p>【*パンプキンポタージュ】</p> <p>たまねぎ(40) かぼちゃ(25) にんじん(10) かぼちゃペースト(10)</p> <p>⑧鶏肉(10) マッシュルーム(8) ホワイトルウ【えがお】(6.5)</p> <p>⑦⑩洋風だしの素(1.2) 塩(0.5) こしょう(0.04)</p>	<p>【*高野豆腐うま煮】</p> <p>たまねぎ(40) じゃがいも(25)</p> <p>⑧鶏肉(30) にんじん(10)</p> <p>さやいんげん(5) ⑦高野豆腐(7) ●⑦しょうゆ(4)</p> <p>中双(2) 本みりん(1) 塩(0.2) でん粉(0.5) むろ削り(2.5)</p>	<p>【豚汁】</p> <p>⑦豆腐(30) じゃがいも(20) たまねぎ(15) にんじん(10)</p> <p>大根(10) ⑩豚肉(8) えのきたけ(5)</p> <p>⑦豆みそ(9) 本みりん(0.5) むろ削り(3)</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>《三河赤鶏五目ごはん》</p> <p>米</p> <p>⑧鶏肉 にんじん ごぼう</p> <p>⑦油揚げ</p> <p>●⑦調味料等</p> </div>	<p>【じゃがいもと鶏肉の煮物】</p> <p>じゃがいも(40)</p> <p>⑧鶏肉(20) にんじん(20) こんにゃく(15)</p> <p>ごぼう(15) ⑦生揚げ(15) たけのこ(10)</p> <p>さやいんげん(5) ●⑦しょうゆ(4) 中双(2.8) 本みりん(1) むろ削り(1)</p>	<p>【すいとん汁】</p> <p>●すいとん(30) 大根(20)</p> <p>⑧鶏肉(20) 小松菜(10)</p> <p>にんじん(8) かまぼこ(8) ●⑦しょうゆ(4)</p> <p>本みりん(0.8) 塩(0.1) むろ削り(3)</p>
フライ缶	<p>【じゃがいもとアスパラガスのカレーいため】</p> <p>じゃがいも(35)</p> <p>⑩豚肉(10) アスパラガス(10) にんじん(5) にんにく(0.1)</p> <p>⑦⑩洋風だしの素(0.8)</p> <p>●⑦しょうゆ(0.5) 純カレー(0.15) 塩(0.12)</p>	<p>【ちくわのいそべ揚げ】</p> <p>ちくわ 2個(40)</p> <p>●小麦粉(3) でん粉(1) 青のり粉(0.12) 米油(4.52)</p>	<p>【めひかりフライ】</p> <p>●めひかりフライ 2尾(30)</p> <p>米油(3)</p>	<p>【はんぺんのだれかけ】</p> <p>はんぺん 1個(50)</p> <p>なめこ(7) ●⑦しょうゆ(2) 中双(1) 本みりん(1) でん粉(0.2)</p> <p>《はんぺん》 魚肉(スケソウ・ママカリ)</p> <p>キャベツ たまねぎ にんじん</p> <p>⑦調味料等</p>	<p>【ひじき入り豚そぼろ】</p> <p>たまねぎ(25)</p> <p>⑩豚肉(20) にんじん(10)</p> <p>⑦枝豆(5) 米ひじき(1.5) しょうが(1)</p> <p>●⑦しょうゆ(3) 中双(2) 酒(1)</p> <p>本みりん(0.5)</p>
あえ物・果物		<p>【きゅうりの梅和え】</p> <p>きゅうり(25) 梅びしお(1.25)</p> <p>●⑦しょうゆ(0.25) 上白(0.25)</p> <p>《梅びしお》 梅 赤じそ かつお節</p> <p>⑬調味料等</p>	<p>【キャベツの即席漬け】</p> <p>キャベツ(15) きゅうり漬け(8) 黒きくらげ(0.1)</p> <p>④白ごま(0.3) 塩(0.1)</p> <p>《きゅうり漬け》 きゅうり</p> <p>●⑦調味料等</p>	<p>【切り干し大根のさっぱり漬け】</p> <p>きゅうり(15) 切り干し大根(1.5)</p> <p>●⑦しょうゆ(1.2) 上白(0.5) 米酢(0.3) レモン果汁(0.2)</p> <p>④ごま油(0.2)</p>	
その他			<p>【愛知のみかんゼリー】</p> <p>愛知のみかんゼリー 1個(60)</p>		<p>【きらず揚げ】</p> <p>きらず揚げ 1袋(10)</p> <p>《きらず揚げ》</p> <p>●小麦粉</p> <p>⑦おからパウダー</p> <p>調味料等</p>

日	6月22日(木)	6月23日(金)	6月26日(月)	6月27日(火)	6月28日(水)
主食	麦ごはん	●ソフトめん	麦ごはん	ごはん	ごはん
牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳
食缶	<p>【五目汁】 大根(20) ⑧鶏肉(20) じゃがいも(20) にんじん(10) ねぎ(8) ごぼう(5)</p> <p>えのきたけ(5) ●⑦しょうゆ(4) 本みりん(1)</p> <p>塩(0.3) むろ削り(3)</p>	<p>【*ミートソース】 たまねぎ(50) ⑩豚肉(15) ③牛肉(15) にんじん(15) ⑦大豆(10) マッシュルーム(10)</p> <p>トマト(20) グリーンピース(4) トマトケチャップ(20)</p> <p>トマトルウ(13) ソース(3) 中双(0.5) 塩(0.1) こしょう(0.02)</p> <p>《トマトルウ》 ●小麦粉 ●⑦⑩調味料等</p>	<p>【白みそ汁】 大根(20) ⑧鶏肉(20) さといも(20) にんじん(10) なす(10) ねぎ(5)</p> <p>⑦米みそ(9) 本みりん(1) むろ削り(3)</p>	<p>【ハッシュドビーフ】 たまねぎ(50) ③牛肉(25) にんじん(20) マッシュルーム(10) にんにく(0.3) ハヤシルウ [えがお](12) トマトピューレ(10) デミグラスソース(6) トマトケチャップ(5)</p> <p>赤ワイン(1) ⑦⑩洋風だしの素(0.5) 塩(0.3) 中双(0.2) こしょう(0.03)</p> <p>《デミグラスソース》 ●小麦粉 トマト ⑧⑩調味料等</p>	<p>【牛丼の具】 たまねぎ(55) ③牛肉(40) しらたき(30) ねぎ(15) にんじん(15) えのきたけ(10)</p> <p>●⑦しょうゆ(5) 中双(2.5) 酒(2)</p> <p>和風だしの素(0.2)</p>
フライ缶	<p>【まぐろの甘辛煮】 まぐろ油漬(45) キャベツ(12) しょうが(1) 中双(3) ●⑦しょうゆ(1.5) 本みりん(1) 酒(1)</p>	<p>【コロコロポテト サラダ】 じゃがいも(40) キャベツ(10) ⑧サラダチキン(5) たまねぎ(5) にんじん(5) オリーブ油(0.5) 上白(0.4) 塩(0.3) こしょう(0.02)</p>	<p>【かつおと大豆の レモンしょうゆ和 かつおでん粉付き(40) ⑦大豆(10) ⑦枝豆(5) でん粉(3) ●小麦粉(1) 米油(5.9) 中双(2) レモン果汁(1.5) ●⑦しょうゆ(1)</p>	<p>【ごぼうサラダ】 ごぼう(15) まぐろ油漬(12) きゅうり(10) にんじん(10) ④白ねりごま(2) ④白すりごま(1.5) 切り干し大根(1) ●⑦しょうゆ(2) 上白(1.5) 米酢(1.5) ④ごま油(0.4)</p>	<p>【さば銀紙焼き】 さば銀紙焼き1個(50)</p> <p>《さば銀紙焼き》 ⑥さば ⑦調味料等</p>
あえ物・果物	<p>【きざみたくあん】 たくあん漬(13)</p> <p>《たくあん漬》 大根 ●⑦調味料等</p>	<p>【冷凍パイナップル】 パイナップル 1個</p>		<p>【冷凍みかん】 みかん 1個(120)</p>	<p>【もやしとひじきの 和え物】 もやし(20) ほうれん草(12) 味付けひじき(3)</p> <p>《味付けひじき》 ひじき ●⑦調味料等</p>
その他	<p>【手巻きのり】 手巻きのり 1袋(2.5)</p>		<p>【のり佃煮】 のり佃煮 1個(10)</p> <p>《のり佃煮》 のり ●⑦調味料等</p>		

日	6月29日(木)	6月30日(金)
主食	◎●⑦くろロールパン	麦ごはん
牛乳	◎牛乳	◎牛乳
食缶	<b>【野菜のスープ煮】</b> じゃがいも(40) キャベツ(30) たまねぎ(25) ⑧鶏肉(10) にんじん(10) エリンギ(10) 野菜ブイヨン(1.5) ●⑦しょうゆ(2) 白ワイン(1)  塩(0.2) こしょう(0.02)	<b>【*中華海鮮うま煮】</b> たまねぎ(40) キャベツ(30) ①いか(30) たけのこ(20) ちくわ(20) にんじん(10) チンゲンサイ(10) ●⑦しょうゆ(3.5) ⑦⑧⑩⑯中華だしの素(1.5)  中双(1) 酒(1) ④ごま油(0.3) 塩(0.2) こしょう(0.02) でん粉(1.5)
	<b>【ハンバーグの トマトソースかけ】</b> ハンバーグ 1個(50) 野菜ミックス(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(1) 赤ワイン(0.5) 塩(0.1)  《ハンバーグ》 ⑩豚肉 たまねぎ ⑦粒状大豆たん白  《ベジタブルソース》 トマト たまねぎ ⑦調味料等	<b>【揚げしゅうまい】</b> ポークしゅうまい 2個(40) 米油(4)  《ポークしゅうまい》 ⑩豚肉 たまねぎ ●パン粉 ●小麦粉 ⑩調味料等
あえ物・果物		<b>【えだ豆】</b> ⑦枝豆(12)
その他	<b>【フローズン ヨーグルト】</b> ◎ヨーグルト 1個(60)	

《野菜ミックス》  
 ズッキーニ  
 黄ピーマン  
 赤ピーマン  
 たまねぎ  
 にんじん