

令和5年度 9月アレルギー献立表（アレルギー給食）

小学校ー1

日	9月4日(月)	9月5日(火)	9月6日(水)	9月7日(木)	9月8日(金)
主食	ごはん	麦ごはん	◎●⑦サンドイッチ ロールパン	麦ごはん	ごはん
牛乳	◎牛乳	◎はっこう乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳
食缶	【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) 野菜ピューロン(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)	【*高野豆腐のうま煮】 たまねぎ(40) じゃがいも(25) にんじん(10) ⑧鶏肉(30) さやいんげん(5) ⑦高野豆腐(7) ●⑦しょうゆ(4) 砂糖(2) 本みりん(1) 塩(0.2) むろ削り(2.5) でん粉(0.5)	【マカロニスープ】 じゃがいも(30) たまねぎ(20) にんじん(15) とうもろこし(10) ⑧鶏肉(10) ひよこ豆(8) ●マカロニ(3) ⑦⑩洋風だしの素(2) 白ワイン(1) ●⑦しょうゆ(1) 塩(0.3) こしょう(0.03)	【さわにわん】 ⑩豚肉(20) ⑫ながいも(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)	【ジャーチャンドウフ】 ⑦生揚げ(40) たまねぎ(40) ⑩豚肉(25) にんじん(15) ねぎ(7) しいたけ(0.5) しょうが(0.5) ●⑦しょうゆ(5) ⑦豆みそ(2.5) 砂糖(2) 豆板醤(0.1) でん粉(1)
フライ缶	【ツナサラダ】 キャベツ(15) きゅうり(15) まぐろ油漬(15) とうもろこし(10) にんじん(5) 砂糖(1) ワインビネガー(1) ●⑦しょうゆ(0.8) オリーブ油(0.5) 塩(0.1) こしょう(0.02)	【ちくわの お好み揚げ】 ちくわ 2個(40) ●小麦粉(3) でん粉(1) しょうが酢漬(0.5) 青のり粉(0.12) 米油(4.46)	【ウインナー】 ⑩ポークウインナー 2本(40)	【かつおと大豆の レモンしょうゆ和え】 かつお(打粉付)(40) ⑦大豆(10) ⑦枝豆(5) でん粉(3) ●小麦粉(1) 米油(5.9) 砂糖(2) レモン果汁(1.5) ●⑦しょうゆ(1)	【春雨サラダ】 きゅうり(20) ⑧チキンハム(10) もやし(10) とうもろこし(10) はるさめ(4) ●⑦しょうゆ(2) 米酢(1.5) 砂糖(1.5) ④ごま油(0.5) 塩(0.1) こしょう(0.01)
あえ物・果物		【もやしとひじきの 和え物】 もやし(20) 小松菜(12) 味付けひじき(3) 《味付けひじき》 ひじき ●⑦調味料等	【ボイル野菜】 キャベツ(25) にんじん(3)		【冷凍みかん】 みかん 1個(120)
その他	【フローズン ヨーグルト】 ◎ヨーグルト 1個(60)		【小袋ケチャップ】 トマトケチャップ 1袋(8)	【のり佃煮】 のり佃煮 1袋(10) 《のり佃煮》 のり ●⑦調味料等	

※ 9月分調理場で使用中双糖、上白糖については、砂糖と表記しています。 ()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	9月11日(月)	9月12日(火)	9月13日(水)	9月14日(木)	9月15日(金)
主食	◎●⑦あいちの米粉パン	麦ごはん	ごはん	ごはん	麦ごはん
牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳
食缶	<p>【*白いんげんとコーンのポタージュ】 たまねぎ(30) じゃがいも(20) 白いんげん豆(30) とうもろこし(15) にんじん(10) マッシュルーム(10) ホワイトルウ [えがお](6.5) ⑦⑩洋風だしの素(1.5) 塩(0.3) こしょう(0.04)</p>	<p>【けんちん汁】 ⑦豆腐(30) 大根(20) こんにやく(10) にんじん(10) ごぼう(10) ねぎ(10) ⑦油揚げ(3) ●⑦しょうゆ(4) ④ごま油(0.5) 塩(0.3) むろ削り(4)</p>	<p>【トッポギスープ】 たまねぎ(25) トッポギ(25) ⑧鶏肉(20) にんじん(10) ねぎ(10) わかめ(0.3) 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>	<p>【スタミナ肉じゃが】 じゃがいも(90) たまねぎ(40) しらたき(20) ⑩豚肉(20) にんじん(20) グリーンピース(3) ④白ごま(2) にんにく(0.3) ●⑦しょうゆ(4) 砂糖(2.5) ⑦コチジャン(1.1) 本みりん(1) ④ごま油(0.5) 塩(0.2) こしょう(0.03)</p>	<p>【豚汁】 ⑦豆腐(20) ⑩豚肉(20) さといも(20) ごぼう(10) にんじん(10) ねぎ(10) えのきたけ(5) ⑦油揚げ(3) ⑦豆みそ(9) むろ削り(3)</p>
フライ缶	<p>【*ハンバーグのトマトソースかけ】 ハンバーグ 1個(50) たまねぎ(10) ベジタブルソース(15) トマトケチャップ(5) ソース(1) 砂糖(0.5) 赤ワイン(0.5) 塩(0.1) こしょう(0.01) 《ハンバーグ》 ⑧鶏肉 たまねぎ ⑩豚肉 ⑦粉末状植物性たん白 ⑦粒状植物性たん白 ⑩調味料等 《ベジタブルソース》 トマト たまねぎ ⑦調味料等</p>	<p>【ささみしそ梅肉フライ】 ささみしそ梅肉 フライ 1個(50) 米油(5) 《ささみしそ梅肉 フライ》 ⑧鶏肉 ●パン粉 ●小麦粉 ⑦植物性たん白</p>	<p>【ブルコギ】 ③牛肉(30) たまねぎ(20) 黄パプリカ(10) にんじん(8) ピーマン(5) にんにく(0.2) ④白ごま(1) ●⑦しょうゆ(4) 砂糖(2) 酒(1) ④ごま油(1) こしょう(0.03) でん粉(0.3)</p>	<p>【切り干し大根のサラダ】 まぐろ油漬け(15) きゅうり(10) にんじん(10) 切り干し大根(3) 卵なしマヨネーズ(6) ●⑦しょうゆ(1.2) 米酢(0.5) 砂糖(0.5) 塩(0.1) こしょう(0.03) 《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</p>	<p>【さんまのみぞれ煮】 さんまのみぞれ煮 1個(40) 《さんまのみぞれ煮》 さんま 大根 ●⑦調味料等</p>
あえ物・果物	<p>【マリネサラダ】 キャベツ(15) きゅうり(10) マリネドレッシング (2.5)</p>	<p>【きゅうりのおかか和え】 きゅうり(25) 花かつお(0.3) ●⑦しょうゆ(1) 砂糖(0.3)</p>	<p>【冷凍洋なし】 洋なし 1個(40)</p>		<p>【もやしの塩昆布あえ】 もやし(20) 小松菜(12) 塩昆布(1.2) 《塩昆布》 昆布 ●⑦調味料等</p>
その他				<p>【いわしの干し小魚】 干し小魚 1袋(5)</p>	

()内は純使用量 単位：グラム

日	9月19日(火)	9月20日(水)	9月21日(木)	9月22日(金)	9月25日(月)
主食	ごはん	麦ごはん	ごはん	●中華めん	麦ごはん
牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳
食缶	【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(4)	【ハッシュドビーフ】 たまねぎ(55) ③牛肉(25) にんじん(15) マッシュルーム(5) グリンピース(4) 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) 赤ワイン(1) ⑦⑩洋風だしの素(0.5) 塩(0.3) 砂糖(0.2) こしょう(0.02) 《デミグラスソース》 ●小麦粉 トマト ⑧⑩調味料等	【*里芋の煮物】 さといも(45) 大根(30) ⑦がんとどき(15) にんじん(25) さやいんげん(10) しいたけ(1) 糸切昆布(0.6) ●⑦しょうゆ(5.5) 砂糖(3) 酒(2) 本みりん(1) むろ削り(1)	【しょうゆラーメンの スープ】 ⑩豚肉(25) もやし(20) なると(10) ねぎ(10) たけのこ(10) にんじん(10) わかめ(0.6) ⑧チキンブイヨン(30) ●⑦しょうゆ(7.5) ⑦⑧⑩⑬中華だしの素 (1.5) ④ごま油(0.3) 塩(0.12) こしょう(0.04)	【*中華風スープ】 たまねぎ(40) ⑧鶏肉(20) えのきたけ(10) とうもろこし(15) チンゲンサイ(15) にんじん(5) ●⑦しょうゆ(2.5) ⑦⑧⑩⑬中華だしの素 (1.5) 酒(1) 塩(0.15)
	フライ缶	【まぐろの甘辛煮】 まぐろ油漬(45) キャベツ(12) しょうが(1) 砂糖(3) ●⑦しょうゆ(1.5) 本みりん(1) 酒(1)	【ジャーマンポテト】 じゃがいも(40) たまねぎ(15) ⑩ショルダーベーコン (12) にんじん(8) 米油(0.6) ●⑦しょうゆ(0.5) ⑦⑩洋風だしの素(0.5) 塩(0.05) こしょう(0.02)	【ニギスフライ】 ●ニギスフライ 1個(50) 米油(5)	【しそ入り春巻き】 しそ入り春巻き 1個(50) 米油(5) 《しそ入り春巻き》 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
あえ物・果物	【きざみたくあん】 たくあん漬(13) 《たくあん漬》 大根 ●⑦調味料等		【キャベツと ほうれん草の キャベツ(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) 砂糖(0.2)	【切り干し大根の さっぱり漬け】 きゅうり(15) 切り干し大根(1.5) ●⑦しょうゆ(1.5) 砂糖(0.5) 米酢(0.3) レモン果汁(0.2) ④ごま油(0.2)	【もやしのナムル】 もやし(30) ④白すりごま(1) ●⑦しょうゆ(1) 砂糖(0.5) 米酢(0.5) ④ごま油(0.3)
その他	【手巻きのり】 手巻きのり 1袋(2.5)	【プルーン】 プルーン 1袋(20)	【おはぎ】 おはぎ 1個(30)		

() 内は純使用量 単位：グラム

(アレルギー給食)

日	9月26日(火)	9月27日(水)	9月28日(木)	9月29日(金)
主食	麦ごはん	◎●⑦クロスロールパン	ごはん	わかめごはん
牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳
食缶	<p>【いわしのつみれ汁】</p> <p>つみれ(30)</p> <p>⑦豆腐(30)</p> <p>大根(15)</p> <p>にんじん(10)</p> <p>ねぎ(10)</p> <p>しいたけ(1)</p> <p>●⑦しょうゆ(3)</p> <p>塩(0.15)</p> <p>むろ削り(3)</p> <p>《つみれ》</p> <p>いわし</p> <p>たら</p> <p>⑦調味料等</p>	<p>【大豆とポークのトマト煮】</p> <p>たまねぎ(40)</p> <p>⑦大豆(35)</p> <p>じゃがいも(20)</p> <p>トマト(20)</p> <p>トマトジュース(20)</p> <p>⑩豚肉(20)</p> <p>にんじん(15)</p> <p>とうもろこし(5)</p> <p>セロリ(2)</p> <p>にんにく(0.3)</p> <p>⑧チキンブイヨン(10)</p> <p>トマトケチャップ(7)</p> <p>ソース(2)</p> <p>砂糖(1)</p> <p>⑦⑩洋風だしの素(1)</p> <p>赤ワイン(1)</p> <p>塩(0.4)</p> <p>こしょう(0.04)</p>	<p>【とうがんのカレースープ】</p> <p>とうがん(30)</p> <p>たまねぎ(25)</p> <p>⑧鶏肉(20)</p> <p>にんじん(15)</p> <p>エリンギ(10)</p> <p>オクラ(5)</p> <p>カレールウ</p> <p>[えがお](8)</p> <p>●⑦しょうゆ(2.5)</p> <p>本みりん(1.5)</p> <p>野菜ブイヨン(0.8)</p> <p>塩(0.2)</p> <p>純カレー(0.02)</p>	<p>【お月見汁】</p> <p>⑦豆腐(25)</p> <p>大根(15)</p> <p>⑧鶏肉(10)</p> <p>にんじん(10)</p> <p>ねぎ(10)</p> <p>えのきたけ(10)</p> <p>お月見かまぼこ(5)</p> <p>●⑦しょうゆ(4)</p> <p>塩(0.3)</p> <p>むろ削り(3)</p>
フライ缶	<p>【なす入り肉みそひじき丼の具】</p> <p>たまねぎ(30)</p> <p>⑩豚肉(30)</p> <p>なす(10)</p> <p>にんじん(10)</p> <p>米ひじき(1.5)</p> <p>しょうが(1)</p> <p>⑦豆みそ(5)</p> <p>砂糖(3)</p> <p>酒(2.5)</p> <p>本みりん(2)</p> <p>●⑦しょうゆ(1.2)</p> <p>でん粉(0.8)</p>	<p>【コールスローサラダ】</p> <p>キャベツ(20)</p> <p>きゅうり(20)</p> <p>⑧サラダチキン(15)</p> <p>にんじん(5)</p> <p>●⑦しょうゆ(1.2)</p> <p>砂糖(1)</p> <p>ワインビネガー(0.8)</p> <p>サラダ油(0.5)</p> <p>塩(0.1)</p> <p>こしょう(0.01)</p>	<p>【キャベツとウインナーのソテー】</p> <p>キャベツ(35)</p> <p>⑩ポークウインナー</p> <p>にんじん(5)</p> <p>米油(0.5)</p> <p>塩(0.2)</p> <p>こしょう(0.02)</p>	<p>【里芋コロッケ】</p> <p>里芋コロッケ</p> <p>1個(50)</p> <p>米油(5)</p> <p>《里芋コロッケ》</p> <p>里芋</p> <p>⑧鶏肉</p> <p>●パン粉</p> <p>●小麦粉</p> <p>⑦植物性たん白</p> <p>●⑦調味料等</p>
あえ物・果物		<p>【冷凍みかん】</p> <p>みかん 1個(120)</p>		<p>【きゅうりのゆかり和え】</p> <p>きゅうり(25)</p> <p>ゆかり粉(0.4)</p>
その他	<p>【ぶどうゼリー】</p> <p>ぶどうゼリー</p> <p>1個(50)</p>		<p>【型抜きチーズ】</p> <p>◎型抜きチーズ</p> <p>1個(15)</p>	<p>【お月見団子】</p> <p>お月見団子 1個(30)</p> <p>《お月見団子》</p> <p>米粉</p> <p>⑦調味料等</p>

() 内は純使用量 単位：グラム