

令和5年度 2月アレルギー献立表（卵・乳・えび・かにアレルギー給食）

小学校ー1

日	2月1日(木)	2月2日(金)	2月5日(月)	2月6日(火)	2月7日(水)	
主食	ごはん	ごはん	麦ごはん	ごはん	麦ごはん	
牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	
食缶	<p>【豚肉とたまねぎのうま煮】</p> <p>たまねぎ(60) しらたき(30) ⑩豚肉(20) ⑦焼き豆腐(20) ねぎ(15) にんじん(10) エリンギ(10) ●⑦しょうゆ(5) 砂糖(3) 酒(2)</p>	<p>【おとしこし】</p> <p>大根(40) さといも(30) にんじん(20) れんこん(15) ちくわ(15) ⑦油揚げ(5) ●⑦しょうゆ(4.5) 砂糖(1) 本みりん(1) 塩(0.2) むろ削り(1.5)</p>	<p>【スキー汁】</p> <p>大根(20) さつまいも(20) ⑦豆腐(15) ⑩豚肉(12) ごぼう(10) こんにやく(8) にんじん(5) ねぎ(4) ⑦油揚げ(3) ⑦あわせみそ(9) むろ削り(3)</p>	<p>【えがおのカレーシチュー】</p> <p>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)</p>	<p>【*春雨スープ】</p> <p>たまねぎ(25) ⑩豚肉(20) たけのこ(10) チンゲンサイ(15) にんじん(5) はるさめ(3.5) ⑧⑩中華ガラスープの素(3.5) 酒(2.2) ●⑦うす口しょうゆ(1.35) 塩(0.1) こしょう(0.02)</p>	
フライ缶	<p>【からふとししやもフライのごまだれかけ】</p> <p>米粉からふとししやもフライ 2尾(40) 米油(4) ④白ごま(0.5) ④白すりごま(0.5) ●⑦しょうゆ(2.5) 砂糖(2) 本みりん(1) でん粉(0.15)</p>	<p>【いわしのかんろ煮】</p> <p>いわしのかんろ煮 1尾(50) 《いわしのかんろ煮》 いわし ●⑦調味料等</p>	<p>【*ひじき入り鶏そぼろ】</p> <p>⑧鶏肉(30) たまねぎ(20) にんじん(10) とうもろこし(5) 米ひじき(1.5) ●⑦しょうゆ(3) 砂糖(2) 本みりん(0.5) 酒(0.5)</p>	<p>【切り干し大根サラダ】</p> <p>まぐろ油漬け(12) きゅうり(10) とうもろこし(10) にんじん(5) 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>【酢鶏】</p> <p>⑧鶏肉(30) ●⑦しょうゆ(1) 酒(1) でん粉(5) 米油(3.7) たまねぎ(20) にんじん(20) ピーマン(5) ●⑦しょうゆ(2) 砂糖(1.75) トマトケチャップ(1.5) 米酢(1.5) ⑦⑧⑩⑬中華だしの素(0.5) でん粉(0.2)</p>	
あえ物・果物	<p>【もやしのゆかり和え】</p> <p>もやし(30) ゆかり粉(0.5)</p>	<p>【白菜のたくあん和え】</p> <p>はくさい(25) たくあん漬け(10) 《たくあん漬け》 大根 ●⑦調味料等</p>				<p>【いよかん】</p> <p>いよかん 1個(60)</p>
その他		<p>【節分豆】</p> <p>⑦節分豆 1袋(5)</p>	<p>【ココア牛乳のもと】</p> <p>ココア牛乳のもと 1個(12.5) 《ココア牛乳のもと》 ココアパウダー ⑦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)	

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	2月8日(木)	2月9日(金)	2月13日(火)	2月14日(水)	2月15日(木)
主食	麦ごはん	◎●⑦サンドイッチ バンズパン	わかめごはん	ごはん	麦ごはん
牛乳	◎牛乳	◎はっこう乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳
食缶	【マーボ豆腐】 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) 砂糖(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)	【*じゃがいも スープ】 たまねぎ(40) じゃがいも(40) マッシュポテト(20) ⑧鶏肉(15) にんじん(10) マッシュルーム(5) パセリ(0.05) ⑦豆乳(30) ⑦⑩洋風だしの素(3) 塩(0.4) こしょう(0.03)	【いもこ汁】 さといも(30) ごぼう(20) にんじん(10) ③牛肉(10) ねぎ(10) えのきたけ(5) しいたけ(1) ●⑦しょうゆ(5) 本みりん(1) 酒(1) 塩(0.1) むろ削り(3)	【肉だんごと白菜の スープ】 はくさい(40) 肉団子(30) にんじん(10) ねぎ(6) ⑦⑧⑩⑬ 中華だしの素(1.5) ●⑦しょうゆ(0.5) 塩(0.5) こしょう(0.05) でん粉(1) 《肉団子》 ⑩豚肉 たまねぎ ●⑦パン粉 ⑦大豆たん白 ●⑦⑩調味料等	【肉じゃが】 じゃがいも(90) たまねぎ(40) こんにゃく(20) にんじん(20) ⑩豚肉(15) グリンピース(4) ●⑦しょうゆ(4.5) 砂糖(3) 本みりん(1) 塩(0.2) こしょう(0.02)
	【バンバンジー サラダ】 きゅうり(20) ⑧サラダチキン(20) キャベツ(10) 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) 砂糖(1.5) 米酢(1) ④ごま油(0.5)	【ハンバーグの トマトソースかけ】 ハンバーグ 1個(50) ベジタブルソース (10) トマトケチャップ(5) ソース(1) 砂糖(1) 赤ワイン(0.5) 塩(0.1) 《ハンバーグ》 ⑧鶏肉 ⑩豚肉 たまねぎ でん粉 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	【ちくわの お好み揚げ】 ちくわ 2本(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)	【*チキンアドボ】 ⑧鶏肉(45) じゃがいも(25) たまねぎ(20) にんじん(10) にんにく(0.05) ●⑦しょうゆ(4) 米酢(2) 砂糖(2) 酒(1) こしょう(0.03) でん粉(0.1)	【さばのみそ煮】 さばのみそ煮 1個(50) 《さばのみそ煮》 ⑥さば ⑦調味料等
あえ物・果物		【コールスロー】 キャベツ(25) コールスロー ドレッシング(2)	【ブロッコリーの おかか和え】 ブロッコリー(20) 花かつお(0.2) ●⑦しょうゆ(1) 砂糖(0.3)		【きゅうりの ごまじょうゆ和え】 きゅうり(25) ④白すりごま(0.6) ●⑦しょうゆ(1.2) ④ごま油(0.2)
その他			【プルーン】 プルーン 1袋(20)	【いわしの干し小魚】 いわしの干し小魚 1袋(5) 《いわしの干し小魚》 いわし ●⑦調味料等	

() 内は純使用量 単位：グラム

日	2月16日(金)	2月19日(月)	2月20日(火)	2月21日(水)	2月22日(木)
主食	●ソフトめん	ごはん	麦ごはん	●ナン	ごはん
牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳
食缶	<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) トマト(20) グリーンピース(4) トマトケチャップ(20) トマトルウ(13) ソース(3) 砂糖(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>【打ち豆汁】 大根(25) さといも(20) にんじん(10) ごぼう(7) 小松菜(5) ねぎ(5) ⑦打ち豆(5) ⑦油揚げ(3) ⑦あわせみそ(9) 本みりん(1) むろ削り(4)</p>	<p>【*野菜のうま煮】 じゃがいも(40) たまねぎ(50) ⑧鶏肉(30) にんじん(10) さやいんげん(5) しいたけ(1) ●⑦しょうゆ(4.5) 砂糖(1.6) 本みりん(1) むろ削り(1)</p>	<p>【ドライカレー】 たまねぎ(55) にんじん(30) ③牛肉(30) マッシュルーム(12) ⑦大豆(12) とうもろこし(10) ピーマン(5) トマトピューレ(4) いちじくピューレ(3) にんにく(0.2) カレールウ [えがお](4) ソース(2.5) トマトケチャップ(2) ⑦⑩洋風だしの素(1) 純カレー(0.3) 塩(0.3) こしょう(0.05)</p>	<p>【*中華海鮮うま煮】 たまねぎ(40) キャベツ(30) ①いか(30) たけのこ(10) ちくわ(20) にんじん(10) チンゲンサイ(10) ●⑦しょうゆ(2.5) 野菜ブイヨン(1) 砂糖(1) 酒(1) ●⑦⑩ オイスターソース(1) ④ごま油(0.3) 塩(0.1) こしょう(0.02) でん粉(1.5)</p>
フライ缶	<p>【花野菜サラダ】 ブロッコリー(20) まぐろ油漬(10) きゅうり(10) カリフラワー(7) にんじん(5) 砂糖(1.5) 米酢(1.5) ●⑦しょうゆ(0.8) サラダ油(0.6) 塩(0.1) こしょう(0.02)</p>	<p>【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)</p>	<p>【いわしのかば焼き】 いわし打粉付き 1尾(40) 米油(4) しょうが(1) ●⑦しょうゆ(2) 砂糖(2) 本みりん(1.5) 酒(1) でん粉(0.2)</p>	<p>【マカロニサラダ】 キャベツ(15) きゅうり(10) にんじん(5) ⑩ベーコン(5) ●マカロニ(4) コーンクリーム ドレッシング(5) 塩(0.1) こしょう(0.01)</p>	<p>【揚げしゅうまい】 しゅうまい 2個(40) 米油(4) 《しゅうまい》 ⑩豚肉 たまねぎ ●パン粉 ●小麦粉 ⑩調味料等</p>
あえ物・果物		<p>【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</p>	<p>【菜の花和え】 菜花(20) キャベツ(10) ●⑦しょうゆ(1.2) 砂糖(0.5)</p>		<p>【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)</p>
その他		<p>【手巻きのり】 手巻きのり 1袋(2.5)</p>		<p>【いちごヨーグルト】 ◎いちごヨーグルト 1個(80)</p>	

() 内は純使用量 単位：グラム

日	2月26日(月)	2月27日(火)	2月28日(水)	2月29日(木)
主食	ごはん	◎●⑦⑬りんごパン	麦ごはん	麦ごはん
牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳
食缶	<p>【豚汁】</p> <p>⑦豆腐(25) じゃがいも(20)</p> <p>⑩豚肉(20)</p> <p>大根(15) にんじん(10) ねぎ(10)</p> <p>⑦油揚げ(3)</p> <p>⑦豆みそ(9) むろ削り(3)</p>	<p>【*白菜とカリフラワーの クリーム煮】</p> <p>はくさい(40) たまねぎ(25) 白いんげん豆 ペースト(15)</p> <p>⑧鶏肉(10) カリフラワー(10) にんじん(5)</p> <p>⑩ベーコン(5)</p> <p>マッシュルーム(5)</p> <p>⑦豆乳(30) ホワイトルウ [えがお](6)</p> <p>⑦⑩洋風だしの素(1.2) 塩(0.5) こしょう(0.02)</p>	<p>【トッポギスープ】</p> <p>たまねぎ(25) トッポギ(20)</p> <p>⑧鶏肉(20)</p> <p>にんじん(10) ねぎ(5) とうもろこし(5) わかめ(0.3)</p> <p>⑧⑩中華ガラスープの 素(3.5)</p> <p>●⑦しょうゆ(1.2)</p> <p>酒(1)</p> <p>塩(0.1) こしょう(0.03)</p>	<p>【*関東煮】</p> <p>大根(40) さといも(25)</p> <p>⑦がんもどき(25)</p> <p>にんじん(10) こんにゃく(10) ちくわ(20) 昆布(1)</p> <p>●⑦しょうゆ(5)</p> <p>砂糖(1)</p> <p>本みりん(1) むろ削り(2)</p>
	フライ缶	<p>【愛知のれんこん入り つくね】</p> <p>れんこん入り つくね 2個(40)</p> <p>《れんこん入りつくね》</p> <p>⑧鶏肉 れんこん たまねぎ</p> <p>⑦粒状大豆たん白</p> <p>③⑦⑧⑩調味料等</p>	<p>【ポテトサラダ】</p> <p>じゃがいも(30)</p> <p>まぐろ油漬け(10) きゅうり(10) にんじん(5) 卵なしマヨネーズ(6) 米酢(0.5) 砂糖(0.5) こしょう(0.03)</p> <p>《卵なしマヨネーズ》</p> <p>⑦大豆粉</p> <p>⑦粉末状植物性たん白 調味料等</p>	<p>【チャプチェ】</p> <p>⑩豚肉(20)</p> <p>たまねぎ(20) にんじん(5) 黄パプリカ(5) はるさめ(4) にら(3)</p> <p>④白ごま(1) にんにく(0.1)</p> <p>●⑦しょうゆ(2.5)</p> <p>本みりん(1)</p> <p>酒(1)</p> <p>●⑦⑬</p> <p>オイスターソース(0.8) 砂糖(0.5)</p> <p>④ごま油(0.3)</p>
あえ物・果物	<p>【もやしとひじきの 和え物】</p> <p>もやし(20) 小松菜(12)</p> <p>味付けひじき(3)</p> <p>《味付けひじき》 ひじき</p> <p>●⑦調味料等</p>			<p>【キャベツと にんじんの和え物】</p> <p>キャベツ(25) にんじん(3) 和風ドレッシング (2.5)</p>
その他			<p>【バナナチップス】</p> <p>バナナチップス 1袋(10)</p> <p>《バナナチップス》</p> <p>⑨バナナ</p> <p>⑮調味料等</p>	<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>

()内は純使用量 単位：グラム