

令和6年度 12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	12月2日(月)	12月3日(火)	12月4日(水)	12月5日(木)	12月6日(金)
主食	ごはん	ごはん	ごはん	◎●⑦くろロールパン	麦ごはん
牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳
食缶	<p>【ジャーチャンドウフ】</p> <p>たまねぎ(45)</p> <p>⑦生揚げ(45)</p> <p>⑩豚肉(30)</p> <p>にんじん(15)</p> <p>ねぎ(7)</p> <p>しいたけ(0.5)</p> <p>しょうが(0.5)</p> <p>●⑦しょうゆ(5)</p> <p>⑦豆みそ(2.5)</p> <p>砂糖(2)</p> <p>豆板醤(0.1)</p> <p>でん粉(1.2)</p>	<p>【肉じゃが】</p> <p>じゃがいも(90)</p> <p>たまねぎ(40)</p> <p>こんにやく(20)</p> <p>にんじん(20)</p> <p>⑩豚肉(15)</p> <p>グリーンピース(4)</p> <p>●⑦しょうゆ(4.5)</p> <p>砂糖(3)</p> <p>本みりん(1)</p> <p>塩(0.2)</p> <p>こしょう(0.02)</p>	<p>【豆乳汁】</p> <p>⑦豆腐(30)</p> <p>⑦豆乳(25)</p> <p>じゃがいも(25)</p> <p>大根(10)</p> <p>えのきたけ(10)</p> <p>ねぎ(10)</p> <p>にんじん(10)</p> <p>⑦合わせみそ(9)</p> <p>むろ削り(4)</p> <p>本みりん(0.5)</p>	<p>【*白いんげんとコーンのポタージュ】</p> <p>たまねぎ(30)</p> <p>白いんげん豆</p> <p>ペースト(30)</p> <p>とうもろこし(15)</p> <p>にんじん(15)</p> <p>⑧鶏肉(10)</p> <p>マッシュルーム(10)</p> <p>ホワイトルウ</p> <p>[えがお](5)</p> <p>⑦⑩洋風だしの素(1.5)</p> <p>塩(0.4)</p> <p>こしょう(0.01)</p>	<p>【*大根と豚肉の煮物】</p> <p>大根(50)</p> <p>⑩豚肉(40)</p> <p>さといも(30)</p> <p>にんじん(20)</p> <p>さやいんげん(5)</p> <p>●⑦しょうゆ(5)</p> <p>砂糖(2.5)</p> <p>酒(2)</p> <p>本みりん(1)</p> <p>和風だしの素(1)</p>
フライ缶	<p>【バンバンジーサラダ】</p> <p>きゅうり(30)</p> <p>⑧サラダチキン(20)</p> <p>とうもろこし(10)</p> <p>にんじん(5)</p> <p>④白ねりごま(3)</p> <p>④白すりごま(1)</p> <p>●⑦しょうゆ(1.8)</p> <p>砂糖(1.5)</p> <p>米酢(1)</p> <p>④ごま油(0.5)</p>	<p>【わかさぎとれんこんの揚げもの】</p> <p>わかさぎから揚げ(30)</p> <p>れんこん(10)</p> <p>塩(0.1)</p> <p>米油(4)</p>	<p>【切り干し大根のソースいため】</p> <p>キャベツ(20)</p> <p>⑩豚肉(20)</p> <p>にんじん(10)</p> <p>切り干し大根(3)</p> <p>青のり粉(0.03)</p> <p>中濃ソース(4.8)</p> <p>ソース(1.85)</p> <p>塩(0.15)</p> <p>こしょう(0.02)</p> <p>米油(0.5)</p>	<p>【いかナゲット】</p> <p>いかナゲット</p> <p>2個(40)</p> <p>米油(4)</p> <p>《いかナゲット》</p> <p>①いか</p> <p>たちうお</p> <p>⑦大豆粉</p> <p>⑦粉末状大豆たん白</p> <p>●パン粉</p> <p>●小麦粉</p> <p>⑩調味料等</p>	<p>【さば銀紙焼き】</p> <p>さば銀紙焼き</p> <p>1個(50)</p> <p>《さば銀紙焼き》</p> <p>⑥さば</p> <p>⑦調味料等</p>
あえ物・果物	<p>【りんご】</p> <p>⑬りんご 1個(40)</p>	<p>【ブロッコリーのおかか和え】</p> <p>ブロッコリー(20)</p> <p>花かつお(0.2)</p> <p>●⑦しょうゆ(1)</p> <p>砂糖(0.3)</p>		<p>【コールスロー】</p> <p>キャベツ(30)</p> <p>コールスロー</p> <p>ドレッシング(3)</p>	<p>【白菜のたくあん和え】</p> <p>はくさい(30)</p> <p>たくあん漬(8)</p> <p>《たくあん漬》</p> <p>大根</p> <p>●⑦調味料等</p>
その他			<p>【ぶどうゼリー】</p> <p>ぶどうゼリー</p> <p>1個(80)</p>		<p>【ココア牛乳のもと】</p> <p>ココア牛乳のもと</p> <p>1個(12.5)</p> <p>《ココア牛乳のもと》</p> <p>ココアパウダー</p> <p>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	12月9日(月)	12月10日(火)	12月11日(水)	12月12日(木)	12月13日(金)
主食	ごはん	麦ごはん	麦ごはん	わかめごはん	●ソフトめん
牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎はっこう乳
食缶	【けんちん汁】 ⑦豆腐(25) 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)	【八宝菜】 はくさい(45) たまねぎ(40) ①いか(20) にんじん(20) ⑩豚肉(20) 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) 砂糖(0.5) 塩(0.1) こしょう(0.03) でん粉(1)	【*高野豆腐のうま煮】 たまねぎ(35) じゃがいも(25) にんじん(10) ⑧鶏肉(10) かまぼこ(10) ⑦枝豆(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) でんぷん(0.5)	【のっぺ】 さといも(40) 大根(25) ⑧鶏肉(20) こんにゃく(20) にんじん(15) ごぼう(10) しいたけ(1) ●⑦しょうゆ(4.6) 本みりん(1.1) 塩(0.2) でん粉(0.6) むろ削り(1.5)	【*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) 《トマトルウ》 ●小麦粉 ●⑦⑩調味料等
	フライ缶	【肉みそひじき丼の具】 たまねぎ(30) ⑩豚肉(30) にんじん(10) 米ひじき(1.5) しょうが(1) ⑦豆みそ(4) 砂糖(2.5) 酒(2) 本みりん(1.5) ●⑦しょうゆ(1) でん粉(0.5)	【春巻き】 春巻き 1個(50) 米油(5) 《春巻き》 ⑩豚肉 キャベツ もやし にんじん ●小麦粉 ●④⑦調味料等	【れんこんとツナの炒めもの】 れんこん(30) まぐろ油漬(14) にんじん(5) さやいんげん(3) ●⑦しょうゆ(3) 本みりん(1.5) 砂糖(0.8) ④ごま油(0.5)	【ちくわのいそべ揚げ】 ちくわ 2個(40) ●小麦粉(3) でん粉(1) 青のり粉(0.12) 米油(4.52)
あえ物・果物		【にんじんのナムル】 にんじん(20) キャベツ(10) ④白すりごま(1) ●⑦うす口しょうゆ(1) 砂糖(0.5) 米酢(0.5) ④ごま油(0.3)	【みかん】 みかん 1個(120)	【もやしの和え物】 もやし(25) ⑦油揚げ(2) ④白すりごま(1) ●⑦しょうゆ(1) 砂糖(0.6)	
その他	【ヨーグルト】 ◎ヨーグルト 1個(80)				

() 内は純使用量 単位：グラム

日	12月16日(月)	12月17日(火)	12月18日(水)	12月19日(木)	12月20日(金)			
主食	ごはん	麦ごはん	ごはん	麦ごはん	◎●⑦クロスロールパン			
牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳			
食 缶	<p>【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】 (14) ソース(2.5) 野菜ブイヨン(1) トマトケチャップ (2) ●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】 たまねぎ(30) たけのこ(15) ①いか(15) ⑩豚肉(10) にんじん(10) チンゲンサイ(10) はるさめ(3.5) ⑧チキンブイヨン (5.5) 酒(2.2) ●⑦うす口しょうゆ (1.35) ●⑦⑧チキンコンソメ (1.3) 塩(0.22) こしょう(0.02)</p>	<p>【ひきずり】 はくさい(40) ⑧鶏肉(30) ⑦焼き豆腐(25) こんにやく(20) ねぎ(20) にんじん(10) ぶなしめじ(10) ●⑦しょうゆ(6) 砂糖(3) 本みりん(1) 酒(1)</p>	<p>【かぼちゃ入りみそ汁】 かぼちゃ団子(20) ⑦豆腐(20) かぼちゃ(15) 大根(10) ⑧鶏肉(10) 小松菜(8) ⑦油揚げ(3) ⑦合わせみそ(9) むろ削り(3)</p>	<p>【*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) にんじん(15) ⑩ベーコン(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(2.5) 塩(0.4) こしょう(0.03) ローリエ(0.02)</p>			
	フ ラ イ 缶	<p>【ブロッコリーと ツナのサラダ】 ブロッコリー(20) きゅうり(15) まぐろ油漬け(10) とうもろこし(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)</p>	<p>【*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)</p>	<p>【たらの野菜あんかけ】 たら角切粉付き(40) 米油(4) たまねぎ(10) にんじん(3) ●⑦しょうゆ(2) 砂糖(1.7) 酒(1) でん粉(0.3)</p>	<p>【いわしの梅煮】 いわしの梅煮 1尾(40) 《いわしの梅煮》 いわし しそ抽出液 ●⑦調味料等</p>	<p>【フライドチキン】 フライドチキン 1個(40) 米油(4) 《フライドチキン》 ⑧鶏肉 コーン粉末 ⑦植物性たん白 ●小麦粉 ⑦ガーリックパウダー ●⑦調味料等</p>		
		あ え 物 ・ 果 物				<p>【白菜とほうれん草の ゆず和え】 はくさい(30) ほうれん草(5) ●⑦しょうゆ(1.2) 砂糖(0.3) ゆず果汁(0.3)</p>	<p>【にんじんサラダ】 にんじん(20) キャベツ(5) まぐろ油漬け(3) マリネドレッシング (2) 塩(0.05) こしょう(0.01)</p>	
			そ の 他	<p>【型抜きチーズ】 ◎型抜きチーズ 1個(15)</p>	<p>【バナナチップス】 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>【ブルー】 ブルー 1袋(20)</p>	<p>【セレクトデザート】 ⑦米粉のいちごケーキ 1個(28) カスタードプリン 1個(70) 《カスタードプリン》 ○液卵 ◎生乳 ◎乳製品 ○卵黄 調味料等</p>

() 内は純使用量 単位：グラム