

令和6年度 1月アレルギー献立表(卵・乳・えび・かにアレルギー給食)

中学校ー1

日	1月8日(水)	1月9日(木)	1月10日(金)	1月14日(火)	1月15日(水)
主食	ごはん	麦ごはん	◎●⑦レーズン ロールパン	麦ごはん	ごはん
牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳
食缶	【えがおの カレーシチュー】 たまねぎ(52) じゃがいも(45.5) ⑩豚肉(26) にんじん(19.5) マッシュルーム(6.5) にんにく(0.13) カレールウ 【えがお】(18.2) ソース(3.25) トマトケチャップ (2.6) 野菜ブイヨン(1.3) ●⑦しょうゆ(0.65) 純カレー(0.13) 塩(0.13) こしょう(0.03)	【雑煮】 餅(39) はくさい(26) 小松菜(13) 梅かまぼこ(13) しいたけ(1.3) ●⑦しょうゆ(5.2) 本みりん(1.3) 花かつお(0.65) 塩(0.26) むろ削り(5.2)	【*ポトフ】 じゃがいも(52) キャベツ(52) たまねぎ(32.5) にんじん(19.5) ⑩ベーコン(26) エリンギ(10.4) ●⑦⑧チキンコンソメ (1.95) 白ワイン(1.3) ●⑦しょうゆ(1.3) 塩(0.07) こしょう(0.03)	【大根と豚肉の煮物】 大根(71.5) さといも(45.5) ⑩豚肉(26) ⑦生揚げ(26) にんじん(26) ●⑦しょうゆ(6.5) 砂糖(3.25) 酒(2.6) 本みりん(1.3) むろ削り(2.6)	【*春雨スープ】 たまねぎ(39) ⑧鶏肉(26) たけのこ(19.5) にんじん(19.5) チンゲンサイ(19.5) はるさめ(4.55) ⑧チキンブイヨン (7.15) 酒(2.86) ●⑦うす口しょうゆ (1.76) ●⑦⑧チキンコンソメ (1.69) 塩(0.29) こしょう(0.03)
	フライ缶	【ツナサラダ】 キャベツ(26) きゅうり(26) まぐろ油漬(13) とうもろこし(6.5) にんじん(3.9) 砂糖(1.3) ワインビネガー(1.3) ●⑦しょうゆ(1.04) オリーブ油(0.65) 塩(0.13) こしょう(0.03)	【ぶりフライ】 ぶりフライ 1個(60) 米油(6) 《ぶりフライ》 ぶり ●⑦パン粉 ●小麦粉	【花野菜サラダ】 ブロッコリー(22) ⑧サラダチキン(13) カリフラワー(13) きゅうり(13) にんじん(6.5) 砂糖(1.95) 米酢(1.95) ●⑦しょうゆ(1.04) サラダ油(0.78) 塩(0.13) こしょう(0.03)	【ちくわの お好み揚げ】 ちくわ 3個(60) ●小麦粉(3.9) でん粉(1.3) しょうが酢漬け (0.65) 青のり粉(0.16) 米油(6.6)
あえ物・果物	【りんご】 ⑬りんご 1個(40)	【紅白なます】 にんじん(6.5) 切り干し大根(2.86) 砂糖(1.56) 米酢(1.56) ●⑦うす口しょうゆ (1.04) 塩(0.13)		【もやしとひじきの 和え物】 もやし(31.2) 小松菜(10.4) 味付けひじき(3.9) ④白ごま(1.3) 《味付けひじき》 ひじき ●⑦調味料等	
その他		【黒豆】 ⑦黒豆 1袋(5)	【コーヒー牛乳のもと】 コーヒー牛乳のもと 1個(12.5)		

() 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	1月16日(木)	1月17日(金)	1月20日(月)	1月21日(火)	1月22日(水)
主食	麦ごはん	◎●⑦サンドイッチ ロールパン	麦ごはん	◎●⑦クロスロールパン	麦ごはん
牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎はっこう乳	◎牛乳	◎牛乳
食缶	<p>【*高野豆腐のうま煮】</p> <p>たまねぎ(45.5) じゃがいも(45.5)</p> <p>⑧鶏肉(39) にんじん(13) さやいんげん(6.5)</p> <p>⑦高野豆腐(9.1) ●⑦しょうゆ(5.2)</p> <p>砂糖(2.6) 本みりん(1.3) 塩(0.26) むろ削り(3.25) でん粉(0.65)</p>	<p>【*じゃがいもスープ】</p> <p>たまねぎ(52) じゃがいも(52)</p> <p>マッシュポテト(26) にんじん(19.5)</p> <p>⑩ベーコン(13) エリンギ(6.5) パセリ(0.07)</p> <p>⑦豆乳(39)</p> <p>⑦⑩洋風だしの素(3)</p> <p>塩(0.52) こしょう(0.04)</p>	<p>【トポギスープ】</p> <p>たまねぎ(32.5) トポギ(26)</p> <p>⑧鶏肉(26) にんじん(13) ねぎ(6.5) とうもろこし(6.5) 黒きくらげ(0.13)</p> <p>⑧⑩中華ガラスープの素(4.55)</p> <p>●⑦しょうゆ(1.56)</p> <p>酒(1.3) 塩(0.13) こしょう(0.04)</p>	<p>【*マカロニのクリーム煮】</p> <p>たまねぎ(52)</p> <p>⑩ポークウインナー(19.5) にんじん(19.5) 白いんげん豆(13)</p> <p>●マカロニ(9.1) 塩(0.13)</p> <p>⑦枝豆(6.5)</p> <p>マッシュルーム(6.5)</p> <p>⑦豆乳(26) ホワイトルウ [えがお](7.8)</p> <p>⑦⑩洋風だしの素(2.2) 塩(0.39) こしょう(0.05)</p>	<p>【ちゃんこ汁】</p> <p>肉団子(39) はくさい(32.5)</p> <p>⑦生揚げ(26) しらたき(19.5) もやし(13) えのきたけ(13) にら(7.8)</p> <p>⑧⑩中華ガラスープの素(3.9)</p> <p>●⑦しょうゆ(1.3)</p> <p>酒(1.3) 塩(0.13)</p> <p>《肉団子》 ⑧鶏肉 たまねぎ キャベツ でん粉 ⑦植物性たん白 ⑦⑧調味料等</p>
フライ缶	<p>【おひたし】</p> <p>もやし(32.5) キャベツ(13) にんじん(6.5) ほうれん草(6.5) かまぼこ(6.5) しらす干し(2.6)</p> <p>④白すりごま(1.3) ④白ごま(1.3) ●⑦しょうゆ(1.95) 砂糖(1.56) 米酢(0.78)</p>	<p>【チキンナゲット】</p> <p>チキンナゲット 3個(60) 米油(5.2)</p> <p>《チキンナゲット》 ⑧鶏肉 ⑦調味料等</p>	<p>【揚げぎょうざ】</p> <p>ぎょうざ 3個(54) 米油(5.4)</p> <p>《ぎょうざ》 キャベツ ⑩豚肉 ⑦粒状大豆たん白 ●小麦粉 ●④⑦⑩調味料等</p>	<p>【切り干し大根とチキンのサラダ】</p> <p>⑧サラダチキン(15.6)</p> <p>きゅうり(13) キャベツ(13) とうもろこし(10.4) 切り干し大根(3.64)</p> <p>④白すりごま(2.6) ●⑦しょうゆ(2.6) 米酢(1.3) 砂糖(1.3) サラダ油(0.65)</p>	<p>【肉野菜炒め】</p> <p>③牛肉(39)</p> <p>たまねぎ(26) 黄パプリカ(13) 赤パプリカ(13) にんじん(10.4) ねぎ(6.5) にんにく(0.26)</p> <p>④白ごま(1.3) ●⑦しょうゆ(3.9) 酒(2.8) 砂糖(2.2) 米油(0.6) でん粉(0.6)</p>
あえ物・果物		<p>【ミニサラダ】</p> <p>キャベツ(32.5) にんじん(3.9) コンクリーマー ドレッシング(3.25)</p>	<p>【ブロッコリーのナムル】</p> <p>ブロッコリー(32.5) ●⑦しょうゆ(1.3) 砂糖(0.65) 米酢(0.65) ④ごま油(0.39)</p>		
その他	<p>【型抜きチーズ】</p> <p>◎型抜きチーズ 1個(15)</p>	<p>【小袋ケチャップ】</p> <p>トマトケチャップ 1袋(8)</p>			<p>【ヨーグルト】</p> <p>◎ヨーグルト 1個(100)</p>

() 内は純使用量 単位：グラム

日	1月23日(木)	1月24日(金)	1月27日(月)	1月28日(火)	1月29日(水)
主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	わかめごはん
牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳	◎牛乳
食缶	<p>【あったかみそ トマトスープ】 ブロッコリー(39) ⑧鶏肉(26) たまねぎ(26) にんじん(19.5) にんにく(0.26) トマトジュース(15.6) ⑦合わせみそ(9.1) ⑧⑩中華ガラスープの素(2.6)</p>	<p>【えがおの ハヤシシチュー】 たまねぎ(52) じゃがいも(45.5) ⑩豚肉(26) にんじん(13) マッシュルーム(10.4) にんにく(0.39) ハヤシルウ [えがお](13) トマトピューレ(13) トマトケチャップ(6.5) ソース(2.6) 赤ワイン(1.3) 野菜ブイヨン(0.65) 砂糖(0.13) 塩(0.13) こしょう(0.03)</p>	<p>【煮みそ】 大根(39) さといも(39) ⑩豚肉(26) ⑦生揚げ(26) こんにゃく(19.5) にんじん(19.5) ねぎ(13) 昆布(1.3) ⑦豆みそ(9.1) 砂糖(2.6) 酒(1.3) むろ削り(1.3)</p>	<p>【ひきずり】 はくさい(52) ⑧鶏肉(39) ⑦焼き豆腐(32.5) こんにゃく(26) ねぎ(26) にんじん(13) ぶなしめじ(13) ●⑦しょうゆ(7.8) 砂糖(3.9) 本みりん(1.3) 酒(1.3)</p>	<p>【ごじる】 ⑦豆腐(26) 大根(26) ⑦大豆(19.5) ごぼう(19.5) ねぎ(13) にんじん(13) ⑦豆乳(19.5) ⑦合わせみそ(11.7) 酒(2.6) むろ削り(5.2)</p>
フライ缶	<p>【コロッケ】 コロッケ 1個(60) 米油(6) 《コロッケ》 じゃがいも たまねぎ ③牛肉 ●パン粉</p>	<p>【愛知のにんじん入りごぼうサラダ】 ごぼう(13) まぐろ油漬け(13) きゅうり(13) とうもろこし(13) にんじん(10.4) ④白ねりごま(2.6) ④白すりごま(1.95) ●⑦しょうゆ(2.6) 砂糖(1.95) 米酢(1.95) ④ごま油(1.04)</p>	<p>【白ごまつくね】 白ごまつくね 3個(60) 《白ごまつくね》 ⑧鶏肉 たまねぎ ④白ごま ●パン粉 ⑦粒状大豆たん白 ●⑦⑩調味料等</p>	<p>【*さばのおろし煮】 さばのおろし煮 1個(50) 《さばのおろし煮》 ⑥さば ●⑦調味料等</p>	<p>【愛知笑顔の五目炒め】 ⑩豚肉(32.5) キャベツ(26) れんこん(19.5) にんじん(13) たまねぎ(13) ●⑦しょうゆ(2.6) ●⑦⑩オイスターソース(2.6) 砂糖(1.56) 酒(1.3)</p>
あえ物・果物	<p>【マリネサラダ】 にんじん(26) もやし(6.5) マリネドレッシング(3.9) 塩(0.06) こしょう(0.02)</p>		<p>【れんこんの梅和え】 れんこん(19.5) 梅びしお(1.95) ●⑦しょうゆ(0.39) 砂糖(0.26) 《梅びしお》 梅 梅肉 赤じそ ⑬調味料等</p>	<p>【キャベツのさっぱり漬け】 キャベツ(32.5) ●⑦しょうゆ(1.56) 砂糖(0.65) 米酢(0.39) レモン果汁(0.26) ④ごま油(0.26)</p>	
その他	<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>【愛知のみかんゼリー】 愛知のみかんゼリー 1個(60)</p>			<p>【ういろう】 ういろう 1個(30)</p>

() 内は純使用量 単位：グラム

(卵・乳・えび・かにアレルギー給食)

日	1月30日(木)	1月31日(金)
主食	●きしめん	ごはん
牛乳	◎牛乳	◎牛乳
食缶	<p>【きしめんの汁】</p> <p>⑧鶏肉(26) 大根(13) ねぎ(13) 小松菜(13) かまぼこ(13) にんじん(13)</p> <p>⑦油揚げ(3.9) しいたけ(1.3)</p> <p>●⑦しょうゆ(8.45) 本みりん(1.3) 塩(0.39) でん粉(0.78) むろ削り(5.2)</p>	<p>【おとしこし】</p> <p>大根(52) さといも(39) にんじん(26) れんこん(19.5) ちくわ(19.5)</p> <p>⑦油揚げ(6.5)</p> <p>●⑦しょうゆ(6.5) 砂糖(1.3) 本みりん(1.3) 塩(0.26) むろ削り(1.95)</p>
フライ缶	<p>【ニギスフライ】</p> <p>ニギスフライ 1尾(50) 米油(5)</p> <p>《ニギスフライ》 ニギス</p> <p>●パン粉 ●小麦粉</p>	<p>【いわしのしょうが煮】 いわしのしょうが煮 1尾(50)</p> <p>《いわしのしょうが煮》 いわし</p> <p>●⑦調味料等</p>
あえ物・果物	<p>【きゅうりの塩昆布和え】 きゅうり(32.5) にんじん(3.9) 塩昆布(1.56)</p> <p>《塩昆布》 昆布</p> <p>●⑦調味料等</p>	<p>【白菜のおかか和え】</p> <p>はくさい(39) にんじん(6.5)</p> <p>●⑦しょうゆ(1.3) 砂糖(0.39) 花かつお(0.26)</p>
その他		<p>【節分豆】 ⑦節分豆 1袋(5)</p>

()内は純使用量 単位：グラム