

令和6年度 3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-1

| 日 | 3月3日(月) | 3月4日(火) | 3月5日(水) | 3月6日(木) | 3月7日(金) 1~5年生 (6年生は4ページに記載) |
|--------|--|---|--|---|--|
| 主食 | 麦ごはん | ◎●⑦クロスロールパン | 麦ごはん | ごはん | ごはん |
| 牛乳 | ◎牛乳 | ◎牛乳 | ◎牛乳 | ◎牛乳 | ◎牛乳 |
| 食缶 | 【ジャーチャン ドゥフ】 たまねぎ(45) ⑦生揚げ(40) ⑩豚肉(30) 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(1.2) | 【野菜スープ】 じゃがいも(20) たまねぎ(20) ⑧鶏肉(20) もやし(10) にんじん(10) エリンギ(10) パセリ(0.5) 白ワイン(2) 野菜ブイヨン(1.5) ●⑦しょうゆ(0.8) オリーブ油(0.5) 塩(0.2) こしょう(0.02) ローリエ(0.02) | 【大根と豚肉の煮物】 大根(55) さといも(35) ⑩豚肉(20) こんにゃく(15) にんじん(15) 昆布(0.5) ●⑦しょうゆ(5) 砂糖(2.5) 酒(2) 本みりん(1) むろ削り(2) | 【*みつば入り すまし汁】 ⑦豆腐(35) ⑧鶏肉(20) たまねぎ(20) かまぼこ(15) にんじん(5) えのきたけ(5) みつば(3) ●⑦しょうゆ(4) 塩(0.3) むろ削り(3) | 【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](13) 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) |
| | フライ缶 | 【*いかなゲット】 いかなゲット 2個(40) 米油(4) 《いかなゲット》 ①いか たちうお ⑦大豆粉 ⑦粉末状大豆たん白 ●パン粉 ●小麦粉 ⑩調味料等 | 【やきそば】 キャベツ(30) 油そば(30) ⑩豚肉(20) ①いか(10) にんじん(10) しょうが酢漬(0.3) 青のり粉(0.05) 中濃ソース(6.5) ソース(2.5) 塩(0.2) こしょう(0.02) 《油そば》 ●小麦粉 ⑦調味料等 | 【さば銀紙焼き】 さば銀紙焼き 1個(50) 《さば銀紙焼き》 ⑥さば ⑦調味料等 | 【肉野菜いため】 ⑩豚肉(35) たまねぎ(15) にんじん(10) もやし(10) にら(3) しょうが(0.8) にんにく(0.2) ●⑦しょうゆ(2.8) 酒(2) 砂糖(1.5) 米油(0.5) でん粉(0.5) |
| あえ物・果物 | 【ブロッコリーと 塩昆布の中華和え】 ブロッコリー(23) 塩昆布(1.2) ④ごま油(0.3) 《塩昆布》 昆布 ●⑦調味料等 | 【オレンジ】 ②オレンジ 1個(60) | 【キャベツの ゆかり和え】 キャベツ(25) ゆかり粉(0.5) | | |
| その他 | 【ひしもち】 ひしもち 1個(35) 《ひしもち》 もち粉 ⑦調味料等 | | | 【きらず揚げ】 きらず揚げ 1袋(8) 《きらず揚げ》 ●小麦粉 ⑦おからパウダー 調味料等 | 【あまなつゼリー】 あまなつゼリー 1個(40) |

() 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 | 3月10日(月) | 3月11日(火) | 3月12日(水) | 3月13日(木) | 3月14日(金) |
|--------|--|---|---|--|---|
| 主食 | ごはん | わかめごはん | 麦ごはん | ◎●⑦スライスパン | ●中華めん |
| 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大豆(15) ごぼう(15) ねぎ(10) にんじん(10) ⑦豆乳(15) ⑦合わせみそ(9) 酒(2) むろ削り(4) | 【だご汁】 ●すいとん(30) はくさい(20) ⑩豚肉(12) 大根(10) にんじん(10) ねぎ(8) ぶなしめじ(5) ●⑦しょうゆ(4) 塩(0.3) むろ削り(3) | 【じゃがいもの そぼろ煮】 じゃがいも(90) たけのこ(20) ⑦生揚げ(20) にんじん(15) ⑧鶏肉(15) ⑦枝豆(5) ●⑦しょうゆ(5) 砂糖(3) 本みりん(1) 塩(0.2) こしょう(0.02) | 【大豆とウインナーの トマト煮】 たまねぎ(40) ⑦大豆(35) じゃがいも(20) にんじん(15) トマト(15) ⑩ポークウインナー (15) とうもろこし(5) セロリ(2) にんにく(0.3) トマトジュース(10) トマトケチャップ(7) ソース(2) 砂糖(1) ⑦⑩洋風だしの素(1) 赤ワイン(1) 塩(0.4) こしょう(0.04) | 【しょうゆラーメンの スープ】 もやし(15) ⑩豚肉(15) なると(10) とうもろこし(10) ねぎ(10) たけのこ(10) にんじん(10) わかめ(0.4) 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) |
| フライ缶 | 【まぐろの甘辛煮】 まぐろ油漬け(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) | 【鶏肉とレバーの 照り煮】 ⑧鶏肉(20) でん粉(4) ⑧鶏レバー打粉付き (13) 米油(3.7) たまねぎ(15) じゃがいも(10) ●⑦しょうゆ(3.5) 砂糖(3) 本みりん(1) | 【ひじきサラダ】 ほうれん草(14) まぐろ油漬け(12) にんじん(7) とうもろこし(7) ④白ねりごま(5) 米ひじき(1.5) ●⑦しょうゆ(2) 米酢(1.5) 砂糖(1) 塩(0.1) | 【コールスロー サラダ】 キャベツ(30) とうもろこし(12) きゅうり(10) ⑧サラダチキン(10) にんじん(2) ●⑦しょうゆ(1.2) 砂糖(1) ワインビネガー(0.8) サラダ油(0.5) 塩(0.1) こしょう(0.02) | 【愛知の 野菜入り春巻き】 春巻き 1個(50) 米油(5) 《春巻き》 キャベツ れんこん ⑧鶏肉 にんじん ●小麦粉 ●④⑦調味料等 |
| あえ物・果物 | 【きざみたくあん】 たくあん漬け(13) 《たくあん漬け》 大根 ●⑦調味料等 | | | | 【にんじんと ほうれん草のナムル】 にんじん(20) ほうれん草(10) 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) | 【ヨーグルト】 ◎ヨーグルト 1個(80) | 【野菜ふりかけ】 野菜ふりかけ 1袋(1.2) | 【みかんジャム】 みかんジャム 1袋(15) | |

() 内は純使用量 単位：グラム

| 日 | 3月17日(月) | 3月18日(火) | 3月21日(金) |
|--------|---|---|--|
| 主食 | 麦ごはん | ごはん | ごはん |
| 牛乳 | ◎牛乳 | ◎牛乳 | ◎はっこう乳 |
| 食缶 | 【白菜といか団子のスープ】 はくさい(40) ①いか団子(25) にんじん(10) ねぎ(6) ⑧⑩中華ガラ スープの素(3) ●⑦しょうゆ(0.5) 塩(0.5) こしょう(0.05) でん粉(1) | 【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) | 【えがおの ハヤシチュー】 たまねぎ(40) じゃがいも(35) ⑩豚肉(20) にんじん(10) マッシュルーム(8) にんにく(0.3) ハヤシルウ [えがお](10) トマトピューレ(10) トマトケチャップ(5) ソース(2) 赤ワイン(1) 野菜ブイヨン(0.5) 砂糖(0.1) 塩(0.1) こしょう(0.02) |
| フライ缶 | 【*ピビンパの具】 もやし(20) とうもろこし(10) ③牛肉(30) 小松菜(10) 切り干し大根(2) にんにく(0.2) 砂糖(3) ●⑦しょうゆ(2.5) ⑦コチジャン(1.5) ⑦⑧⑩⑬ 中華だしの素(1) こしょう(0.02) | 【ヒレカツ】 ヒレカツ 1個(40) 米油(4) 《ヒレカツ》 ⑩豚ヒレ肉 ●パン粉 ⑦大豆たん白 調味料等 | 【コーンサラダ】 とうもろこし(20) キャベツ(15) まぐる油漬(12) きゅうり(5) にんじん(3) ④白すりごま(2) ●⑦しょうゆ(1.2) 砂糖(1) ワインビネガー(1) サラダ油(0.5) 塩(0.1) こしょう(0.02) |
| あえ物・果物 | | 【ボイルキャベツ】 キャベツ(30) 塩(0.5) | |
| その他 | 【プルーン】 プルーン 1袋(20) | 【小袋中濃ソース】 ⑦⑬中濃ソース 1袋(8) 【ガトーショコラ】 ⑦ガトーショコラ 1個(30) | 【いわしの干し小魚】 いわしの干し小魚 1袋(5) |

() 内は純使用量 単位：グラム

| | | |
|--------|--|---|
| 日 | 3月7日(金) 6年生お楽しみ給食 | |
| 主食 | ごはん | |
| 牛乳 | ◎牛乳 | |
| 食缶 | 【えがおのカレーシチュー】 たまねぎ(48) じゃがいも(42) ⑩豚肉(18) にんじん(18) マッシュルーム(6) にんにく(0.12) カレールウ[えがお](15.6) ソース(3) 野菜ブイヨン(1.2) トマトケチャップ(2.4) ●⑦しょうゆ(0.6) 純カレー(0.12) 塩(0.12) こしょう(0.02) | |
| フライ缶 | 【鶏肉のから揚げ】 ⑧鶏肉 1個(50) しょうが(0.4) ●⑦しょうゆ(2) 酒(1) でん粉(4) ●小麦粉(1) 米油(5.8) | 【れんこんチップス】 れんこん(30) 米油(3) 塩(0.02) |
| あえ物・果物 | 【菜花のサラダ】 キャベツ(25) 菜花(15) まぐろ油漬(10) きゅうり(8) 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) | |
| その他 | 【あまなつゼリー】 あまなつゼリー 1個 (40) | |

() 内は純使用量 単位：グラム