

# アレルギー等対応詳細献立表

7月1日(金)

※が付いている「小麦」は調味料に含まれる小麦です。

通常食				アレルギー等対応食			
料理名/食材名	小学校	中学校	アレルギー	対応食名	小学校	中学校	アレルギー
<b>■ごはん</b>							
精白米	70.00	100.00					
<b>■牛乳</b>							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
<b>■野菜ふりかけ(中学生のみ)</b>							
野菜ふりかけ	0.00	1.20	酒類				
<b>■モウカザメのスタミナ焼き</b>				<b>★モウカザメの塩にんにく焼き</b>			
モウカ 切り身 無塩	50.00	60.00		モウカ 切り身 無塩	50.00	60.00	
焼き肉のたれ	5.00	6.00	小麦※、大豆	食塩	0.10	0.12	
			りんご、レモン果汁	おろししょうが	0.20	0.24	
			ごま、酒類	おろしにんにく	0.30	0.36	
			とうがらし	中華味	0.20	0.24	鶏肉、大豆
<b>■ごま和え</b>				<b>★あっさり漬け</b>			
(冷) ほうれん草 (ハラ凍)	15.00	18.00		きゅうり	15.00	18.00	
キャベツ	30.00	36.00		キャベツ	30.00	36.00	
にんじん	5.00	6.00		にんじん	5.00	6.00	
すりごま	3.00	3.60	ごま	あっさり漬けの素	0.40	0.48	乳
上白糖	2.00	2.40					
こいくちしょうゆ	2.00	2.40	小麦※、大豆				
<b>■ピリ辛みそ汁</b>				<b>★</b>			
調合サラダ油	1.00	1.00					
ぶた肉 小間	10.00	12.00	豚肉				
ささがきごぼう	10.00	12.00					
だいこん	20.00	24.00					
じゃがいも	20.00	24.00					
えのきだけ ほぐし	10.00	12.00					
根深ねぎ	10.00	12.00					
にら	5.00	6.00					
(冷) ミニ絹厚揚げ	20.00	30.00	大豆				
淡色辛みそ	3.50	3.50	大豆				
八丁みそ	2.00	2.00	大豆				
はくさい キムチ	10.00	17.00	小麦※、りんご 大豆、とうがらし				
水	120.00	120.00					

# アレルギー等対応詳細献立表

7月4日(月)

※が付いている「小麦」は調味料に含まれる小麦です。

通常食				アレルギー等対応食			
料理名/食材名	小学校	中学校	アレルゲン	対応食名	小学校	中学校	アレルゲン
<b>■ごはん</b>							
精白米	70.00	100.00					
<b>■牛乳</b>							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
<b>■メンチカツ</b>				<b>★マスのしょうがみそ焼き</b>			
メンチカツ	60.00	80.00	鶏肉、豚肉、小麦 大豆、卵つなぎ	マス 切り身 無塩	50.00	60.00	マス
				淡色辛みそ	2.00	2.40	大豆
大豆油	6.00	8.00	大豆	おろししょうが	0.30	0.36	
ウスターソース	2.50	2.50	トマト	水	2.00	2.40	
<b>■ゴーヤチャンプル</b>				<b>★ツナとイカのチャンプルー</b>			
ぶた肉 小間	30.00	35.00	豚肉	いか 短冊	30.00	35.00	イカ
調合サラダ油	0.50	0.60		調合サラダ油	0.50	0.60	
おろししょうが	0.20	0.24		おろししょうが	0.20	0.24	
合成清酒	0.50	0.60	酒類	おろしにんにく	0.20	0.24	
プチ豆腐	20.00	24.00	大豆	プチ豆腐	20.00	24.00	大豆
ゴーヤ スライス	10.00	12.00		ゴーヤ スライス	10.00	12.00	
もやし	10.00	12.00	もやし	(冷)こまつな (パラ凍)	10.00	12.00	
炒り玉子(チルド)	10.00	12.00	卵、小麦※、大豆	ツナ水煮 レトルト	10.00	12.00	ツナ
こいくちしょうゆ	2.00	2.40	小麦※、大豆	こいくちしょうゆ	2.00	2.40	小麦※、大豆
上白糖	2.00	2.40		上白糖	1.50	1.80	
和風だし	1.00	1.20		和風だし	1.00	1.20	
削り節	0.30	0.36		削り節	0.30	0.36	
<b>■もずくのみそ汁</b>				<b>★</b>			
だいこん	30.00	36.00					
にんじん	10.00	14.00					
えのきだけ ほぐし	10.00	14.00					
たまねぎ	30.00	36.00					
もずく カット	20.00	24.00	えびかにコンタミ				
(冷)あさり	10.00	12.00	あさり、かにコンタミ				
だしパック	1.40	1.40					
和風だし	0.50	0.50					
淡色辛みそ	3.50	3.50	大豆				
八丁みそ	2.00	2.00	大豆				
水	120.00	120.00					

# アレルギー等対応詳細献立表

7月5日(火)

※が付いている「小麦」は調味料に含まれる小麦です。

通常食				アレルギー等対応食			
料理名/食材名	小学校	中学校	アレルギー	対応食名	小学校	中学校	アレルギー
<b>■ブランコッペ</b>				<b>★小麦ブラン抜きパン</b>			
ブランコッペ	60.00	80.00	小麦、大豆、乳 小麦ブラン	小麦ブラン抜きパン	60.00	80.00	小麦、大豆、乳
<b>■牛乳</b>							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
<b>■チキントマトソース煮</b>				<b>★チキンと野菜のガーリック焼き</b>			
鶏もも 皮つき 2cm角	40.00	50.00	鶏肉	鶏もも 皮つき 2cm角	40.00	50.00	鶏肉
オリーブ油	0.50	0.60		オリーブ油	0.50	0.60	
おろしにんにく	0.30	0.36		おろしにんにく	0.30	0.36	
トマト角煮	10.00	12.00	トマト	しめじ ほぐし	10.00	12.00	
たまねぎ	10.00	12.00		たまねぎ	10.00	12.00	
さきエリンギ	10.00	12.00		さきエリンギ	10.00	12.00	
ピーマン	5.00	6.00		ピーマン	5.00	6.00	
トマトケチャップ	5.00	6.00	トマト	食塩	0.20	0.24	
無塩コンソメ	0.60	0.72		無塩コンソメ	0.50	0.60	
<b>■フレンチツナサラダ</b>				<b>★コーンサラダ</b>			
だいこん	20.00	24.00		だいこん	20.00	24.00	
(冷) フロッコリー ミニ	15.00	18.00		(冷) フロッコリー ミニ	15.00	18.00	
(冷) ホールコーン	5.00	6.00		(冷) ホールコーン	8.00	9.60	
(冷) パブリカダイス 赤	3.00	3.60		(冷) むきえだまめ	7.00	8.40	
ツナ水煮レトルト	7.00	8.40	ツナ				
穀物酢	3.00	3.60					
オリーブ油	0.50	0.60		フレンチ ドレッシング	4.00	4.80	大豆、レモン果汁
上白糖	1.00	1.20					
食塩	0.30	0.36					
黒こしょう	0.01	0.01		黒こしょう	0.01	0.01	
<b>■コンソメスープ</b>							
セロリー	2.00	2.40					
たまねぎ	30.00	36.00					
キャベツ	30.00	36.00					
じゃがいも	30.00	40.00					
(冷) こまつな (バラ凍)	15.00	20.00					
にんじん	10.00	12.00					
水	120.00	120.00					
無塩コンソメ	1.20	1.20					
スープストック	1.80	1.80					
食塩	0.20	0.20					
白こしょう	0.01	0.01					

# アレルギー等対応詳細献立表

7月6日(水)

※が付いている「小麦」は調味料に含まれる小麦です。

通常食				アレルギー等対応食			
料理名/食材名	小学校	中学校	アレルギー	対応食名	小学校	中学校	アレルギー
<b>■ごはん</b>							
精白米	70.00	100.00					
<b>■ジョア ブルーベリー</b>							
ジョア ブルーベリー	125.00	125.00	乳				
<b>■お魚ナゲット</b>				<b>★ホキのカリカリフライ</b>			
お魚ナゲット	40.00	60.00	イカ、アジ、イワシ ブリ、小麦、大豆 えびかにコンタミ 豚肉、酒類	ホキの カリカリフライ	40.00	60.00	
<b>■こんにゃく海そうサラダ</b>				<b>★こんにゃくサラダ</b>			
キャベツ	15.00	18.00		キャベツ	15.00	18.00	
(冷) ブロッコリー ミニ	15.00	18.00		(冷) ブロッコリー ミニ	15.00	18.00	
にんじん	5.00	6.00		(冷) ホールコーン	5.00	6.00	
海藻サラダのもと	1.00	1.20		サラダ用こんにゃく	10.00	12.00	
サラダ用こんにゃく	10.00	12.00					
和風ゆず ドレッシング	4.50	5.40	小麦※、大豆 ゆず果汁	たまねぎ ドレッシング	4.00	4.80	小麦※、大豆
削り節	0.30	0.36		削り節	0.30	0.36	
<b>■夏野菜カレー</b>				<b>★夏野菜ハヤシ</b>			
調合サラダ油	0.50	0.50		調合サラダ油	0.50	0.50	
おろししょうが	0.30	0.30		おろししょうが	0.30	0.30	
おろしにんにく	0.30	0.30		おろしにんにく	0.30	0.30	
鶏むね 皮なし 1.5角	30.00	40.00	鶏肉	鶏むね 皮なし 1.5角	30.00	40.00	鶏肉
たまねぎ	30.00	40.00		たまねぎ	30.00	40.00	
にんじん	10.00	12.00		にんじん	10.00	12.00	
じゃがいも	20.00	24.00		じゃがいも	20.00	24.00	
水	100.00	120.00		水	100.00	120.00	
なす	20.00	24.00		なす	20.00	24.00	
ピーマン	10.00	12.00		ピーマン	10.00	12.00	
かぼちゃ 1.5cmカット	20.00	30.00		かぼちゃ 1.5cmカット	20.00	30.00	
バーモントカレー	14.50	10.80	小麦、大豆、豚肉 乳、はちみつ バナナ、りんご トマト、カレー	アレルギー対応用 ハヤシルウ	15.00	15.00	
ディナーカレー	7.00	10.80	小麦、大豆、乳 豚肉、鶏肉、バナナ りんご、カレー				
ウスターソース	1.00	1.00	トマト	ウスターソース	1.00	1.00	トマト

# アレルギー等対応詳細献立表

7月7日(木)

※が付いている「小麦」は調味料に含まれる小麦です。

通常食				アレルギー等対応食			
料理名/食材名	小学校	中学校	アレルギー	対応食名	小学校	中学校	アレルギー
<b>■背割れコッペ</b>							
コッペパン背割り	50.00	70.00	小麦、大豆、乳				
<b>■牛乳</b>							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
<b>■チリコンカン</b>				<b>★厚揚げバジルソテー</b>			
調合サラダ油	0.50	0.60		調合サラダ油	0.50	0.60	
おろしにんにく	0.30	0.36		おろしにんにく	0.30	0.36	
豚ひき肉	15.00	18.00	豚肉	(冷) 鶏ひき肉	20.00	24.00	鶏肉
粒状大豆たんぱく	3.00	3.60	大豆				
オニオンソテー	5.00	6.00	大豆	(冷) フロッコリー ミニ	20.00	24.00	
ひよこまめゆで	15.00	18.00		(冷) むきえだまめ	5.00	6.00	
国産だいずゆで	10.00	12.00	大豆、水煮大豆	(冷) ミニ絹厚揚げ	20.00	24.00	大豆
金時豆 蒸し煮豆	10.00	12.00		にんじん	8.00	9.60	
トマトケチャップ	10.00	12.00	トマト	食塩	0.30	0.36	
トマトピューレー	5.00	6.00	トマト	スープストック	0.30	0.36	
無塩コンソメ	0.60	0.72		無塩コンソメ	0.60	0.72	
白こしょう	0.01	0.01		バジル	0.02	0.02	
<b>■のり塩ポテト</b>							
フライドポテト	45.00	54.00					
食塩	0.10	0.13					
あおのり	0.02	0.26					
<b>■レタススープ</b>				<b>★</b>			
調合サラダ油	0.30	0.30					
鶏むね肉 皮なし 小間	10.00	20.00	鶏肉				
たまねぎ	30.00	36.00					
水	120.00	120.00					
シェルマカロニ	5.00	6.00	小麦				
(冷) ホールコーン	10.00	12.00					
(冷) こまつな (バラ凍)	10.00	12.00					
レタス	20.00	24.00					
無塩コンソメ	1.80	1.80					
スープストック	2.00	2.00					
白こしょう	0.01	0.01					
食塩	0.20	0.20					

# アレルギー等対応詳細献立表

7月8日(金)

※が付いている「小麦」は調味料に含まれる小麦です。

通常食				アレルギー等対応食			
料理名/食材名	小学校	中学校	アレルゲン	対応食名	小学校	中学校	アレルゲン
<b>■ちらしずし</b>				<b>★梅こんぶごはん</b>			
精白米	65.00	90.00		精白米	65.00	90.00	
ちらしずしの具	18.00	25.00	小麦※、大豆 鶏肉、酒類	梅干し	10.00	12.00	漬物
				塩こんぶ	1.00	1.20	小麦※、大豆
				削り節	0.30	0.36	
<b>■牛乳</b>							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
<b>■さばの西京焼き</b>				<b>★メバルの塩焼き</b>			
さば西京漬け	50.00	60.00	サバ、大豆 酒類	メバル 切り身 無塩	50.00	60.00	
				食塩	0.20	0.24	
<b>■ミニトマト</b>				<b>★コロコロきゅうり</b>			
ミニトマト	10.00	20.00	トマト、ミニトマト	きゅうり	10.00	20.00	
				あっさり漬けの素	0.10	0.20	乳
<b>■七夕汁</b>				<b>★</b>			
だいこん	25.00	30.00					
にんじん	5.00	6.00					
えのきだけ ほぐし	15.00	18.00					
なると	8.00	9.60					
(冷) オクラ カット	15.00	18.00					
カットわかめ	0.50	0.60					
根深ねぎ	10.00	12.00					
(冷) そうめん	5.00	8.00	小麦				
こいくちしょうゆ	2.50	2.50	小麦※、大豆				
本みりん	0.80	0.80	酒類				
水	130.00	130.00					
だしパック	2.00	2.00					
<b>■七夕ゼリー</b>				<b>★うめゼリー</b>			
七夕デザート	40.00	40.00	ぶどう、みかん レモン果汁	うめゼリー	40.00	40.00	

# アレルギー等対応詳細献立表

7月11日(月)

※が付いている「小麦」は調味料に含まれる小麦です。

通常食				アレルギー等対応食			
料理名/食材名	小学校	中学校	アレルギー	対応食名	小学校	中学校	アレルギー
<b>■ラーメン</b>							
茹ラーメン	180.00	270.00	小麦				
<b>■牛乳</b>							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
<b>■ぎょうざ</b>				<b>★コーンしゅうまい</b>			
焼き目つき ギョウザ	36.00	中③ 54.00	豚肉、鶏肉 小麦、大豆	(冷) 鶏ひき肉	20.00	30.00	鶏肉
				たまねぎ	5.00	6.00	
				中華味	0.10	0.12	鶏肉、大豆
				白こしょう	0.01	0.01	
				ごま油	0.10	0.12	ごま油
				(冷) ホールコーン	15.00	20.00	
<b>■肉野菜炒め</b>				<b>★イカと野菜の炒めもの</b>			
ぶた肉 小間	30.00	36.00	豚肉	いか 短冊	30.00	36.00	いか
キャベツ	30.00	36.00		キャベツ	30.00	36.00	
たまねぎ	10.00	12.00		たまねぎ	10.00	12.00	
しめじ ほぐし	10.00	12.00		しめじ ほぐし	10.00	12.00	
ごま油	1.00	1.20	ごま油	ごま油	1.00	1.20	ごま油
おろししょうが	0.30	0.36		おろししょうが	0.30	0.36	
おろしにんにく	0.30	0.36		おろしにんにく	0.30	0.36	
こいくちしょうゆ	0.50	0.60	小麦※、大豆	こいくちしょうゆ	0.50	0.60	小麦※、大豆
食塩	0.20	0.24		食塩	0.20	0.24	
白こしょう	0.01	0.01		白こしょう	0.01	0.01	
中華味	0.50	0.60	鶏肉、大豆	中華味	0.50	0.60	鶏肉、大豆
上白糖	0.30	0.36		上白糖	0.30	0.36	
<b>■塩ラーメンスープ</b>				<b>★ラーメンスープ</b>			
にんじん	10.00	12.00		にんじん	10.00	12.00	
もやし	20.00	30.00	もやし	(冷) こまつな (バラ凍)	20.00	30.00	
たけのこ千切り	10.00	12.00		たけのこ千切り	10.00	12.00	
(冷) ホールコーン	10.00	12.00		(冷) ホールコーン	10.00	12.00	
根深ねぎ	10.00	12.00		根深ねぎ	10.00	12.00	
にら	5.00	6.00		にら	5.00	6.00	
なると	10.00	12.00		なると	10.00	12.00	
きくらげ カット	1.00	1.20		きくらげ カット	1.00	1.20	
中華味	1.00	1.00	鶏肉、大豆	中華味	1.50	1.50	鶏肉、大豆
				スープストック	1.50	1.50	
塩ラーメンスープ	12.00	12.00	鶏肉、豚肉、牛肉	食塩	1.00	1.00	
			小麦※、大豆	こいくちしょうゆ	1.00	1.00	小麦※、大豆
			ごま油	ごま油	0.30	0.36	ごま油
水	150.00	150.00		水	150.00	150.00	

# アレルギー等対応詳細献立表

7月12日(火)

※が付いている「小麦」は調味料に含まれる小麦です。

通常食				アレルギー等対応食			
料理名/食材名	小学校	中学校	アレルゲン	対応食名	小学校	中学校	アレルゲン
<b>■黒パン</b>							
黒パン	50.00	70.00	小麦、大豆、乳				
<b>■牛乳</b>							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
<b>■白身魚（ホキ）フライ</b>				<b>★チキン竜田</b>			
冷凍ホキフライ	50.00	60.00	小麦、大豆	チキン竜田	50.00	60.00	鶏肉、小麦※、大豆
大豆油	5.00	6.00	大豆	大豆油	5.00	6.00	大豆
<b>■Pタルタルソース</b>				<b>★Pソース</b>			
Pタルタルソース	12.00	12.00	大豆、マヨネーズ 卵、タルタルソース	Pソース	5.00	5.00	トマト、りんご レモン果汁、大豆
<b>■シーザーサラダ</b>				<b>★ビーンズサラダ</b>			
キャベツ	23.00	27.60		キャベツ	20.00	25.00	
(冷) フロッコリー ミニ	15.00	18.00		(冷) フロッコリー ミニ	15.00	18.00	
きゅうり	5.00	6.00		きゅうり	5.00	6.00	
(冷) パプリカダイス 赤	5.00	6.00		(冷) パプリカダイス 赤	5.00	6.00	
シーザードレッシング	5.00	6.00	鶏肉、大豆、乳 卵つなぎ	イタリアン ドレッシング	5.00	6.00	大豆
サラダ用チーズ	5.00	6.00	乳	ミックスビーンズ	8.00	9.60	
<b>■トマトスープ</b>				<b>★</b>			
水	120.00	120.00					
鶏むね肉 皮なし 小間	10.00	12.00	鶏肉				
たまねぎ	20.00	24.00					
にんじん	10.00	12.00					
だいこん	20.00	24.00					
じゃがいも	30.00	40.00					
(冷) ホールコーン	10.00	12.00					
トマト角煮	25.00	25.00	トマト				
トマトピューレー	10.00	10.00	トマト				
無塩コンソメ	1.50	1.50					
スープストック	2.00	2.00					
(冷) こまつな (バラ凍)	10.00	20.00					



# アレルギー等対応詳細献立表

7月13日(水)

※が付いている「小麦」は調味料に含まれる小麦です。

通常食				アレルギー等対応食			
料理名/食材名	小学校	中学校	アレルギー	対応食名	小学校	中学校	アレルギー
<b>■ごはん</b>							
精白米	70.00	100.00					
<b>■牛乳</b>							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
<b>■鶏肉のネギみそ焼き</b>				<b>★鶏肉のねぎ塩焼き</b>			
鶏むね肉 皮なし	40.00	50.00	鶏肉	鶏むね肉 皮なし	40.00	50.00	鶏肉
根深ねぎ	3.00	3.00		根深ねぎ	3.00	3.00	
おろししょうが	0.30	0.30		おろししょうが	0.30	0.30	
料理酒	1.00	1.00	酒類	食塩	0.20	0.24	
赤色辛みそ	3.00	3.00	大豆	中華味	0.20	0.24	鶏肉、大豆
上白糖	1.00	1.00		上白糖	0.30	0.36	
本みりん	2.00	2.00	酒類	ごま油	0.30	0.36	ごま油
<b>■五目ひじき</b>				<b>★五目きんぴら</b>			
調合サラダ油	1.00	1.20		調合サラダ油	1.00	1.20	
ほしひじき	2.00	2.40		にんじん	5.00	6.00	
れんこんスライス	5.00	6.00		れんこんスライス	15.00	18.00	
味付き乾燥大豆	10.00	12.00	大豆、乾燥大豆	(冷)鶏ひき肉	10.00	12.00	鶏肉
さつま揚げ	5.00	6.00		さつま揚げ	5.00	6.00	
(冷)むきえだまめ	5.00	6.00		(冷)むきえだまめ	5.00	6.00	
上白糖	1.00	1.20		上白糖	0.80	0.96	
こいくちしょうゆ	3.00	3.60	小麦※、大豆	こいくちしょうゆ	2.00	2.40	小麦※、大豆
和風だし	0.50	0.60		和風だし	0.30	0.36	
水	15.00	18.00		いりごま	0.50	0.60	ごま
<b>■けんちん汁</b>				<b>★</b>			
ごま油	0.80	0.80	ごま油				
ささがきごぼう	10.00	12.00					
つきこん	10.00	12.00					
だいこん	30.00	36.00					
にんじん	10.00	12.00					
じゃがいも	20.00	30.00					
ブチ豆腐	20.00	24.00	大豆				
焼き竹輪	5.00	6.00	小麦、大豆				
干しいたけ スライス	0.50	0.60					
根深ねぎ	8.00	9.60					
水	110.00	110.00					
和風だし	1.00	1.00					
本みりん	1.50	1.50	酒類				
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦※、大豆				

# アレルギー等対応詳細献立表

7月14日(木)

※が付いている「小麦」は調味料に含まれる小麦です。

通常食				アレルギー等対応食			
料理名/食材名	小学校	中学校	アレルギー	対応食名	小学校	中学校	アレルギー
<b>■ロールパン</b>							
ロールパン	50.00	70.00	小麦、大豆、乳				
<b>■牛乳</b>							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
<b>■厚揚げのピザ焼き</b>				<b>★厚揚げのカレー焼き</b>			
(冷)ミニ絹厚揚げ	40.00	48.00	大豆	(冷)ミニ絹厚揚げ	40.00	48.00	大豆
カットウィンナー	20.00	24.00	豚肉、大豆	(冷)鶏ひき肉	20.00	24.00	鶏肉
ピーマン	5.00	6.00		ピーマン	5.00	6.00	
おろしにんにく	0.10	0.12		おろしにんにく	0.20	0.24	
トマトケチャップ	6.00	7.20	トマト	おろししょうが	0.20	0.24	
ピザソース	6.00	7.20	トマト	食塩	0.30	0.36	
			りんご、大豆	無塩コンソメ	1.00	1.20	
白こしょう	0.01	0.01		カレー粉	0.50	0.60	
上白糖	0.50	0.60		上白糖	0.30	0.36	
サラダ用チーズ	5.00	6.00	乳	調合サラダ油	0.30	0.36	
<b>■かぼちゃサラダ</b>				<b>★ポテトサラダ</b>			
かぼちゃ 1cm角	15.00	18.00		じゃがいも	15.00	18.00	
キャベツ	20.00	24.00		キャベツ	20.00	24.00	
(冷)ブロッコリー ミニ	10.00	12.00		(冷)ブロッコリー ミニ	10.00	12.00	
(冷)パプリカダイス 赤	5.00	6.00		(冷)ホールコーン	5.00	6.00	
マヨネーズ	6.00	7.20	卵、マヨネーズ 小麦※、大豆	フレンチ ドレッシング	4.00	4.80	大豆 レモン果汁
白こしょう	0.01	0.01		白こしょう	0.01	0.01	
<b>■ココロ野菜スープ</b>				<b>★</b>			
だしパック	0.70	0.70					
水	120.00	120.00					
セロリー	2.00	2.40					
ごぼう 乱切り	10.00	12.00					
にんじん	10.00	12.00					
たまねぎ	30.00	40.00					
だいこん	30.00	40.00					
(冷)ブロッコリー 茎	10.00	12.00					
しめじ ほぐし	10.00	12.00					
(冷)あさり	10.00	15.00	あさり、かにコンタミ				
無塩コンソメ	1.20	1.20					
スープストック	1.80	1.80					

# アレルギー等対応詳細献立表

7月15日(金)

※が付いている「小麦」は調味料に含まれる小麦です。

通常食				アレルギー等対応食			
料理名/食材名	小学校	中学校	アレルギー	対応食名	小学校	中学校	アレルギー
<b>■ごはん</b>							
精白米	70.00	100.00					
<b>■牛乳</b>							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
<b>■ししゃもフライ</b>				<b>★赤魚の西京焼き</b>			
ししゃもフライ	20.00	40.00	ししゃも、魚卵 小麦、大豆	赤魚の西京焼き	40.00	40.00	大豆、酒類
調合サラダ油	2.00	4.00					
中濃ソース	2.00	3.00	トマト				
<b>■いりどり</b>				<b>★筑前煮</b>			
鶏むね肉 皮なし 1.5角	30.00	36.00	鶏肉	鶏むね肉 皮なし 1.5角	30.00	36.00	鶏肉
調合サラダ油	0.50	0.60		調合サラダ油	0.50	0.60	
こんにゃく 1.5cm角	10.00	12.00		こんにゃく 1.5cm角	10.00	12.00	
ごぼう 乱切り	10.00	12.00		ごぼう 乱切り	10.00	12.00	
にんじん	10.00	12.00		にんじん	10.00	12.00	
たけのこ 乱切り	10.00	12.00		たけのこ 乱切り	10.00	12.00	
干しいたけ スライス	1.00	1.20		干しいたけ スライス	1.00	1.20	
(冷) さやいんげん	3.00	3.60		(冷) むきえだまめ	3.00	3.60	
上白糖	2.00	2.40		上白糖	2.00	2.40	
本みりん	1.00	1.20	酒類				
酒	1.00	1.20	酒類				
こいくちしょうゆ	2.00	2.40	小麦※、大豆	こいくちしょうゆ	2.00	2.40	小麦※、大豆
和風だし	0.50	0.60		和風だし	0.50	0.60	
<b>■豆腐と油揚げのみそ汁</b>							
だしパック	1.40	1.40					
水	120.00	120.00					
じゃがいも	30.00	40.00					
キャベツ	30.00	36.00					
(冷) こまつな (バラ凍)	10.00	12.00					
プチ豆腐	20.00	24.00	大豆				
(冷) 油揚げカット	10.00	12.00	大豆				
根深ねぎ	10.00	12.00					
淡色辛みそ	3.50	3.50	大豆				
八丁みそ	2.00	2.00	大豆				

# アレルギー等対応詳細献立表

7月19日(火)

※が付いている「小麦」は調味料に含まれる小麦です。

通常食				アレルギー等対応食			
料理名/食材名	小学校	中学校	アレルギー	対応食名	小学校	中学校	アレルギー
<b>■コッペパン</b>							
コッペパン	50.00	70.00	小麦、大豆、乳				
<b>■牛乳</b>							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
<b>■ほうれん草とツナの玉子焼き</b>				★あじフリッター	小②	中②	
ほうれん草 ツナ入り玉子焼き	30.00	40.00	卵、大豆 ツナ、小麦※	あじフリッター	40.00	40.00	アジ、小麦、大豆 えびかにコンタミ
<b>■ラタトゥイユ</b>				★夏野菜のカレー煮			
オリーブ油	0.30	0.36		オリーブ油	0.30	0.36	
おろしにんにく	0.30	0.36		おろしにんにく	0.30	0.36	
ベーコンショルダー	5.00	6.00	豚肉	ツナ水煮 レトルト	5.00	6.00	ツナ
オニオンソテー	5.00	6.00	大豆	オニオンソテー	5.00	6.00	大豆
ズッキーニ	15.00	18.00		ズッキーニ	15.00	18.00	
ピーマン	5.00	6.00		ピーマン	5.00	6.00	
トマト角煮	15.00	18.00	トマト	(冷) フロccoli ミニ	15.00	18.00	
トマトケチャップ	5.00	6.00	トマト	カレー粉	0.50	0.60	
無塩コンソメ	0.50	0.60		無塩コンソメ	0.50	0.60	
揚げなす乱切り	15.00	18.00		揚げなす乱切り	15.00	18.00	
(冷) パプリカダイス 黄	5.00	6.00		(冷) パプリカダイス 黄	5.00	6.00	
<b>■チキンシチュー</b>				★			
鶏むね肉 皮なし 小間	20.00	24.00	鶏肉				
にんじん	10.00	12.00					
たまねぎ	30.00	36.00					
じゃがいも	30.00	40.00					
しめじ ほぐし	8.00	9.60					
(冷) ホールコーン	5.00	6.00					
水	120.00	120.00					
白いんげんペースト	10.00	10.00					
コーンクリームスープ 粉末	12.00	12.00	乳				
ベシャメルソース	4.00	4.00	小麦、豚肉 乳、大豆				
スキムミルク	2.00	2.00	乳				
スープストック	0.25	0.25					

# アレルギー等対応詳細献立表

7月20日(水)

※が付いている「小麦」は調味料に含まれる小麦です。

通常食				アレルギー等対応食			
料理名/食材名	小学校	中学校	アレルギー	対応食名	小学校	中学校	アレルギー
<b>■ごはん</b>							
精白米	70.00	100.00					
<b>■牛乳</b>							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
<b>■野菜ふりかけ</b>				<b>★梅おかか</b>			
野菜ふりかけ	1.20	1.20	酒類	梅干し	10.00	12.00	漬物
				削り節	0.30	0.36	
				こいくちしょうゆ	0.10	0.12	小麦※、大豆
<b>■鶏肉のしょうゆマヨネーズ焼き</b>				<b>★鶏肉のしょうが焼き</b>			
鶏むね肉 皮なし	40.00	50.00	鶏肉	鶏むね肉 皮なし	40.00	50.00	鶏肉
こいくちしょうゆ	1.00	1.25	小麦※、大豆	こいくちしょうゆ	1.00	1.20	小麦※、大豆
マヨネーズ	4.00	5.00	卵、マヨネーズ	おろししょうが	0.30	0.36	
			小麦※、大豆	上白糖	0.50	0.60	
<b>■はるさめサラダ</b>				<b>★わかめサラダ</b>			
カット春雨	4.00	4.80		カットわかめ	0.80	0.96	
キャベツ	15.00	18.00		キャベツ	15.00	18.00	
(冷)こまつな (バラ凍)	15.00	18.00		(冷)こまつな (バラ凍)	15.00	18.00	
(冷)パプリカダイス 赤	2.00	2.40		(冷)パプリカダイス 赤	2.00	2.40	
もやし	10.00	12.00	もやし	だいこん	10.00	12.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.60	小麦※、大豆	青じそ ドレッシング	4.00	4.80	小麦※、大豆
上白糖	1.50	1.80					
ごま油	1.00	1.20	ごま油				
ごま いり	0.50	0.60	ごま				
<b>■冬瓜のスープ</b>							
水	120.00	120.00					
だしパック	0.70	0.70					
じゃがいも	30.00	40.00					
とうがん	40.00	48.00					
えのきだけ ほぐし	8.00	9.60					
(冷)ミニ絹厚揚げ	15.00	25.00	大豆				
にんじん	8.00	9.60					
中華味	1.20	1.20	鶏肉、大豆				
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦※、大豆				
食塩	0.20	0.20					
片栗粉	0.50	0.50					
にら	5.00	6.00					
根深ねぎ	8.00	9.60					

# アレルギー等対応詳細献立表

8月25日(木)

※が付いている「小麦」は調味料に含まれる小麦です。

通常食				アレルギー等対応食			
料理名/食材名	小学校	中学校	アレルギー	対応食名	小学校	中学校	アレルギー
<b>■黒パン</b>							
黒パン	50.00	70.00	小麦、大豆、乳				
<b>■牛乳</b>							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
<b>■チキンと野菜のバジル焼き</b>							
鶏むね 皮なし 2cm角	30.00	36.00	鶏肉				
チルドポテト ダイス	40.00	48.00					
さきエリンギ	8.00	9.60					
(冷) パプリカダイス 赤	5.00	6.00					
無塩コンソメ	0.50	0.60					
食塩	0.40	0.48					
白こしょう	0.01	0.01					
バジル みじん切り	0.05	0.06					
オリーブ油	0.30	0.36					
おろしにんにく	0.20	0.24					
<b>■ツナチーズサラダ</b>				<b>★いかサラダ</b>			
キャベツ	25.00	30.00		キャベツ	25.00	30.00	
(冷) フロッコリー ミニ	10.00	12.00		(冷) フロッコリー ミニ	10.00	12.00	
(冷) ホールコーン	5.00	6.00		(冷) ホールコーン	5.00	6.00	
ツナ水煮レトルト	7.00	8.40	ツナ	いか 短冊	14.00	18.00	いか
サラダ用チーズ	7.00	8.40	乳				
穀物酢	3.00	3.60		たまねぎ ドレッシング	4.00	4.80	小麦※、大豆
オリーブ油	0.50	0.60					
上白糖	1.00	1.20					
<b>■ミネストローネ</b>				<b>★</b>			
だしパック	0.70	0.70					
ショルダーベーコン	5.00	6.00	豚肉				
セロリー	2.00	2.40					
だいこん	30.00	40.00					
にんじん	10.00	12.00					
(冷) フロッコリー 莖	20.00	24.00					
水	120.00	120.00					
(冷) あさり	10.00	15.00	あさり、かにコンタミ				
スープパスタ	6.00	8.00	小麦				
トマト角煮	18.00	18.00	トマト				
トマトピューレー	7.00	7.00	トマト				
無塩コンソメ	2.00	2.00					
食塩	0.20	0.20					
(冷) こまつな (バラ凍)	10.00	15.00					

# アレルギー等対応詳細献立表

8月26日(金)

※が付いている「小麦」は調味料に含まれる小麦です。

通常食				アレルギー等対応食			
料理名/食材名	小学校	中学校	アレルゲン	対応食名	小学校	中学校	アレルゲン
<b>■ごはん</b>							
精白米	70.00	100.00					
<b>■牛乳</b>							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
<b>■サンマのかばやき</b>				<b>★サンマの甘酢あんかけ</b>			
さんま開き澱粉付き	40.00	50.00		さんま開き澱粉付き	40.00	50.00	
大豆油	4.00	5.00	大豆	大豆油	4.00	5.00	大豆
こいくちしょうゆ	2.60	2.60	小麦※、大豆	こいくちしょうゆ	2.50	2.50	小麦※、大豆
上白糖	1.70	1.70		上白糖	1.50	1.50	
本みりん	0.90	0.90	酒類	穀物酢	1.00	1.20	
酒	0.90	0.90	酒類	和風だし	0.30	0.36	
水	2.20	2.20		水	5.00	6.00	
<b>■鶏肉と夏野菜のみそ炒め</b>				<b>★和風ラタトゥイユ</b>			
鶏むね 皮なし 1.5cm角	15.00	18.00	鶏肉	鶏むね 皮なし 1.5cm角	15.00	18.00	鶏肉
たまねぎ	10.00	12.00		たまねぎ	10.00	12.00	
なす	10.00	12.00		なす	10.00	12.00	
ピーマン	5.00	6.00		ピーマン	5.00	6.00	
かぼちゃ ディスカット	20.00	24.00		かぼちゃ ディスカット	20.00	24.00	
(冷) さやいんげん	5.00	6.00		(冷) さやいんげん	5.00	6.00	
調合サラダ油	1.00	1.20		オリーブ油	0.30	0.36	
おろししょうが	0.30	0.36		おろしにんにく	0.30	0.36	
テンメンジャン	3.00	3.60	小麦※、大豆、ごま油	食塩	0.20	0.24	
赤色辛みそ	2.00	2.40	大豆	淡色辛みそ	2.00	2.40	大豆
鶏がらスープ	0.30	0.36	鶏肉	無塩コンソメ	0.30	0.36	
上白糖	0.60	0.72		上白糖	0.60	0.72	
オイスターソース	0.50	0.60	小麦※、大豆 カキ、酒類	トマト角煮	10.00	12.00	トマト
水	10.00	12.00		白こしょう	0.01	0.01	
<b>■豚汁</b>				<b>★</b>			
調合サラダ油	0.30	0.30					
おろししょうが	0.20	0.20					
ぶた肉 小間	10.00	12.00	豚肉				
ささがきごぼう	10.00	12.00					
にんじん	10.00	12.00					
だいこん	30.00	40.00					
じゃがいも	30.00	40.00					
水	110.00	110.00					
根深ねぎ	10.00	12.00					
プチ豆腐	20.00	30.00	大豆				
淡色辛みそ	3.50	3.50	大豆				
八丁みそ	2.00	2.00	大豆				
和風だし	1.00	1.00					

# アレルギー等対応詳細献立表

8月29日(月)

※が付いている「小麦」は調味料に含まれる小麦です。

通常食				アレルギー等対応食			
料理名/食材名	小学校	中学校	アレルギー	対応食名	小学校	中学校	アレルギー
<b>■ごはん</b>							
精白米	70.00	100.00					
<b>■牛乳</b>							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
<b>■春巻き</b>				<b>★塩こうじからあげ</b>			
春巻き 35g	35.00	70.00	豚肉、小麦、大豆	塩こうじからあげ	30.00	60.00	鶏肉
大豆油	3.50	7.00	大豆	大豆油	3.50	7.00	大豆
<b>■中華ごぼうサラダ</b>				<b>★もやしサラダ</b>			
きんぴら用ごぼう	15.00	18.00		もやし	15.00	18.00	もやし
キャベツ	15.00	18.00		キャベツ	15.00	18.00	
にんじん	5.00	6.00		にんじん	5.00	6.00	
(冷) ほうれん草 (バラ凍)	10.00	12.00		(冷) ほうれん草 (バラ凍)	10.00	12.00	
(冷) ホールコーン	5.00	6.00		(冷) ホールコーン	5.00	6.00	
カットわかめ	0.30	0.36		カットわかめ	0.30	0.36	
こいくちしょうゆ	2.50	3.00	小麦※、大豆	和風ゆず ドレッシング	4.00	4.80	小麦※、大豆 ゆず果汁
上白糖	1.00	1.20					
ごま油	1.00	1.20	ごま油				
ごま いり	0.30	0.36	ごま				
<b>■夏野菜マーボー豆腐</b>				<b>★夏野菜のみそマーボー豆腐</b>			
調合サラダ油	0.50	0.60		調合サラダ油	0.50	0.60	
おろしにんにく	0.20	0.24		おろしにんにく	0.20	0.24	
おろししょうが	0.20	0.24		おろししょうが	0.20	0.24	
トウバンジャン	0.10	0.12	大豆、とうがらし	白こしょう	0.01	0.01	
豚ひき肉	10.00	12.00	豚肉	鶏肉団子	24.00	32.00	鶏肉、大豆
粒状大豆たんぱく	10.00	12.00	大豆				
たまねぎ	20.00	30.00		たまねぎ	20.00	30.00	
たけのこ千切り	8.00	9.60		たけのこ千切り	8.00	9.60	
なす	15.00	18.00		なす	15.00	18.00	
ピーマン	8.00	9.60		ピーマン	8.00	9.60	
水	100.00	100.00		水	100.00	100.00	
(冷) ミニ絹厚揚げ	50.00	70.00	大豆	ブチ豆腐	50.00	70.00	大豆
マーボー豆腐の素 (甘口)	12.00	12.00	小麦※、大豆	淡色辛みそ	3.00	3.00	大豆
			牛肉、豚肉、カキ	こいくちしょうゆ	0.50	0.50	小麦※、大豆
			ごま油、ゼラチン	上白糖	0.50	0.50	
			とうがらし、酒類	スープストック	0.50	0.50	
中華味	0.50	0.50	鶏肉、大豆	中華味	0.50	0.50	鶏肉、大豆
にら	5.00	6.00		にら	5.00	6.00	
片栗粉	3.00	3.00		片栗粉	3.00	3.00	
ごま油	0.20	0.20	ごま油	ごま油	0.20	0.20	ごま油



# アレルギー等対応詳細献立表

8月30日(火)

※が付いている「小麦」は調味料に含まれる小麦です。

通常食				アレルギー等対応食			
料理名/食材名	小学校	中学校	アレルゲン	対応食名	小学校	中学校	アレルゲン
<b>■コッペパン</b>							
コッペパン	50.00	70.00	小麦、大豆、乳				
<b>■ジョア</b>							
ジョア プレーン	125.00	125.00	乳				
<b>■ハンバーグケチャップソース</b>				<b>★豆腐ハンバーグケチャップソース</b>			
ハンバーグ	60.00	80.00	豚肉、鶏肉、大豆	豆腐ハンバーグ	50.00	50.00	鶏肉、大豆
オニオンソテー	4.00	4.00	大豆	オニオンソテー	4.00	4.00	大豆
トマトケチャップ	6.00	6.00	トマト	トマトケチャップ	6.00	6.00	トマト
ドミグラスソース	4.00	4.00	小麦、トマト 大豆、鶏肉、酒類	上白糖	0.50	0.60	
中濃ソース	2.00	2.00	トマト	中濃ソース	2.00	2.00	トマト
<b>■イタリアンサラダ</b>							
(冷) フロッコリー ミニ	15.00	18.00					
キャベツ	25.00	30.00					
きゅうり	8.00	9.60					
(冷) ホールコーン	5.00	6.00					
イタリアンドレッシング	6.00	7.20	大豆				
<b>■パンプキンポタージュ</b>				<b>★</b>			
鶏むね肉 皮なし 小間	10.00	12.00	鶏肉				
たまねぎ	30.00	36.00					
さきエリンギ	10.00	17.00					
(冷) フロッコリー 莖	10.00	12.00					
(冷) かぼちゃ ダイス	30.00	40.00					
(冷) こまつな (バラ凍)	10.00	12.00					
白いんげんペースト	20.00	24.00					
水	120.00	120.00					
パンプキンポタージュ (粉末)	15.00	15.00	小麦、乳				
豆乳クリーム	3.00	3.00	大豆、豆乳				

# アレルギー等対応詳細献立表

8月31日(水)

※が付いている「小麦」は調味料に含まれる小麦です。

通常食				アレルギー等対応食			
料理名/食材名	小学校	中学校	アレルゲン	対応食名	小学校	中学校	アレルゲン
<b>■ごはん</b>							
精白米	70.00	100.00					
<b>■牛乳</b>							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
<b>■サワラねぎ塩焼き</b>				<b>★メバルのてりやき</b>			
サワラねぎ塩漬け	40.00	50.00	サワラ、酒類 レモン果汁 ごま、柑橘果皮	メバル 切り身 無塩 こいくちしょうゆ 上白糖	40.00 2.00 1.00	50.00 2.00 1.00	小麦※、大豆
<b>■厚揚げのキムチ炒め</b>				<b>★厚揚げの塩ダレ炒め</b>			
調合サラダ油	0.30	0.36		ねぎ油	0.30	0.36	
おろししょうが	0.30	0.30		おろししょうが	0.30	0.30	
おろしにんにく	0.30	0.30		おろしにんにく	0.30	0.30	
鶏ひき肉	10.00	12.00	鶏肉	鶏むね 皮付き 素焼き	20.00	24.00	鶏肉
たまねぎ	10.00	12.00		たまねぎ	15.00	18.00	
たけのこ千切り	10.00	12.00		たけのこ千切り	10.00	12.00	
(冷)ミニ絹厚揚げ	20.00	24.00	大豆	(冷)ミニ絹厚揚げ	20.00	24.00	大豆
にら	5.00	6.00		にら	5.00	6.00	
はくさい キムチ	15.00	15.00	小麦※、大豆 りんご、とうがらし	食塩 こいくちしょうゆ	0.20 0.30	0.24 0.36	小麦※、大豆
上白糖	0.20	0.20		上白糖	0.30	0.36	
中華味	0.50	0.60	鶏肉、大豆	中華味	0.30	0.36	鶏肉、大豆
赤色辛みそ	1.00	1.20	大豆	白こしょう	0.01	0.01	
<b>■なす入り根菜汁</b>							
ごま油	0.50	0.50	ごま油				
ささがきごぼう	10.00	15.00					
にんじん	10.00	15.00					
だいこん	30.00	36.00					
じゃがいも	30.00	36.00					
なす	10.00	15.00					
水	120.00	120.00					
淡色辛みそ	3.00	3.00	大豆				
八丁みそ	1.00	1.00	大豆				
和風だし	1.00	1.00					
(冷)油揚げカット	5.00	10.00	大豆				
(冷)こまつな (バラ凍)	10.00	12.00					
根深ねぎ	10.00	12.00					