

# アレルギー等対応詳細献立表

10月2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>■まいたけごはん</b>							
精白米	65.00	95.00					
調合サラダ油	0.50	0.60	大豆				
まいたけ ほぐし	13.00	15.60					
(冷) 油揚げカット	8.00	9.60	大豆				
上白糖	1.50	1.80					
こいくちしょうゆ	3.00	3.60	小麦※、大豆				
<b>■牛乳</b>							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
<b>■しらすとワカメの玉子焼き</b>				<b>★メバルのてりやき</b>			
しらすワカメ入り 玉子焼き	50.00	62.50	卵、小麦※、大豆	メバル 切り身 一塩	50.00	50.00	
			えびかにコンタミ	こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦※、大豆
			イカ	上白糖	1.50	1.50	
<b>■野菜のごまよごし</b>				<b>★塩こんぶあえ</b>			
キャベツ	20.00	24.00		キャベツ	30.00	36.00	
(冷) こまつな	15.00	18.00		(冷) こまつな	20.00	24.00	
もやし	15.00	18.00	もやし				
上白糖	2.00	2.40		塩こんぶ	0.50	0.60	小麦※、大豆
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
すりごま	3.00	3.60	ごま	ごま油	0.30	0.36	ごま油
<b>■豚汁</b>				<b>★</b>			
調合サラダ油	0.30	0.36	大豆				
ぶた肉 小間	20.00	25.00	豚肉				
つきこん	8.00	9.60					
ささがきごぼう	8.00	9.60					
だいこん	20.00	25.00					
にんじん	8.00	9.60					
さといも	20.00	25.00	さといも				
ブチ豆腐	20.00	25.00	大豆				
水	110.00	110.00					
赤色辛みそ	3.50	3.50	大豆				
減塩みそ	2.00	2.00	大豆				
和風だし	0.50	0.50					
根深ねぎ	5.00	6.00					

# アレルギー等対応詳細献立表

10月3日(火)

※が付いている「小麦」は調味料に含まれる小麦です。

料理名/食材名	通常食			アレルギー等対応食			
	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>■うどん</b>							
ゆでめん	180.00	270.00	小麦				
<b>■牛乳</b>							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
<b>■野菜のボン酢あえ</b>							
(冷)ほうれん草	15.00	18.00					
にんじん	5.00	6.00					
キャベツ	30.00	36.00					
削り節	0.30	0.36					
ボン酢しょうゆ	4.00	4.80	小麦※、大豆				
<b>■肉うどん汁</b>				<b>★鶏肉ときのこのうどん汁</b>			
調合サラダ油	0.50	0.60	大豆	ごま油	0.30	0.36	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	
ぶた肉 小間	30.00	40.00	豚肉	鶏もも皮付き 角切り	30.00	40.00	鶏肉
ささがきごぼう	10.00	12.00		油あげ カット	3.00	3.60	
たまねぎ	25.00	30.00		たまねぎ	25.00	35.00	
干しいたけ スライス	1.00	1.50		干しいたけ スライス	1.00	1.50	
しめじ ほぐし	10.00	12.00		しめじ ほぐし	8.00	10.00	
水	130.00	130.00		水	130.00	130.00	
和風だし	1.80	1.80		和風だし	1.80	1.80	
こいくちしょうゆ	10.00	10.00	小麦※、大豆	こいくちしょうゆ	10.00	10.00	小麦※、大豆
本みりん	3.00	3.00	酒類	上白糖	2.00	2.00	
<b>■みたらし団子</b>							
白玉団子	40.00	50.00	大豆				
こいくちしょうゆ	3.00	3.60	小麦※、大豆				
上白糖	1.50	1.80					
水	8.00	9.60					
片栗粉	0.75	0.90					

# アレルギー等対応詳細献立表

10月4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>■イワシの蒲焼き</b>				<b>★ホキの蒲焼き</b>			
イワシ開き澱粉付き	40.00	50.00	イワシ	ホキ 切り身	40.00	50.00	
				片栗粉	3.00	3.60	
大豆油	4.00	5.00	大豆、揚げ油	大豆油	4.00	5.00	大豆
こいくちしょうゆ	3.50	3.50	小麦※、大豆	こいくちしょうゆ	3.50	3.50	小麦※、大豆
上白糖	3.50	3.50		上白糖	3.50	3.50	
おろししょうが	0.25	0.25		おろししょうが	0.25	0.25	
水	2.50	2.50		水	2.50	2.50	
<b>■五目ひじき煮</b>				<b>★鶏団子とひじきの炒め煮</b>			
調合サラダ油	0.30	0.36	大豆	調合サラダ油	0.30	0.36	大豆
ささがきごぼう	8.00	9.60		ささがきごぼう	8.00	9.60	
つきこん	8.00	9.60		つきこん	8.00	9.60	
にんじん	8.00	9.60		にんじん	8.00	9.60	
ほしひじき	2.00	2.40		ほしひじき	2.00	2.40	
味つき乾燥大豆	5.00	6.00	大豆、乾燥大豆	(冷) 鶏肉団子	10.00	12.00	鶏肉
水	15.00	18.00		水	15.00	18.00	
上白糖	2.00	2.40		上白糖	2.00	2.40	
こいくちしょうゆ	3.00	3.60	小麦※、大豆	こいくちしょうゆ	3.00	3.60	小麦※、大豆
和風だし	0.50	0.60		和風だし	0.50	0.60	
<b>■キャベツのみそ汁</b>							
水	120.00	120.00					
だしパック	1.40	1.40					
たまねぎ	20.00	24.00					
じゃがいも	20.00	30.00					
キャベツ	30.00	40.00					
(冷) 油揚げカット	10.00	12.00	大豆				
淡色辛みそ	4.00	4.00	大豆				
減塩みそ	2.00	2.00	大豆				
(冷) こまつな	10.00	15.00					

※新油を使用して揚げます。

# アレルギー等対応詳細献立表

10月5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 プレーン</b>							
ジョア プレーン	125.00	125.00	乳				
<b>■厚揚げのピザ焼き</b>				<b>★厚揚げとチキンのグリル</b>			
(冷)ミニ絹厚揚げ	30.00	36.00	大豆	(冷)ミニ絹厚揚げ	30.00	36.00	大豆
カットウインナー	15.00	18.00	豚肉、大豆	鶏もも 皮あり 小間	20.00	24.00	鶏肉
ピーマン(種取り)	5.00	6.00		ピーマン(種取り)	5.00	6.00	
(冷)ホールコーン	5.00	6.00		(冷)ホールコーン	5.00	6.00	
おろしにんにく	0.10	0.12		おろしにんにく	0.10	0.12	
トマトケチャップ	6.00	7.20	トマト	コンソメ	2.50	3.00	小麦※、大豆
ピザソース	6.00	7.20	トマト、大豆、りんご				鶏肉、ごま油
白こしょう	0.01	0.01		白こしょう	0.01	0.01	
上白糖	0.50	0.60		上白糖	0.50	0.60	
<b>■こんにゃくサラダ</b>				<b>★海そうこんにゃくサラダ</b>			
キャベツ	20.00	24.00		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	
(冷)パプリカダイス 赤	2.00	2.40		カットわかめ	0.50	0.60	
サラダ用こんにゃく	15.00	18.00		サラダ用こんにゃく	15.00	18.00	
和風ゆずしょうゆ ドレッシング	5.00	6.00	小麦※、大豆 豚肉	ポン酢しょうゆ	5.00	6.00	小麦※、大豆
				削り節	0.50	0.60	
<b>■にんじんポタージュ</b>				<b>★</b>			
調合サラダ油	0.50	0.60	大豆				
鶏むね 皮つき 小間	15.00	20.00	鶏肉				
たまねぎ	30.00	36.00					
じゃがいも	40.00	50.00					
しめじ ほぐし	10.00	12.00					
水	90.00	90.00					
にんじんペースト	20.00	24.00					
コーンクリームスープ 粉末	10.00	10.00	乳				
ベシャメルソース	4.50	4.50	小麦、豚肉 乳、大豆				
スキムミルク	2.00	2.40	乳				
コンソメ	0.50	5.00	小麦※、大豆 鶏肉、ごま油				
(冷)こまつな	10.00	15.00					

# アレルギー等対応詳細献立表

10月6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>■サワラのネギ塩焼き</b>				<b>★赤魚の塩焼き</b>			
サワラのネギ塩焼き	40.00	50.00	サワラ、ごま 柑橘の皮 (レモン・ゆず)	赤魚 切り身 一塩	40.00	50.00	
				食塩	0.10	0.12	
<b>■ナムル</b>				<b>★塩ナムル</b>			
(冷)ほうれん草	20.00	24.00		(冷)ほうれん草	25.00	30.00	
もやし	15.00	18.00	もやし				
きゅうり	10.00	12.00		きゅうり	15.00	18.00	
(冷)パプリカダイス 赤	5.00	6.00		(冷)ホールコーン	10.00	12.00	
上白糖	1.50	1.80		上白糖	1.00	1.20	
こいくちしょうゆ	3.00	3.60	小麦※、大豆	食塩	0.20	0.24	
ごま油	1.00	1.20	ごま油	ごま油	1.00	1.20	ごま油
いりごま	0.50	0.60	ごま	中華味	0.10	0.12	鶏肉、大豆
きざみのり	0.20	0.24					
<b>■根菜マーボー汁</b>				<b>★</b>			
調合サラダ油	0.30	0.36	大豆				
おろしにんにく	0.30	0.36					
ぶた肉 小間	20.00	24.00	豚肉				
ささがきごぼう	10.00	12.00					
にんじん	10.00	12.00					
たまねぎ	30.00	36.00					
だいこん	20.00	24.00					
干しいたけ スライス	1.00	1.20					
プチ豆腐	30.00	44.00	大豆				
水	70.00	70.00					
マーボー豆腐の素	15.00	15.00	鶏肉、大豆、小麦 豚肉、とうがらし ごま油				
にら	5.00	6.00					
片栗粉	3.00	3.00					
ごま油	0.30	0.36	ごま油				

# アレルギー等対応詳細献立表

10月10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>■牛乳</b>							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
<b>■ブルーベリージャム</b>							
ブルーベリー ジャム	15.00	15.00	ブルーベリー				
<b>■オムレツケチャップソース</b>				<b>★豆腐ハンバーグケチャップソースかけ</b>			
プレーンオムレツ	50.00	60.00	卵、大豆	豆腐ハンバーグ	50.00	50.00	大豆、鶏肉
トマトケチャップ	6.00	7.20	トマト	トマトケチャップ	6.00	7.20	トマト
ウスターソース	1.00	1.20	トマト	ウスターソース	1.00	1.20	トマト
上白糖	0.30	0.36		上白糖	0.30	0.36	
水	2.00	2.40		水	2.00	2.40	
<b>■ポテトサラダ</b>							
じゃがいも	20.00	24.00					
キャベツ	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					
コーンクリームドレッシング	6.00	7.20	大豆				
黒こしょう	0.01	0.01					
<b>■ミネストローネ</b>				<b>★</b>			
オリーブ油	0.50	0.60					
おろしにんにく	0.30	0.36					
鶏むね 皮つき 小間	15.00	20.00	鶏肉				
セロリー	2.00	2.40					
たまねぎ	20.00	24.00					
だいこん	20.00	24.00					
にんじん	10.00	12.00					
トマト	30.00	36.00	トマト				
水	100.00	100.00					
コンソメ	2.00	2.00	小麦※、大豆 鶏肉、ごま油				
ひよこまめ	5.00	6.00					
(冷) こまつな	10.00	15.00					

※ FMうす味豆腐ハンバーグです。

# アレルギー等対応詳細献立表

10月11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
■ごはん							
精白米	70.00	100.00					
■牛乳							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
■サバの立田揚げ				★メバルの立田揚げ			
サバ 立田揚げ	40.00	50.00	サバ、小麦※ 大豆、酒類	メバル 切り身 一塩	40.00	50.00	
				こいくちしょうゆ	1.50	1.80	小麦※、大豆
				おろししょうが	0.30	0.36	
				片栗粉	3.00	3.60	
大豆油	4.00	5.00	大豆、揚げ油	大豆油	4.00	5.00	大豆
■上州きんぴら				★イカとごぼうの炒め煮			
調合サラダ油	0.30	0.36	大豆	調合サラダ油	0.30	0.36	大豆
おろししょうが	0.30	0.36		おろししょうが	0.30	0.36	
ぶた肉 小間	10.00	12.00	豚肉	いか 短冊	10.00	12.00	イカ
つきこん	15.00	18.00		つきこん	15.00	18.00	
きんぴら用ごぼう	25.00	30.00		きんぴら用ごぼう	25.00	30.00	
にんじん	10.00	12.00		にんじん	10.00	12.00	
上白糖	1.50	1.80		上白糖	1.50	1.80	
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
ごま油	0.30	0.36	ごま油	ごま油	0.30	0.36	ごま油
■なす入りみそ汁							
水	120.00	120.00					
だしパック	1.40	1.40					
だいこん	20.00	24.00					
たまねぎ	20.00	24.00					
なす	20.00	24.00					
(冷)ミニ絹厚揚げ	20.00	30.00	大豆				
淡色辛みそ	4.00	4.00	大豆				
減塩みそ	2.00	2.00	大豆				
(冷)こまつな	10.00	15.00					

※新油を使用して揚げます。

# アレルギー等対応詳細献立表

10月12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	アレルゲン	対応食名	小学校	中学校	アレルゲン
<b>■ブランコッペ</b>				<b>★ブラン抜きパン</b>			
ブランコッペ	50.00	70.00	小麦、大豆、乳 小麦ブラン	ブラン抜きパン	50.00	70.00	小麦、大豆、乳
<b>■牛乳</b>							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
<b>■タンドリーチキン</b>				<b>★ガーリックチキン</b>			
鶏むね皮付き2cm角	50.00	60.00	鶏肉	鶏むね皮付き2cm角	50.00	60.00	鶏肉
プレーンヨーグルト	5.00	6.00	乳	おろしにんにく	0.50	0.60	
カレー粉	0.20	0.24	カレー粉	オリーブ油	0.20	0.24	
トマトケチャップ	2.50	3.00	トマト	バジル	0.01	0.01	
食塩	0.10	0.12		食塩	0.20	0.24	
白こしょう	0.01	0.01		白こしょう	0.01	0.01	
<b>■枝豆コーンサラダ</b>							
(冷) フロccoliー ミニ	15.00	18.00					
だいこん	15.00	18.00					
(冷) むきえだまめ	8.00	9.60					
(冷) ホールコーン	8.00	9.60					
(冷) パプリカダイス 赤	4.00	4.80					
たまねぎドレッシング	6.00	7.20	小麦※、大豆				
<b>■レタススープ</b>							
水	120.00	120.00					
だしパック	0.70	0.70					
セロリー	2.00	2.40					
たまねぎ	20.00	24.00					
じゃがいも	25.00	35.00					
コンソメ	2.20	2.20	小麦※、大豆 鶏肉、ごま油				
白こしょう	0.01	0.01					
にんじん	10.00	12.00					
(冷) こまつな	10.00	15.00					
レタス	25.00	30.00					

# アレルギー等対応詳細献立表

10月13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	75.00	105.00					
<b>■牛乳</b>							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
<b>■ビーンズハヤシシチュー</b>				<b>★チキンビーンズハヤシ</b>			
調合サラダ油	0.50	0.60	大豆	調合サラダ油	0.50	0.60	大豆
おろししょうが	0.20	0.24		おろししょうが	0.20	0.24	
おろしにんにく	0.20	0.24		おろしにんにく	0.20	0.24	
ぶた肉 小間	30.00	40.00	豚肉	鶏むね皮付き角切り	30.00	40.00	鶏肉
にんじん	10.00	12.00		にんじん	10.00	12.00	
たまねぎ	20.00	24.00		たまねぎ	25.00	30.00	
じゃがいも	30.00	40.00		じゃがいも	30.00	40.00	
トマト	20.00	24.00	トマト	(冷) さやいんげん	10.00	12.00	
水	70.00	70.00		水	75.00	75.00	
ハヤシルウ	15.00	15.00	小麦、大豆 豚肉、トマト	ハヤシルウ	15.00	15.00	
国産だいず ゆで	10.00	12.00	大豆、水煮大豆	(冷) ホールコーン	5.00	6.00	
金時豆 蒸し煮豆	5.00	6.00		金時豆 蒸し煮豆	5.00	6.00	
ひよこまめ ゆで	5.00	6.00		ひよこまめ ゆで	10.00	12.00	
(冷) こまつな	10.00	12.00		(冷) こまつな	10.00	12.00	
<b>■黄桃のヨーグルトあえ</b>				<b>★マスカットジュレ</b>			
黄桃ダイス レトルト	40.00	48.00	もも加工品	マスカットジュレ	80.00	96.00	
プレーンヨーグルト	40.00	48.00	乳				
上白糖	4.00	4.80					

※ ルウは交易食品(株)の米粉ルウです。

# アレルギー等対応詳細献立表

10月16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>■ソースチキンカツ</b>				<b>★お米とポテトのささみカツ</b>			
チキンカツ	40.00	60.00	鶏肉、大豆 小麦	お米とポテトの ささみカツ	40.00	50.00	鶏肉
大豆油	4.00	6.00	大豆、揚げ油	大豆油	4.00	5.00	大豆
ウスターソース	4.00	5.00	トマト	ウスターソース	4.00	5.00	トマト
こいくちしょうゆ	0.80	1.00	小麦※、大豆	こいくちしょうゆ	0.80	1.00	小麦※、大豆
上白糖	0.80	1.00		上白糖	1.00	1.20	
本みりん	1.20	1.50	酒類				
水	1.60	2.00		水	1.60	2.00	
<b>■切り干し大根の炒め煮</b>				<b>★切り干し大根の煮物</b>			
調合サラダ油	0.50	0.60	大豆	調合サラダ油	0.50	0.60	大豆
切干しだいこん	8.00	9.60		切干しだいこん	8.00	9.60	
焼き竹輪	5.00	6.00	小麦、大豆	(冷) 鶏ひき肉	5.00	6.00	鶏肉
水	25.00	30.00		水	25.00	30.00	
上白糖	1.80	2.16		上白糖	1.80	2.16	
こいくちしょうゆ	2.50	3.00	小麦※、大豆	こいくちしょうゆ	2.50	3.00	小麦※、大豆
和風だし	0.50	0.60		和風だし	0.50	0.60	
(冷) さやいんげん	5.00	6.00		(冷) さやいんげん	5.00	6.00	
にんじん	5.00	6.00		にんじん	5.00	6.00	
<b>■呉汁</b>				<b>★</b>			
調合サラダ油	0.50	0.60	大豆				
ささがきごぼう	10.00	12.00					
にんじん	10.00	12.00					
だいこん	20.00	24.00					
さといも 半月スライス	30.00	40.00	さといも				
(冷) 油揚げカット	5.00	10.00	大豆				
干しいたけ スライス	1.00	1.20					
国産だいず ゆで	10.00	15.00	大豆、水煮大豆				
水	100.00	100.00					
こいくちしょうゆ	6.00	6.00	小麦※、大豆				
和風だし	0.50	0.50					
無調整豆乳	20.00	20.00	大豆、豆乳				
根深ねぎ	5.00	6.00					

※新油を使用して揚げます。

# アレルギー等対応詳細献立表

10月17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>■ツナ入り玉子焼き</b>				<b>★ホキのカリカリフライ</b>			
ツナ入り玉子焼き	50.00	62.50	卵、大豆 小麦※、ツナ	ホキのカリカリフライ	40.00	60.00	
<b>■イタリアンサラダ</b>							
キャベツ	25.00	30.00					
(冷) フロッコリー 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					
イタリアンドレッシング	6.00	7.20	大豆				
<b>■ABCトマトスープ</b>				<b>★</b>			
水	100.00	100.00					
だしパック	0.70	0.70					
鶏むね 皮つき 小間	15.00	20.00	鶏肉				
たまねぎ	25.00	30.00					
だいこん	20.00	24.00					
トマト	20.00	24.00	トマト				
コンソメ	2.00	2.00	小麦※、大豆 鶏肉、ごま油				
ABCマカロニ	5.00	6.00	小麦				
(冷) こまつな	15.00	18.00					

# アレルギー等対応詳細献立表

10月18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	75.00	105.00					
<b>■牛乳</b>							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
<b>■きのこ豚丼の具</b>				<b>★きのこそば丼の具</b>			
調合サラダ油	0.50	0.60	大豆	調合サラダ油	0.50	0.60	大豆
おろししょうが	0.30	0.36		おろししょうが	0.30	0.36	
ぶた肉 小間	40.00	48.00	豚肉	(冷)鶏ひき肉	40.00	48.00	鶏肉
たまねぎ	30.00	36.00		たまねぎ	30.00	36.00	
しらたき	10.00	12.00		しらたき	10.00	12.00	
しめじ ほぐし	8.00	9.60		しめじ ほぐし	8.00	9.60	
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	
まいたけ ほぐし	8.00	9.60		まいたけ ほぐし	8.00	9.60	
こいくちしょうゆ	4.00	4.80	小麦※、大豆	こいくちしょうゆ	4.00	4.80	小麦※、大豆
上白糖	3.00	3.60		上白糖	3.00	3.60	
和風だし	0.10	0.12		和風だし	0.10	0.12	
片栗粉	0.30	0.36		片栗粉	0.30	0.36	
<b>■具だくさんみそ汁</b>							
調合サラダ油	0.30	0.36	大豆				
ささがきごぼう	10.00	12.00					
にんじん	10.00	12.00					
だいこん	25.00	30.00					
プチ豆腐	25.00	35.00	大豆				
刻み昆布	0.30	0.36					
水	110.00	110.00					
淡色辛みそ	4.00	4.00	大豆				
減塩みそ	2.00	2.00	大豆				
和風だし	1.00	1.00					
かぼちゃ カット	20.00	30.00					
根深ねぎ	5.00	6.00					

# アレルギー等対応詳細献立表

10月19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	アレルゲン	対応食名	小学校	中学校	アレルゲン
<b>■まるばん</b>							
まるばん	50.00	70.00	小麦、大豆、乳				
<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、ブルーベリー				
<b>■豆腐ハンバーグ和風ソース</b>				<b>★チキンナゲット和風ソース</b>			
豆腐ハンバーグ	50.00	60.00	大豆、鶏肉 豚肉、酒類	チキンナゲット	40.00	60.00	鶏肉、大豆 乳、小麦
調合サラダ油	0.30	0.36	大豆	調合サラダ油	0.30	0.36	大豆
おろしにんにく	0.30	0.36		おろしにんにく	0.30	0.36	
たまねぎ	5.00	6.00		たまねぎ	5.00	6.00	
こいくちしょうゆ	3.00	3.60	小麦※、大豆	こいくちしょうゆ	3.00	3.60	小麦※、大豆
上白糖	1.50	1.80		上白糖	1.50	1.80	
穀物酢	0.50	0.60		穀物酢	0.50	0.60	
水	3.00	3.60		水	3.00	3.60	
片栗粉	0.20	0.24		片栗粉	0.20	0.24	
<b>■アーモンドサラダ</b>				<b>★ツナサラダ</b>			
だいこん	20.00	24.00		だいこん	20.00	24.00	
(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	
(冷) ホールコーン	8.00	9.60		(冷) ホールコーン	8.00	9.60	
(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	
穀物酢	3.00	3.60		穀物酢	3.00	3.60	
上白糖	1.20	1.44		上白糖	1.20	1.44	
オリーブ油	0.50	0.60		オリーブ油	0.50	0.60	
食塩	0.20	0.24		食塩	0.20	0.24	
黒こしょう	0.01	0.01		黒こしょう	0.01	0.01	
アーモンドスライス	5.00	6.00	アーモンド	ツナ 水煮	5.00	6.00	ツナ
<b>■白菜のクリーム煮</b>				<b>★</b>			
調合サラダ油	0.30	0.36	大豆				
鶏むね 皮つき 小間	10.00	20.00	鶏肉				
にんじん	10.00	12.00					
たまねぎ	20.00	24.00					
じゃがいも	20.00	24.00					
はくさい	30.00	36.00					
水	100.00	100.00					
白いんげんペースト	8.00	8.00					
コーンクリームスープ 粉末	6.00	6.00	乳				
シチューの素	6.00	6.00	小麦、乳 豚肉、大豆				
スキムミルク	2.00	2.40	乳				
コンソメ	0.50	0.50	小麦※、大豆 鶏肉、ごま油				
白こしょう	0.01	0.01					
(冷) こまつな	10.00	15.00					

# アレルギー等対応詳細献立表

10月20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>■焼きカボチャ</b>							
かぼちゃ カット	30.00	36.00					
こいくちしょうゆ	1.00	1.20	小麦※、大豆				
上白糖	1.00	1.20					
<b>■梅こんぶあえ</b>				<b>★おかかあえ</b>			
はくさい	30.00	36.00		はくさい	30.00	36.00	
きゅうり	10.00	12.00		きゅうり	10.00	12.00	
にんじん	5.00	6.00		にんじん	5.00	6.00	
刻み梅	5.00	6.00	漬物、ごま	削り節	0.50	0.60	
塩こんぶ	0.30	0.36	小麦※、大豆	こいくちしょうゆ	1.50	1.80	小麦※、大豆
いりごま	0.20	0.24	ごま				
<b>■すき焼き風煮</b>				<b>★鶏すきやき風煮</b>			
調合サラダ油	0.50	0.60	大豆	調合サラダ油	0.50	0.60	大豆
ぶた肉 小間	50.00	60.00	豚肉	鶏もも皮付き角切り	50.00	60.00	鶏肉
しらたき	20.00	24.00		しらたき	20.00	24.00	
だいこん	20.00	24.00		だいこん	20.00	24.00	
しいたけ スライス	10.00	12.00		しいたけ スライス	10.00	12.00	
プチ豆腐	40.00	55.00	大豆	プチ豆腐	40.00	55.00	大豆
水	60.00	60.00		水	60.00	60.00	
和風だし	1.50	1.50		和風だし	1.50	1.50	
上白糖	4.00	4.00		上白糖	4.00	4.00	
合成清酒	1.00	1.00	酒類				
こいくちしょうゆ	9.00	9.00	小麦※、大豆	こいくちしょうゆ	9.00	9.00	小麦※、大豆
根深ねぎ	10.00	12.00		根深ねぎ	10.00	12.00	
しゅんぎく	5.00	6.00		しゅんぎく	5.00	6.00	

# アレルギー等対応詳細献立表

10月23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>■こんにゃくみそ田楽風</b>				<b>★こんにゃくみそ炒め</b>			
こんにゃく1.5cm角	40.00	48.00		こんにゃく1.5cm角	40.00	48.00	
赤色辛みそ	2.00	2.40	大豆	赤色辛みそ	2.00	2.40	大豆
減塩みそ	2.00	2.40	大豆	減塩みそ	2.00	2.40	大豆
上白糖	4.00	4.80		上白糖	4.00	4.80	
水	2.00	2.40		水	2.00	2.40	
いりごま	0.30	0.36	ごま				
<b>■中華風ゴボウサラダ</b>							
ほそ切りごぼう	15.00	18.00					
キャベツ	15.00	18.00					
(冷) ホールコーン	5.00	6.00					
(冷) こまつな	10.00	12.00					
(冷) パプリカダイス 赤	5.00	6.00					
上白糖	1.50	1.80					
こいくちしょうゆ	2.50	3.00	小麦※、大豆				
ごま油	1.00	1.20	ごま油				
<b>■しょうゆラーメンスープ</b>				<b>★塩ラーメンスープ</b>			
調合サラダ油	0.30	0.36	大豆	調合サラダ油	0.30	0.36	大豆
ぶた肉 小間	30.00	40.00	豚肉	鶏もも皮付き 小間	30.00	40.00	鶏肉
たまねぎ	20.00	24.00		たまねぎ	20.00	24.00	
たけのこ千切り	10.00	12.00		たけのこ千切り	10.00	12.00	
水	130.00	130.00		水	130.00	130.00	
しょうゆラーメンスープ	10.00	10.00	小麦※、ごま油 鶏肉、豚肉、大豆	食塩	0.20	0.20	
				スープストック	0.50	0.50	
とりがらスープ	1.00	1.00	鶏肉	とりがらスープ	1.50	1.50	鶏肉
にんじん	10.00	15.00		にんじん	10.00	15.00	
根深ねぎ	5.00	6.00		根深ねぎ	5.00	6.00	
カットわかめ	0.50	1.00		カットわかめ	0.50	1.00	

# アレルギー等対応詳細献立表

10月24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>■小型ミルクパン</b>				<b>★小型濃縮乳なしパン</b>			
小型ミルクパン	40.00	60.00	小麦、大豆、濃縮乳	小型濃縮乳なしパン	40.00	60.00	小麦、大豆、乳
<b>■牛乳</b>							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
<b>■うずら卵と里芋のうま煮</b>				<b>★じゃがいもと鶏団子の煮物</b>			
水	25.00	30.00		水	25.00	30.00	
さといも 乱切り	40.00	48.00	さといも	じゃがいも	40.00	48.00	
うずら卵 レトルト	30.00	36.00	卵	(冷) 鶏肉団子	30.00	36.00	鶏肉
和風だし	1.00	1.20		和風だし	1.00	1.20	
上白糖	1.50	1.80		上白糖	1.50	1.80	
こいくちしょうゆ	1.50	1.80	小麦※、大豆	こいくちしょうゆ	1.50	1.80	小麦※、大豆
<b>■おきりこみ</b>				<b>★</b>			
調合サラダ油	0.50	0.60	大豆				
ぶた肉 小間	10.00	15.00	豚肉				
ささがきごぼう	10.00	15.00					
にんじん	10.00	15.00					
はくさい	20.00	25.00					
干しいたけ スライス	1.00	1.20					
水	120.00	120.00					
こいくちしょうゆ	8.00	8.00	小麦※、大豆				
本みりん	4.00	4.00	酒類				
和風だし	1.00	1.00					
おきりこみ用 麺	40.00	40.00	小麦				
(冷) こまつな	10.00	15.00					
<b>■りんご</b>				<b>★ぶどうゼリー</b>			
りんご	40.00	50.00	りんご	ぶどうゼリー	40.00	40.00	

# アレルギー等対応詳細献立表

10月25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>■わかめごはん</b>							
精白米	70.00	100.00					
わかめごはんの素	1.50	1.80					
<b>■牛乳</b>							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
<b>■ししゃもフリッター</b>				<b>★ホキのカリカリフライ</b>			
ししゃもフリッター	20.00	40.00	ししゃも、魚卵 小麦、大豆 えびかにコンタミ	ホキのカリカリフライ	40.00	40.00	
				※対応食に使用する ミックスビーンズは 大豆不使用です。			
<b>■豆と野菜のみそマヨあえ</b>				<b>★豆と野菜のゴマみそあえ</b>			
キャベツ	20.00	24.00		キャベツ	20.00	24.00	
(冷) こまつな	15.00	18.00		(冷) こまつな	15.00	18.00	
(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	
ミックスビーンズ	10.00	12.00	大豆、水煮大豆	ミックスビーンズ	10.00	12.00	
減塩みそ	2.00	2.40	大豆	減塩みそ	2.00	2.40	大豆
マヨネーズ	4.00	4.80	大豆、小麦※ 卵、マヨネーズ	こいくちしょうゆ	1.00	1.20	小麦※、大豆
上白糖	0.50	0.60		いりごま	2.00	2.40	ごま
				上白糖	0.50	0.60	
<b>■沢煮椀</b>				<b>★</b>			
水	120.00	120.00					
ぶた肉 1×4 細切り	15.00	25.00	豚肉				
たまねぎ	15.00	20.00					
だいこん	20.00	25.00					
たけのこ千切り	15.00	20.00					
えのきだけ ほぐし	5.00	6.00					
和風だし	1.50	1.50					
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦※、大豆				
合成清酒	0.50	0.50	酒類				
食塩	0.20	0.20					
にんじん	15.00	20.00					
根深ねぎ	5.00	6.00					
片栗粉	1.00	1.00					

# アレルギー等対応詳細献立表

10月26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	アレルゲン	対応食名	小学校	中学校	アレルゲン
<b>■ゆめロールパン</b>							
ゆめロールパン	50.00	70.00	小麦、大豆、乳				
<b>■牛乳</b>							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
<b>■イカとポテトのバジル焼き</b>				<b>★鶏団子とポテトのグリル</b>			
イカ 2cm角	30.00	36.00	イカ	(冷) 鶏肉団子	30.00	36.00	鶏肉
じゃがいも	30.00	36.00		じゃがいも	30.00	36.00	
オリーブ油	3.00	3.60		オリーブ油	3.00	3.60	
バジル	0.05	0.06		バジル	0.05	0.06	
おろしにんにく	0.50	0.60		おろしにんにく	0.50	0.60	
コンソメ	0.50	0.60	小麦※、大豆 鶏肉、ごま油	コンソメ	0.50	0.60	小麦※、大豆 鶏肉、ごま油
<b>■シーザーサラダ</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) 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	
(冷) ホールコーン	7.00	8.40		(冷) ホールコーン	10.00	12.00	
(冷) パプリカダイス 赤	3.00	3.60		(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	乳、卵つなぎ 大豆、鶏肉	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	黒こしょう	0.01	0.01	
<b>■トマトとワカメのスープ</b>				<b>★</b>			
水	120.00	120.00					
だしパック	0.70	0.70					
鶏むね 皮つき 小間	15.00	20.00	鶏肉				
たまねぎ	20.00	24.00					
キャベツ	20.00	24.00					
しめじ ほぐし	10.00	15.00					
コンソメ	2.50	2.50	小麦※、大豆 鶏肉、ごま油				
白こしょう	0.01	0.01					
トマト	20.00	24.00	トマト				
カットわかめ	1.00	1.50					

# アレルギー等対応詳細献立表

10月27日(金)

※が付いている「小麦」は調味料に含まれる小麦です。

料理名/食材名	通常食			アレルギー等対応食			
	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>■とうふめし</b>							
精白米	50.00	85.00					
調合サラダ油	0.50	0.60	大豆				
木綿豆腐	50.00	60.00	大豆				
和風だし	0.50	0.60					
白だし	3.00	3.60	小麦※、大豆				
上白糖	1.50	1.80					
粉末高野豆腐	0.25	0.30	大豆				
<b>■牛乳</b>							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
<b>■とり肉のねぎみそ焼き</b>							
鶏むね皮付き2cm角	50.00	60.00	鶏肉				
こいくちしょうゆ	1.00	1.20	小麦※、大豆				
減塩みそ	2.00	2.40	大豆				
上白糖	2.00	2.40					
根深ねぎ	2.00	2.40					
<b>■うま塩こんぶあえ</b>							
キャベツ	20.00	24.00					
(冷)こまつな	20.00	24.00					
きゅうり	10.00	12.00					
ごま油	1.00	1.20	ごま油				
塩こんぶ	1.50	1.80	小麦※、大豆				
<b>■けんちん汁</b> ★							
調合サラダ油	0.30	0.36	大豆				
ごぼう 小口切り	8.00	10.00					
つきこん	8.00	10.00					
にんじん	10.00	15.00					
だいこん	20.00	24.00					
焼き竹輪	8.00	10.00	小麦、大豆				
さといも 半月スライス	20.00	24.00	さといも				
ブチ豆腐	20.00	30.00	大豆				
干しいたけ スライス	1.00	1.20					
水	110.00	110.00					
こいくちしょうゆ	5.50	5.50	小麦※、大豆				
本みりん	1.50	1.50	酒類				
和風だし	1.50	1.50					
根深ねぎ	5.00	6.00					
ごま油	0.20	0.24	ごま油				

# アレルギー等対応詳細献立表

10月30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	75.00	105.00					
<b>■牛乳</b>							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
<b>■ごまジャコ海そうサラダ</b>				<b>★海そうサラダ</b>			
海藻サラダのもと	0.50	0.60		海藻サラダのもと	0.50	0.60	
(冷) ブロッコリー ミニ	20.00	24.00		(冷) ブロッコリー ミニ	20.00	24.00	
キャベツ	30.00	36.00		キャベツ	30.00	36.00	
(冷) パプリカダイス 赤	3.00	3.60		(冷) パプリカダイス 赤	3.00	3.60	
ちりめんじゃこ	2.00	2.40	えびかにコンタミ	削り節	0.30	0.36	
焙煎ゴマドレッシング	8.00	9.60	小麦※、大豆、ごま りんご、卵つなぎ	ポン酢しょうゆ	6.00	7.20	小麦※、大豆
<b>■ボークカレー</b>				<b>★チキンハヤシ</b>			
調合サラダ油	0.50	0.60	大豆	調合サラダ油	0.50	0.60	大豆
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	
ぶた肉 小間	40.00	50.00	豚肉	鶏むね皮付き小間	40.00	50.00	鶏肉
にんじん	15.00	20.00		にんじん	15.00	20.00	
たまねぎ	40.00	50.00		たまねぎ	40.00	50.00	
じゃがいも	40.00	50.00		じゃがいも	40.00	50.00	
水	70.00	70.00		水	70.00	70.00	
ディナーカレー	7.00	10.00	小麦、大豆、乳 豚肉、鶏肉、バナナ りんご、カレー	ハヤシルウ	20.00	20.00	
パーモントカレー	13.00	10.00	小麦、大豆、豚肉 乳、はちみつ バナナ、りんご トマト、カレー				
こいくちしょうゆ	1.00	1.00	小麦※、大豆				
白こしょう	0.01	0.01					
<b>■ラフランスゼリー</b>							
ラフランスゼリー	40.00	40.00	ラフランス				

※ ルウは交易食品(株)の米粉ルウです。

# アレルギー等対応詳細献立表

10月31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>■ブランコッペ</b>				<b>★ブラン抜きコッペ</b>			
ブランコッペ	50.00	70.00	小麦、大豆、乳 小麦ブラン	ブラン抜きコッペ	50.00	70.00	小麦、大豆、乳
<b>■牛乳</b>							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
<b>■ホキフライ</b>				<b>★赤魚のガーリック焼き</b>			
ホキフライ	50.00	60.00	小麦、大豆	赤魚 切り身 一塩	50.00	50.00	
				おろしにんにく	0.30	0.30	
大豆油	5.00	6.00	大豆、揚げ油	パセリ	0.01	0.01	
中濃ソース	3.00	3.60	トマト	白こしょう	0.01	0.01	
<b>■さつまいもサラダ</b>				<b>★さつまいもと豆のサラダ</b>			
サツマイモ 1.5cm角	25.00	30.00		サツマイモ 1.5cm角	25.00	30.00	
(冷) ブロッコリー ミニ	25.00	30.00		(冷) ブロッコリー ミニ	15.00	18.00	
(冷) パプリカダイス 赤	3.00	3.60		(冷) ホールコーン	8.00	9.60	
マヨネーズ	6.00	7.20	大豆、小麦※ 卵、マヨネーズ	ミックスビーンズ	8.00	9.60	
黒こしょう	0.01	0.01		フレンチドレッシング	4.00	4.80	
				黒こしょう	0.01	0.01	
<b>■ポトフ</b>				<b>★</b>			
水	90.00	90.00					
だしパック	0.70	0.70					
カットウィンナー	15.00	20.00	豚肉、大豆				
セロリー	2.00	2.40					
にんじん	8.00	9.60					
たまねぎ	20.00	24.00					
しめじ ほぐし	8.00	9.60					
じゃがいも	30.00	40.00					
キャベツ	30.00	36.00					
コンソメ	2.00	2.00	小麦※、大豆 鶏肉、ごま油				
ローリエ	0.01	0.01					
白こしょう	0.01	0.01					
(冷) こまつな	10.00	15.00					

※対応食に使用する  
ミックスビーンズは  
大豆不使用です。