

# アレルギー等対応詳細献立表

3月3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>■ちらしずし</b>				<b>★五目ずし</b>			
精白米	55.00	82.00		精白米	55.00	82.00	
調合サラダ油	0.30	0.36	大豆	調合サラダ油	0.30	0.36	大豆
鶏むね 皮つき 小間	10.00	12.00	鶏肉	鶏むね 皮つき 小間	10.00	12.00	鶏肉
にんじん	5.00	6.00		にんじん	5.00	6.00	
れんこんスライス	8.00	9.60		れんこんスライス	8.00	9.60	
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
上白糖	1.00	1.20		上白糖	1.00	1.20	
和風だし	0.20	0.24		和風だし	0.20	0.24	
すしのこ	3.00	3.60		すしのこ	3.00	3.60	
(冷) むきえだまめ	5.00	6.00		(冷) むきえだまめ	5.00	6.00	
炒り玉子	5.00	6.00	卵、大豆、小麦※	パンダなると	8.00	9.60	
<b>■牛乳</b>							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
<b>■アカウオみそ粕焼き</b>				<b>★ししゃもフリッター</b>			
赤魚みそ粕漬	40.00	50.00	赤魚、酒類、大豆	ししゃもフリッター	40.00	60.00	魚卵、小麦、大豆 えびかにコンタミ
<b>■菜の花入りおひたし</b>				<b>★菜の花のおかかあえ</b>			
キャベツ	15.00	18.00		キャベツ	25.00	30.00	
もやし	15.00	18.00	もやし				
(冷) 菜の花	20.00	24.00		(冷) 菜の花	25.00	30.00	
こいくちしょうゆ	2.00	2.40	小麦※、大豆	こいくちしょうゆ	1.50	1.80	小麦※、大豆
				削り節	0.30	0.36	
<b>■すまし汁</b>				<b>★</b>			
水	130.00	130.00					
だしパック	1.50	1.50					
だいこん	30.00	40.00					
にんじん	10.00	15.00					
えのきだけ ほぐし	5.00	6.00					
しらたき カット	5.00	6.00					
酒蒸しホタテ	10.00	15.00	貝類、ホタテ、酒類				
湯葉 カット	12.00	15.00	大豆、豆乳				
本みりん	1.20	1.20	酒類				
食塩	0.20	0.20					
こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦※、大豆				
カットわかめ	0.50	1.00					
根深ねぎ	5.00	6.00					
<b>■桜もち</b>							
桜もち	45.00	45.00					

# アレルギー等対応詳細献立表

3月4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>■ジョア (マスカット)</b>							
ジョア マスカット	125.00	125.00	乳、ジョアマスカット	★ジョア プレーン			
				ジョア プレーン	125.00	125.00	乳
<b>■焼き大学芋</b>							
さつまいも2cm角	45.00	54.00		★ゴマ抜き焼き大学芋			
さつまいも2cm角	45.00	54.00		さつまいも2cm角	45.00	54.00	
調合サラダ油	2.50	3.00	大豆	調合サラダ油	2.50	3.00	大豆
上白糖	6.00	7.20		上白糖	6.00	7.20	
こいくちしょうゆ	1.30	1.56	小麦※、大豆	こいくちしょうゆ	1.30	1.56	小麦※、大豆
調合サラダ油	1.30	1.56	大豆	調合サラダ油	1.30	1.56	大豆
水	3.30	3.96		水	3.30	3.96	
いりごま (黒)	0.45	0.54	ごま				
<b>■ポン酢あえ</b>							
だいこん	25.00	30.00		★うま塩こんぶあえ			
だいこん	25.00	30.00		だいこん	25.00	30.00	
(冷) ほうれん草	15.00	18.00		(冷) ほうれん草	15.00	18.00	
にんじん	10.00	12.00		にんじん	10.00	12.00	
ポン酢しょうゆ	4.00	4.80	小麦※、大豆	ごま油	1.00	1.20	ごま油
削り節	0.30	0.36					
ちりめんじゃこ	0.50	0.60	ちりめんじゃこ	塩こんぶ	1.50	1.80	小麦※、大豆
			えびかにコンタミ				ソルビトール
<b>■すき焼き風うどん汁</b>							
調合サラダ油	0.50	0.60	大豆	★みそ煮込み風うどん汁			
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	40.00	50.00	豚肉	(冷) 鶏もも肉 カット	40.00	50.00	鶏肉
しらたき カット	10.00	15.00		しらたき カット	10.00	15.00	
はくさい	20.00	30.00		はくさい	20.00	30.00	
干しいたけ スライス	0.50	0.60		干しいたけ スライス	0.50	0.60	
水	120.00	120.00		水	120.00	120.00	
合成清酒	1.00	1.00	酒類	こいくちしょうゆ	4.00	4.00	小麦※、大豆
和風だし	2.00	2.00		和風だし	2.00	2.00	
上白糖	5.50	5.50		上白糖	1.00	1.00	
こいくちしょうゆ	12.00	12.00	小麦※、大豆	淡色辛みそ	8.00	8.00	大豆
根深ねぎ	10.00	12.00		根深ねぎ	10.00	12.00	

# アレルギー等対応詳細献立表

3月5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>■厚揚げホイコウロウ</b>				<b>★タラと野菜の中華炒め</b>			
(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
調合サラダ油	0.20	0.24	大豆	調合サラダ油	0.20	0.24	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	25.00	30.00	豚肉	タラ 角切り	25.00	30.00	
キャベツ	20.00	24.00		キャベツ	20.00	24.00	
ピーマン(種取り)	5.00	6.00		ピーマン(種取り)	5.00	6.00	
上白糖	0.70	0.84		上白糖	0.70	0.84	
とりがらスープ	0.50	0.60	鶏肉	とりがらスープ	1.00	1.20	鶏肉
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
甜麺醤	2.00	2.40	小麦※、大豆、ごま油				
片栗粉	0.20	0.24		片栗粉	0.20	0.24	
ごま油	0.20	0.24	ごま油	ごま油	0.20	0.24	ごま油
<b>■コロコロキムチ</b>				<b>★だいこんナムル</b>			
だいこん	40.00	48.00		だいこん	30.00	36.00	
きゅうり	10.00	12.00	きゅうり	(冷)ほうれん草	20.00	24.00	
食塩	0.15	0.18					
キムチの素	1.50	1.80	小麦※、りんご、トマト とうがらし、ステビア	塩中華ドレッシング	4.00	4.80	
<b>■八宝菜</b>				<b>★鶏肉と野菜の中華煮</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
おろししょうが	0.20	0.24		おろししょうが	0.20	0.24	
鶏むね 皮つき 小間	20.00	30.00	鶏肉	鶏むね 皮つき 小間	30.00	40.00	鶏肉
合成清酒	1.00	1.00	酒類	おろしにんにく	0.20	0.24	
たまねぎ	20.00	24.00		たまねぎ	20.00	24.00	
にんじん	10.00	12.00		にんじん	10.00	12.00	
たけのご短冊	15.00	18.00		たけのご短冊	15.00	18.00	
はくさい	30.00	40.00		はくさい	30.00	40.00	
なると	5.00	6.00	酒類				
むきえび	10.00	15.00	エビ	焼きちくわ	15.00	18.00	
いか短冊	10.00	15.00	イカ				
干しいたけ スライス	0.50	0.60		干しいたけ スライス	0.50	0.60	
水	70.00	70.00		水	70.00	70.00	
とりがらスープ	2.50	2.50	鶏肉	とりがらスープ	2.50	2.50	鶏肉
上白糖	2.00	2.00		上白糖	2.00	2.00	
オイスターソース	2.00	2.00	小麦※、大豆、カキ	淡色辛みそ	1.00	1.00	大豆
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦※、大豆	こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦※、大豆
(冷)こまつな	10.00	12.00		(冷)こまつな	10.00	12.00	
片栗粉	3.50	3.50		片栗粉	3.50	3.50	
ごま油	0.30	0.36	ごま油	ごま油	0.30	0.36	ごま油

# アレルギー等対応詳細献立表

3月6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>■きなこ揚げパン</b>				<b>★揚げ米粉パン</b>			
(冷) コッペパン	35.00	35.00	小麦、大豆 卵つなぎ、乳つなぎ ココナッツ、豚肉	米粉パン	28.00	28.00	
大豆油	7.00	7.00	大豆	大豆油	6.00	6.00	大豆
上白糖	3.50	3.50		上白糖	3.00	3.00	
きな粉	3.50	3.50	大豆、きな粉				
<b>■牛乳</b>							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
<b>■こんにゃく海そうサラダ</b>							
海藻サラダのもと	0.50	0.60					
(冷) ブロッコリー	15.00	18.00					
(冷) パプリカダイス 赤	2.00	2.40					
だいこん	15.00	18.00					
サラダ用こんにゃく	15.00	18.00					
青じそドレッシング	6.00	7.20	小麦※、大豆				
<b>■焼きそば</b>				<b>★米粉めんイカ焼きそば</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	35.00	50.00	豚肉	(冷) イカ 短冊	10.00	20.00	イカ
				(冷) 鶏もも肉 カット	25.00	30.00	鶏肉
たまねぎ	20.00	24.00		たまねぎ	20.00	24.00	
キャベツ	20.00	24.00		キャベツ	30.00	36.00	
もやし	15.00	18.00	もやし				
にんじん	10.00	12.00		にんじん	10.00	12.00	
こまつな	10.00	12.00		こまつな	15.00	18.00	
ウスターソース	6.00	7.20	トマト	ウスターソース	5.00	6.00	トマト
				中濃ソース	10.00	12.00	トマト
焼そばソース(粉末)	4.00	4.80	とうがらし	上白糖	0.30	0.36	
				食塩	0.20	0.24	
蒸し中華めん	60.00	80.00	小麦	米粉めん	45.00	60.00	
<b>■チーズ</b>				<b>★ミニぶどうゼリー</b>			
チーズ	小①	中②	乳	ミニぶどうゼリー	小①	中②	
	5.00	10.00		ミニぶどうゼリー	16.00	32.00	ぶどう果汁

# アレルギー等対応詳細献立表

3月7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	55.00	82.00					
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>■サバのみそ煮</b>							
サバのみそ煮	50.00	70.00	サバ、大豆	★タラの甘みそ煮			
				タラ 角切り	50.00	70.00	
				淡色辛みそ	2.00	2.40	大豆
				こいくちしょうゆ	1.00	1.20	小麦※、大豆
				上白糖	1.50	1.80	
				和風だし	0.20	0.24	
水	8.00	9.60					
<b>■いそあえ</b>							
★もやし抜きいそあえ							
はくさい	20.00	24.00		はくさい	30.00	36.00	
もやし	20.00	24.00	もやし				
(冷) こまつな	10.00	12.00		(冷) こまつな	20.00	24.00	
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
きざみのり	1.00	1.20		きざみのり	1.00	1.20	
<b>■だんご汁</b>							
★							
調合サラダ油	0.50	0.60	大豆				
おろししょうが	0.20	0.24					
ぶた肉 小間	10.00	15.00	豚肉				
つきこん	8.00	10.00					
ごぼう(むき)	8.00	10.00					
にんじん	8.00	10.00					
だいこん	30.00	40.00					
すいとん	50.00	60.00	小麦				
水	90.00	90.00					
和風だし	2.00	2.00					
こいくちしょうゆ	6.00	6.00	小麦※、大豆				
本みりん	2.00	2.00	酒類				
根深ねぎ	5.00	6.00					

# アレルギー等対応詳細献立表

3月10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>■イカと野菜のハーブグリル</b>				<b>★メバルと野菜のバジル焼き</b>			
イカ 2cm角	30.00	36.00	イカ	メバル 一塩	30.00	36.00	メバル
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	1.00	1.20	小麦※、大豆 鶏肉、ごま油	コンソメ	1.00	1.20	小麦※、大豆 鶏肉、ごま油
バジル みじん切り	0.10	0.12		バジル みじん切り	0.10	0.12	
オリーブ油	1.00	1.20		オリーブ油	1.00	1.20	
かぼちゃ ディスカット	15.00	18.00		かぼちゃ ディスカット	15.00	18.00	
(冷) ブロccoli	15.00	18.00		(冷) ブロccoli	15.00	18.00	
<b>■チキンカレー</b>				<b>★チキンハヤシシチュー</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	
鶏むね 皮つき 小間	30.00	36.00	鶏肉	鶏むね 皮つき 小間	30.00	36.00	鶏肉
にんじん	15.00	20.00		にんじん	15.00	20.00	
たまねぎ	45.00	55.00		たまねぎ	45.00	55.00	
じゃがいも	45.00	55.00		じゃがいも	45.00	55.00	
水	50.00	50.00		水	50.00	50.00	
白いんげんペースト	10.00	10.00		白いんげんペースト	10.00	10.00	
ディナーカレー	5.00	9.00	小麦、大豆、乳つなぎ 豚肉、鶏肉、バナナ りんご、カレールウ	ハヤシルウ	20.00	20.00	
バーモントカレー	13.00	9.00	小麦、大豆、豚肉 乳つなぎ、はちみつ バナナ、りんご トマト、カレールウ				
こいくちしょうゆ	1.00	1.00	小麦※、大豆				
<b>■フルーツジュレ</b>				<b>★サイダージュレ</b>			
もも レトルト	10.00	12.00	もも、もも加工品	カットゼリー (いちご)	20.00	24.00	いちご果汁
パイナップル レトルト	10.00	12.00	パイナップル パイナップル加工品				
ナタデココ	10.00	12.00	ココナッツ	カットゼリー (サイダー)	35.00	42.00	レモン果汁
カットゼリー (サイダー)	25.00	30.00	レモン果汁				

※ 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

3月11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>■こめっこぼん</b>							
こめっこぼん	50.00	70.00	小麦、大豆、乳つなぎ				
<b>■ジョア (プレーン)</b>							
ジョア プレーン	125.00	125.00	乳				
<b>■ハムステーキアップルソースがけ</b>				<b>★ホキのレモンソースがけ</b>			
ハムステーキ	50.00	50.00	豚肉、小麦※、大豆	ホキ 切り身 一塩	50.00	50.00	ホキ
アップルソース	10.00	10.00	りんご、りんご加工品	上白糖	2.00	2.00	
レモン 果汁	1.00	1.00	レモン果汁	レモン 果汁	1.50	1.50	レモン果汁
オニオンソテー	5.00	5.00		水	4.00	4.00	
こいくちしょうゆ	1.00	1.00	小麦※、大豆	こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦※、大豆
<b>■コーンサラダ</b>							
キャベツ	20.00	24.00					
(冷) ブロッコリー	20.00	24.00					
(冷) ホールコーン	8.00	9.60					
(冷) パプリカダイス 赤	2.00	2.40					
コーンクリーミードレッシング	6.00	7.20					
黒こしょう	0.01	0.01					
<b>■ABCスープ</b>				<b>★</b>			
調合サラダ油	0.50	0.60	大豆				
おろししょうが	0.20	0.24					
鶏むね 皮つき 小間	10.00	15.00	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					
じゃがいも	20.00	30.00					
水	110.00	110.00					
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					
ABCマカロニ	5.00	6.00	小麦				
にんじん	10.00	15.00					
こまつな	10.00	15.00					

# アレルギー等対応詳細献立表

3月12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>■わかめごはん</b>							
精白米	70.00	100.00					
わかめご飯の素	1.00	1.40					
<b>■牛乳</b>							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
<b>■とり肉の米粉から揚げ</b>							
鶏もも 皮なし 35g	70.00	70.00	鶏肉				
おろしにんにく	0.40	0.40					
おろししょうが	0.40	0.40					
こいくちしょうゆ	2.00	2.00	小麦※、大豆				
米粉	7.00	7.00					
大豆油	7.00	7.00	大豆				
<b>■ごまあえ</b>				<b>★マヨぼんあえ</b>			
はくさい	15.00	18.00		はくさい	15.00	18.00	
(冷)ほうれん草	15.00	18.00		(冷)ほうれん草	15.00	18.00	
しらたき カット	10.00	12.00		しらたき カット	10.00	12.00	
にんじん	10.00	12.00		にんじん	10.00	12.00	
上白糖	2.00	2.40		ポン酢しょうゆ	4.00	4.80	小麦※、大豆
こいくちしょうゆ	2.00	2.40	小麦※、大豆	マヨネーズ	2.00	2.40	大豆、小麦※
すりごま	3.00	3.60	ごま				卵、マヨネーズ
<b>■なめこ汁</b>				<b>★</b>			
水	120.00	120.00					
だしパック	1.40	1.40					
だいこん	30.00	36.00					
さといも(むぎ)	25.00	30.00	さといも				
カットなめこ	25.00	30.00					
(冷)油揚げカット	5.00	6.00	大豆				
米みそ	3.00	3.60	大豆				
減塩みそ	3.00	3.60	大豆				
根深ねぎ	5.00	6.00					
<b>■お祝いケーキ(中3のみ)</b>				<b>★お祝いデザート(中3のみ)</b>			
いちごケーキ	0.00	28.00	乳、卵、小麦 いちご加工品、大豆	いちごゼリー	0.00	35.00	大豆、豆乳 いちご加工品

# アレルギー等対応詳細献立表

3月13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>■背割れコッペパン</b>							
コッペパン	50.00	70.00	小麦、大豆、乳つなぎ				
<b>■牛乳</b>							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
<b>■チリコンカン</b>				<b>★えだまめカレーチリコンカン</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
おろしにんにく	0.30	0.36		おろしにんにく	0.30	0.36	
鶏ひき肉	30.00	36.00	鶏肉	鶏ひき肉	30.00	36.00	鶏肉
つきこん	5.00	6.00		つきこん	5.00	6.00	
たまねぎ	10.00	12.00		たまねぎ	10.00	12.00	
水煮大豆 国産	15.00	18.00	大豆、水煮大豆	(冷) むきえだまめ	15.00	18.00	
ひよこまめ ゆで	10.00	12.00		ひよこまめ ゆで	10.00	12.00	
金時豆 蒸し煮豆	10.00	12.00		金時豆 蒸し煮豆	10.00	12.00	
白こしょう	0.01	0.01		白こしょう	0.01	0.01	
トマトケチャップ	7.50	9.00	トマト	トマトケチャップ	7.50	9.00	トマト
トマトピューレー	7.50	9.00	トマト	カレー粉	0.70	0.84	カレー粉
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>■ツナチーズサラダ</b>				<b>★厚揚げフレンチサラダ</b>			
だいこん	20.00	24.00		だいこん	20.00	24.00	
(冷) ブロッコリー	15.00	18.00		(冷) ブロッコリー	15.00	18.00	
(冷) ホールコーン	5.00	6.00		(冷) ホールコーン	5.00	6.00	
(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	
穀物酢	3.00	3.60		フレンチドレッシング	5.00	6.00	
上白糖	1.20	1.44					
オリーブ油	0.50	0.60					
食塩	0.20	0.24					
黒こしょう	0.01	0.01		黒こしょう	0.01	0.01	
ツナ水煮レトルト	5.00	6.00	ツナ	(冷) ミニ絹厚揚げ	10.00	12.00	大豆
サラダ用チーズ	5.00	6.00	乳				
<b>■ポトフ</b>				<b>★</b>			
調合サラダ油	0.30	0.36	大豆				
カットウィンナー	15.00	18.00	豚肉、大豆				
セロリー	2.00	2.40					
たまねぎ	20.00	24.00					
にんじん	10.00	12.00					
じゃがいも	30.00	40.00					
キャベツ	30.00	40.00					
しめじ ほぐし	8.00	9.60					
水	90.00	90.00					
コンソメ	2.00	2.00	小麦※、大豆 鶏肉、ごま油				
ローリエ	0.05	0.06					
白こしょう	0.01	0.01					
こまつな	8.00	9.60					

# アレルギー等対応詳細献立表

3月14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>■サケの塩焼き</b>				<b>★赤魚のゴマ塩焼き</b>			
サケ 切り身 一塩	40.00	50.00	サケ	赤魚 切り身 一塩	40.00	50.00	赤魚
				黒ごま	0.30	0.36	ごま
<b>■きんぴらごぼう</b>				<b>★ごぼうの炒め煮</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
きんぴら用ごぼう	30.00	36.00		きんぴら用ごぼう	30.00	36.00	
つきこん	15.00	18.00		つきこん	15.00	18.00	
上白糖	1.20	1.44		上白糖	1.20	1.44	
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	0.20	0.24		和風だし	0.20	0.24	
さつま揚げ	5.00	6.00	酒類	焼きちくわ	5.00	6.00	
(冷) さやいんげん	5.00	6.00		(冷) さやいんげん	5.00	6.00	
ごま油	0.20	0.24	ごま油	ごま油	0.20	0.24	ごま油
<b>■豚汁</b>				<b>★</b>			
調合サラダ油	0.50	0.60	大豆				
ふた肉 小間	15.00	20.00	豚肉				
しらたき	10.00	12.00					
だいこん	30.00	36.00					
にんじん	10.00	12.00					
さといも(むぎ)	20.00	30.00	さといも				
ブチ豆腐	20.00	30.00	大豆				
水	100.00	100.00					
赤色辛みそ	4.00	4.00	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

3月17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>■メバルの中華ねぎみそ焼き</b>				<b>★タラの中華ねぎみそ焼き</b>			
メバル 切り身 一塩	40.00	50.00	メバル	タラ 角切り	40.00	50.00	
根深ねぎ	2.00	2.40		根深ねぎ	2.00	2.40	
減塩みそ	2.00	2.40	大豆	減塩みそ	2.00	2.40	大豆
こいくちしょうゆ	1.00	1.20	小麦※、大豆	こいくちしょうゆ	1.00	1.20	小麦※、大豆
上白糖	1.50	1.80		上白糖	1.50	1.80	
ごま油	0.50	0.60	ごま油	ごま油	0.30	0.36	ごま油
水	10.00	12.00		水	10.00	12.00	
片栗粉	0.20	0.24		片栗粉	0.20	0.24	
<b>■クラゲサラダ</b>				<b>★中華ツナサラダ</b>			
中華くらげ	10.00	12.00	小麦※、大豆、ゼラチン ごま、とうがらし	ツナ 水煮レトルト	6.00	7.20	ツナ
キャベツ	15.00	18.00		キャベツ	20.00	24.00	
もやし	15.00	18.00	もやし	(冷) ホールコーン	8.00	9.60	
(冷) ほうれん草	10.00	12.00		(冷) ほうれん草	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	3.00	3.60	
穀物酢	0.50	0.60		塩中華ドレッシング	4.00	5.00	
こいくちしょうゆ	1.20	1.44	小麦※、大豆				
上白糖	0.30	0.36					
ごま油	0.20	0.24	ごま油				
いりごま	0.50	0.60	ごま				
<b>■五目スープ</b>				<b>★</b>			
調合サラダ油	0.50	0.60	大豆				
おろししょうが	0.20	0.24					
ぶた肉 小間	10.00	20.00	豚肉				
幅広こんにゃく	10.00	12.00					
だいこん	20.00	24.00					
じゃがいも	25.00	30.00					
えのきだけ ほぐし	5.00	6.00					
プチ豆腐	15.00	20.00	大豆				
水	110.00	110.00					
本みりん	0.50	0.60	酒類				
こいくちしょうゆ	1.50	1.50	小麦※、大豆				
とりがらスープ	1.00	1.00	鶏肉				
カットわかめ	0.50	0.60					
にんじん	10.00	12.00					
根深ねぎ	5.00	6.00					
ごま油	0.30	0.36	ごま油				

# アレルギー等対応詳細献立表

3月18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、乳つなぎ				
<b>■牛乳</b>							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
<b>■オムレツケチャップソース</b>				<b>★ガーリックチキン</b>			
プレーンオムレツ	50.00	60.00	卵、大豆	(冷) 鶏もも肉 カット	50.00	60.00	鶏肉
				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	コンソメ	1.00	1.20	小麦※、大豆
中濃ソース	1.00	1.20	トマト				鶏肉、ごま油
上白糖	0.40	0.48		バジル	0.05	0.06	
<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	15.00	20.00	鶏肉				
たまねぎ	15.00	18.00					
じゃがいも	30.00	40.00					
はくさい	30.00	40.00					
(冷) ホールコーン	5.00	6.00					
水	80.00	80.00					
白いんげんペースト	10.00	10.00					
ベシャメルソース	5.00	5.00	小麦、大豆、乳、豚肉				
シチューの素	10.00	10.00	小麦、大豆、乳、豚肉				
スキムミルク	2.00	2.00	乳				
ほうれん草	5.00	6.00					
にんじん	10.00	12.00					
<b>■柑橘類</b>				<b>★マスカットゼリー</b>			
柑橘類	40.00	40.00	柑橘類	マスカットゼリー	30.00	30.00	ぶどう果汁

※ 提供品種は未定です。

# アレルギー等対応詳細献立表

3月19日(水)

※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>■ごはん(-10g)</b>							
精白米	60.00	88.00					
<b>■牛乳</b>							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
<b>■和風とうふハンバーグ</b>				<b>★ホッケ和風ソースがけ</b>			
豆腐ハンバーグ	60.00	80.00	鶏肉、豚肉 酒類、大豆	ホッケ 切り身 一塩	50.00	50.00	ホッケ
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	2.00	2.40	
おろししょうが	0.20	0.24		おろししょうが	0.20	0.24	
和風だし	0.10	0.12		和風だし	0.10	0.12	
水	4.00	4.80		水	4.00	4.80	
片栗粉	0.30	0.36		片栗粉	0.30	0.36	
<b>■ウドのいため煮</b>				<b>★いんげんの炒め煮</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
鶏むね 皮つき 小間	10.00	12.00	鶏肉	鶏むね 皮つき 小間	10.00	12.00	鶏肉
こんにゃく	20.00	24.00		こんにゃく	20.00	24.00	
うどん カット	20.00	24.00	ウド	(冷) さやいんげん	20.00	24.00	
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
和風だし	0.30	0.36		和風だし	0.30	0.36	
<b>■みそけんちん汁</b>				<b>★</b>			
調合サラダ油	0.30	0.36	大豆				
ごぼう(むぎ)	8.00	10.00					
つきこん	8.00	10.00					
木綿豆腐	20.00	25.00	大豆				
だいこん	30.00	40.00					
にんじん	10.00	12.00					
さといも(むぎ)	20.00	30.00	さといも				
干しいたけ スライス	0.50	0.60					
水	100.00	100.00					
こいくちしょうゆ	5.00	5.00	小麦※、大豆				
減塩みそ	3.00	3.00	大豆				
上白糖	1.00	1.00					
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				
<b>■粒あんぼたち</b>							
粒あんぼたち	50.00	50.00					

# アレルギー等対応詳細献立表

3月21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>■カレーピラフ</b>				<b>★チキンピラフ</b>			
精白米	55.00	82.00		精白米	55.00	82.00	
調合サラダ油	0.50	0.60	大豆	調合サラダ油	0.50	0.60	大豆
おろしにんにく	0.20	0.24		おろしにんにく	0.20	0.24	
カットウインナー1cm	10.00	12.00	豚肉、大豆	(冷) 鶏もも肉 カット	10.00	12.00	鶏肉
たまねぎ	10.00	12.00		たまねぎ	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	
コンソメ	1.50	1.80	小麦※、大豆 鶏肉、ごま油	コンソメ	1.50	1.80	小麦※、大豆 鶏肉、ごま油
カレー粉	0.30	0.36	カレー粉	食塩	0.10	0.12	
上白糖	0.10	0.12		上白糖	0.10	0.12	
にんじん	5.00	6.00		にんじん	5.00	6.00	
(冷) グリンピース	5.00	6.00		(冷) さやいんげん	5.00	6.00	
<b>■牛乳</b>							
普通牛乳	206.00	206.00	乳				
<b>■エビカッタータルソースがけ</b>				<b>★お米とポテトのささみカツ</b>			
エビカツ	30.00	55.00	エビ、小麦、大豆	お米とポテトのささみカツ	40.00	60.00	鶏肉
大豆油	3.00	5.50	大豆	大豆油	4.00	6.00	大豆
卵不使用タルタルソース	6.00	10.00	大豆、豆乳	ウスターソース	3.00	5.00	トマト
<b>■花野菜サラダ</b>				<b>★フレンチサラダ</b>			
(冷) ブロッコリー	20.00	24.00		(冷) ブロッコリー	20.00	24.00	
(冷) カリフラワー	15.00	18.00		(冷) カリフラワー	15.00	18.00	
だいこん	15.00	18.00		だいこん	15.00	18.00	
卵不使用ごまドレッシング	6.00	7.20	ごま、大豆	フレンチドレッシング	5.00	6.00	
<b>■ミネストローネ</b>				<b>★</b>			
調合サラダ油	0.30	0.36	大豆				
おろしにんにく	0.20	0.24					
鶏むね 皮つき 小間	8.00	15.00	鶏肉				
こんにゃく	8.00	10.00					
セロリー	2.00	2.40					
たまねぎ	20.00	24.00					
じゃがいも	25.00	30.00					
さきエリンギ	8.00	10.00					
キャベツ	25.00	30.00					
水	90.00	90.00					
トマトピューレー	15.00	15.00	トマト				
トマトケチャップ	5.00	5.00	トマト				
コンソメ	2.00	2.00	小麦※、大豆 鶏肉、ごま油				
白こしょう	0.01	0.01					
こまつな	10.00	15.00					
<b>■いちごゼリー</b>				<b>★チョコプリン</b>			
いちごゼリー	35.00	35.00	大豆、豆乳 いちご加工品	チョコプリン (乳卵小麦大豆不使用)	30.00	30.00	

# アレルギー等対応詳細献立表

3月24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>■レモンメンチ</b>				★とり肉のサッパリ炒め			
レモンメンチ	70.00	70.00	鶏肉、小麦、豚肉	調合サラダ油	0.30	0.30	大豆
			卵つなぎ、乳つなぎ	おろしにんにく	0.20	0.20	
			柑橘の皮、大豆	(冷) 鶏もも肉 カット	70.00	70.00	鶏肉
			レモン加工品	(冷) さやいんげん	10.00	10.00	
大豆油	7.00	7.00	大豆	上白糖	0.30	0.30	
				ポン酢しょうゆ	6.00	6.00	小麦※、大豆
<b>■にんじんしりしり</b>				★にんじんの炒めもの			
調合サラダ油	0.30	0.36	大豆	調合サラダ油	0.30	0.36	大豆
にんじん	35.00	42.00		にんじん	35.00	42.00	
ツナ水煮レトルト	5.00	6.00	ツナ	焼きちくわ	5.00	6.00	
しらたき カット	10.00	12.00		しらたき カット	10.00	12.00	
そばつゆ	1.50	1.80	小麦※、大豆、サバ	そばつゆ	1.50	1.80	小麦※、大豆、サバ
<b>■ニラ玉みそ汁</b>				★			
水	120.00	120.00					
和風だし	1.50	1.50					
たまねぎ	20.00	25.00					
だいこん	20.00	30.00					
はくさい	20.00	25.00					
プチ豆腐	15.00	20.00	大豆				
赤色辛みそ	4.00	4.00	大豆				
減塩みそ	2.00	2.00	大豆				
液卵	10.00	15.00	卵				
にら	5.00	6.00					

# アレルギー等対応詳細献立表

3月25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>■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>■チーズ入りかまぼこ</b>				★ちくわしゅうまい			
チーズ入りかまぼこ	40.00	50.00	乳、豚肉	焼きちくわ	16.00	24.00	
				(冷) 鶏ひき肉	14.00	21.00	鶏肉
				(冷) 刻みたまねぎ	6.00	9.00	
				食塩	0.05	0.06	
				白こしょう	0.01	0.01	
				とりがらスープ	0.10	0.15	鶏肉
				ごま油	0.30	0.45	ごま油
				片栗粉	0.50	0.75	
<b>■ナムル</b>				★塩ナムル			
キャベツ	20.00	24.00		キャベツ	20.00	24.00	
ほうれん草	15.00	18.00		ほうれん草	15.00	18.00	
しらたき カット	10.00	12.00		しらたき カット	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	
(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	
こいくちしょうゆ	3.00	3.60	小麦※、大豆	塩中華ドレッシング	5.00	6.00	
上白糖	1.50	1.80					
ごま油	0.50	0.60	ごま油				
きざみのり	0.30	0.36					
いりごま	0.30	0.36	ごま				
<b>■塩ラーメンスープ</b>				★みそラーメンスープ			
調合サラダ油	0.50	0.60	大豆	ごま油	0.30	0.36	大豆
おろしにんにく	0.20	0.24		おろしにんにく	0.30	0.36	
ぶた肉 小間	15.00	20.00	豚肉	(冷) 鶏もも肉 カット	15.00	20.00	鶏肉
だいこん	20.00	24.00		だいこん	20.00	24.00	
もやし	15.00	20.00	もやし	(冷) こまつな	15.00	20.00	
たけのご短冊	10.00	15.00		たけのご短冊	10.00	15.00	
水	120.00	120.00		水	120.00	120.00	
塩ラーメンスープ	10.00	10.00	小麦※、ごま油	淡色辛みそ	9.00	9.00	大豆
			鶏肉、豚肉、カキ	上白糖	1.00	1.00	
			ホタテ、貝類、大豆	こいくちしょうゆ	3.00	3.00	小麦※、大豆
とりがらスープ	0.50	0.50	鶏肉	とりがらスープ	1.00	1.00	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	1.00	1.50		カットわかめ	1.00	1.50	