

12月食物アレルギー用献立表

12月1日(金)	12月4日(月)	12月5日(火)	12月6日(水)
五目御飯 筑前煮 はくさいのちぐさあえ	白ごはん 具だくさんみそ汁 豚肉と野菜の生姜炒め	麦ごはん キーマカレー みかんサラダ	白ごはん 中華うま煮 もやしとささみの和え物
精白米 ①JP五目釜めし 鶏肉 もも 皮つき 鶏肉 はねみ 皮なし じゃがいも にんじん ごぼう (乱切り) れんこん(乱切り) 三角こんにゃく(小) ②平天 (さつまあげ) 青まめ たけのこ缶 濃口醤油 うすくちしょうゆ 三温糖 みりん サラダ油 ③きざみ揚げ (カット油揚げ) 太もやし はくさい すりごま 三温糖 うすくちしょうゆ 純正ごま油	精白米 20 25 たまねぎ 10 13 かいちん 15 19.5 ごぼう (ささがき) 20 26 豆腐 20 26 きざみ揚げ (カット油揚げ) 【1日③参照】 13 17 ねぎ (冷凍) 20 26 すりみそ 6 7 豚のももスライス 2.5 3 にんじん 2.5 3 キャベツ 1.5 1.8 太もやし 1 1.2 エリンギ 生 短冊 0.5 0.6 生姜 濃口醤油 5 6 うすくちしょうゆ 37 44 酒 20 24 みりん 1 1.2 三温糖 2 2.4 サラダ油 2.8 3.4 1 1.2	70 90 70 90 麦ごはん (精米・精麦) 20 26 豚ひき肉 30 36 じゃがいも 25 32.5 にんじん 10 13 たまねぎ 20 26 蒸し挽き割り大豆 5 7 グリンピース 2 2.5 サラダ油 3 3.6 国産おろしにんにく 10 12 ①スペシャルカレーフレーク ②エブリィカレーフレーク 3 3.6 ③とろける給食用カレーフレーク 42 54.6 42 54.6 20 26 ④トマトケチャップ 15 19.5 ⑤ウスターーソース 25 32.5 ⑥チキンスープ 10 13 すりおろしりんご (1kg レトルト) 1 1.3 2 2.6 キャベツ 2 2.6 きゅうり 1.2 1.5 甘みあっさりみかん 0.8 0.96 ⑦ロースハムスライス (短冊) サラダ油 レモン汁 (ポッカレモン) 酢 こしょう 塩 ⑤ウスターーソース トマト、玉ねぎ、人参、ねぎ、マッシュルーム、にんにく、シャロット、砂糖、ぶどう糖果糖液糖、醸造酢、食塩、香辛料、たん白加水分解物 (アレルギー表示: 一) ⑥チキンスープ 鶏骨、酵母エキス、水 (アレルギー表示: 鶏肉) ※小麦	70 100 70 100 70 100 20 24 豚ももスライス 45 54 酒 20 25 ① (大冷) ミニ絹厚揚げ (加工デンプン)、豆腐用凝固剤、酵素水 (アレルギー表示: 大豆) 35 40 にんじん 5 6 たまねぎ 6 7 ゆでうずら卵 (フレッシュ) 0.5 0.6 たけのこ缶 0.4 0.5 青まめ 5 6 椎茸スライス (干) 4 5 生姜 4 5 三温糖 3 3.5 うすくちしょうゆ 1.2 1.6 ②中華用スープストック 10 13 でんぶん 7 8 純正ごま油 30 36 太もやし 17 20.4 ③とりささみチャンク 18 21.6 きゅうり 5 6 花そうみ (乾わかめ) 1 1.2 すりごま 0.4 0.48 酢 1.3 1.56 うすくちしょうゆ 0.02 0.02 三温糖 0.3 0.36 純正ごま油 ③とりささみチャンク 鶏肉 (ささみ)、食塩、醸造酢、砂糖、寒天、オニオンパウダー、香辛料 (こしょう)、pH調整剤、水 (アレルギー表示: 鶏肉) ※卵
①JP五目釜めし しょうゆ(小麦、大豆)、ごぼう、たけのこ、こんにゃく、にんじん、鶏肉、油揚げ、たん白加水分解物(小麦)、植物油脂(なたね)、食塩、鰹節エキス、みりん、煮干エキス、干しいたけ、カキエキス(大豆)、チキンエキス、醸造調味料、砂糖、昆布エキス、水 (アレルギー表示: 小麦、大豆、鶏肉)	②平天 (さつまあげ) 魚肉(タラ)、でん粉(甘しょ)、砂糖、みりん、食塩、植物油 (アレルギー表示: 一) ※えび、かに、卵白、小麦	③きざみ揚げ (カット油揚げ) 丸大豆、植物油脂(なたね)、凝固剤 (アレルギー表示: 大豆)	④トマトケチャップ トマト、糖類(砂糖・ぶどう糖果糖液糖、ぶどう糖)、醸造酢、たまねぎ、食塩、香辛料 (アレルギー表示: 一)
⑤ウスターーソース トマト、玉ねぎ、人参、ねぎ、マッシュルーム、にんにく、シャロット、砂糖、ぶどう糖果糖液糖、醸造酢、食塩、香辛料、たん白加水分解物 (アレルギー表示: 一)	⑥チキンスープ 鶏骨、酵母エキス、水 (アレルギー表示: 鶏肉)	⑦ロースハムスライス (短冊) 豚ロース肉、乳蛋白、大豆蛋白、食塩、卵蛋白、ポークエキス、トレハロース、カゼインNa、リノ酸塩(Na)、調味料(アミノ酸等)、増粘多糖類、酸化防止剤(エリソルビン酸Na)、保存料(ソルビン酸K)、発色剤(亜硝酸Na)、着色料(コチニール)、香辛料抽出物 (アレルギー表示: 乳、卵、大豆、豚肉) ※小麦	※コンタミ・キャリー等由来

12月食物アレルギー用献立表

※コンタミ・キャリー等由来

12月食物アレルギー用献立表

12月13日(水)				12月14日(木)				12月15日(金)				12月18日(月)			
白ごはん マロニースープ ホイコーロー				米粉パン トマト鍋 ごぼうサラダ				白ごはん だんご汁 野菜のごま和え ホッケのフライ				白ごはん わかめスープ ビビンバ			
精白米	①カットベーコン(乳・卵不使用) 豚ばら肉、水あめ、砂糖、食塩、リン酸塩(Na)、調味料(アミノ酸等)、酸化防止剤(ビタミンC)、発色剤(亞硝酸Na)、香辛料抽出物、食品素材(アレルギー表示:豚肉)	70 90	①米粉パン ②煮込みミートボール カットベーコン(乳・卵不使用)【13日①参照】 冷凍大豆(煮大豆) たまねぎ にんじん ねぎ(冷凍) えのきたけ ②マロニー チキンスープ【5日⑥参照】 中華用スープストック【6日②参照】 うすくちしょうゆ 塩 こしょう 豚ももスライス 国産おろしにんにく 生姜 酒 ③国産ミニ絹厚揚げ(Ca・鉄・繊維)【南給】 キャベツ たけのこ缶 ピーマン 濃口醤油 ④トウバンジャン ⑤テンメンジャン(テーオー) 赤みそ でんぶん 純正ごま油 ④トウバンジャン 塩蔵唐辛子、そら豆加工品、乾燥唐辛子、食塩、酒精、酸化防止剤(ビタミンC)、ピロリン酸第二鉄、水(アレルギー表示:大豆) ⑤テンメンジャン(テーオー) 砂糖、みそ(大豆)、なたね油、しょうゆ(小麦、大豆)、大麦粉、食塩、水(アレルギー表示:小麦、大豆)	7 8 35 42 27 32.5 3 3.6 15 18 5 6 7 9 0.3 0.4 3.5 4.2 0.2 0.24 0.02 0.03 34 41 0.25 0.3 0.3 0.36 1 1.2 22 26 31 37 10 12 6 7 1.4 1.7 0.04 0.05 4 4.8 0.8 1 0.9 1 0.5 0.6	①米粉パン ②煮込みミートボール カットベーコン(乳・卵不使用)【13日①参照】 冷凍大豆(煮大豆) たまねぎ にんじん ねぎ(冷凍) えのきたけ ②マロニー チキンスープ【5日⑥参照】 中華用スープストック【6日②参照】 うすくちしょうゆ 塩 こしょう 豚ももスライス 国産おろしにんにく 生姜 酒 ③国産ミニ絹厚揚げ(Ca・鉄・繊維)【南給】 キャベツ たけのこ缶 ピーマン 濃口醤油 ④トウバンジャン ⑤テンメンジャン(テーオー) 赤みそ でんぶん 純正ごま油 ④トウバンジャン 塩蔵唐辛子、そら豆加工品、乾燥唐辛子、食塩、酒精、酸化防止剤(ビタミンC)、ピロリン酸第二鉄、水(アレルギー表示:大豆) ⑤テンメンジャン(テーオー) 砂糖、みそ(大豆)、なたね油、しょうゆ(小麦、大豆)、大麦粉、食塩、水(アレルギー表示:小麦、大豆)	50 70 30 36 2.8 3.3 5 6 10 12 15 18 20 24 30 36 3 3.6 0.4 0.48 7 8.4 0.35 0.42 0.02 0.02 2.5 3 10 12 20 24 25 30 10 12 1 1.2 0.2 0.24 8 9.6	鶏肉 もも 皮つき 鶏肉 はねみ 皮なし だいこん 白玉もち にんじん 生さつま芋2cm角切り(皮なし) はくさい 椎茸スライス(干) にぼしパック すりみそ 太もやし ほうれん草(カット) すりごま 三温糖 うすくちしょうゆ ①北海道産ホッケのフライ 大豆白絞油缶 ①北海道産ホッケのフライ ホッケ、【衣】パン粉(小麦)、パン粉打ち粉、小麦粉、食塩、増粘多糖類、水(アレルギー表示:小麦) ※卵、乳成分、えび ⑤ノンオイルまぐろチャンク まぐろ、野菜スープ、食塩、調味エキス、調味料(アミノ酸等)(大豆)、増粘剤(アミノ酸等) (アレルギー表示:大豆) ⑥マヨネーズ 食用植物油脂(なたね・大豆)、卵黄、醸造酢(りんご)、食塩、香辛料(マスター)、調味料(アミノ酸)、水(アレルギー表示:卵、大豆、りんご)	70 90 10 12 22 26 25 30 10 12 25 30 10 12 27 32 8 10 0.4 0.48 0.6 0.72 1.2 1.4 50 50 8 8 1 1.2 0.6 0.72 12 22 13 16 30 36 13 16 1.5 1.7 0.1 0.12	精白米 かまぼこ(ピンク)【12日①参照】 国産ミニ絹厚揚げ(Ca・鉄・繊維)【南給】【13日③参照】 花そうみ(乾わかめ) えのきたけ たまねぎ ねぎ(冷凍) チキンスープ【5日⑥参照】 中華用スープストック【6日②参照】 牛ひき肉 豚ひき肉 生姜 国産おろしにんにく 三温糖 濃口醤油 酒 純正ごま油 ①錦糸玉子(フュージョン) ほうれん草(カット) 太もやし しめじ いりごま トウバンジャン【13日④参照】 ①錦糸玉子(フュージョン) 鶏卵、砂糖、食塩、マルチトール、かつおだし、昆布だし、加工デンプン、食品素材(水あめ、魚介エキス:カタクチイワシ)、食用油脂(大豆・菜種)、酢酸Na、調味料(アミノ酸)、リゾチーム、水(アレルギー表示:卵、大豆)	70 90 10 12 23 28 0.5 0.6 15 18 13 16 25 30 3 4 8 10 3.5 4 1 1.2 0.4 0.5 8 10 22 26 0.5 0.6 0.3 0.4 1.4 1.7 5 6 1 1.2 0.6 0.72 12 22 13 16 30 36 13 16 1.5 1.7 0.1 0.12					

※コンタミ・キャリー等由来

12月食物アレルギー用献立

12月19日(火)			12月20日(水)			12月21日(木)				
白ごはん 石狩汁 れんこんのきんぴら	白ごはん かぼちゃのそぼろ煮 カルシウムたっぷりサラダ		黒糖パン 野菜スープ ブロッコリーとコーンのサラダ フライドチキン クリスマスケーキ							
精白米	70 90	精白米	70 90	①黒糖パン		50 70				
秋鮭2cm角切り(桑村産興)	20 25	かぼちゃ(カット) 2cm角	40 48	カットベーコン(乳・卵不使用)【13日①参照】		5 8				
生姜	0.5 0.8	鶏ひき肉 もも 皮つき	12 15.6	にんじん		20 25				
酒	1 1.2	鶏ひき肉 はねみ 皮なし	13 17	たまねぎ		30 36				
(大冷)ミニ絹厚揚げ【6日①参照】	25 28	たまねぎ	25 30	キャベツ		25 30				
じゃがいも	25 30	にんじん	20 25	じゃがいも		25 30				
だいこん	25 30	椎茸スライス(干)	0.8 1	蒸し白いんげん豆		10 12				
はくさい	25 30	たけのこ缶	13 16	パセリ		0.8 1				
ねぎ(冷凍)	3 3.6	スライスこんにゃく	20 24	チキンスープ【5日⑥参照】		8 10				
にぼしパック	2 3	①J国産大豆絹厚揚げ10(Ca・鉄・B1)【南給】	28 34	洋風スープストック【14日④参照】		0.2 0.24				
すりみそ	10 12	グリンピース 冷凍 サラダ油	8 10	うすくちしょうゆ		3.5 4				
にんじん	10 13	三温糖	0.5 0.6	塩		0.2 0.24				
豚ももスライス	30 39	濃口醤油	1.8 2.1	こしょう		0.02 0.03				
れんこん(薄切り)	24 29	うすくちしょうゆ	3.6 4.3							
突きこんにゃく	13 16	塩	2.7 3.2	ミニブロッコリー		30 36				
青まめ	10 12	みりん	0.1 0.12	ホールコーン缶		7 8.4				
サラダ油	0.7 0.9	でんぶん	1 1.2	②ノンオイルドレッシングクリーミーフレンチ		3.8 4.5				
三温糖	2 2.4		1 1.2	③宮崎県産S和風フライドチキン		50 50				
濃口醤油	4 4.8	②ちりめん	3 3.6	大豆白絞油缶		5 5				
みりん	0.6 0.7	キャベツ 花そうみ(乾わかめ) ロースハムスライス(短冊)【5日⑦参照】 ③クッキングチーズ サラダ油 三温糖 うすくちしょうゆ 酢 すりごま	38 45	④お米deクリスマスチョコケーキ		32 32				
		②ちりめん ちりめん【アレルギー表示:一】 ※えび、かに、いか、さば	1 1.2	③宮崎県産S和風フライドチキン 鶏肉、澱粉、小麦粉、食塩、香辛料、デキストリン、砂糖、大豆粉、粉末状大豆蛋白、粉末油脂、異性化液糖、酵母エキス/調味料(アミノ酸等)、重曹、pH調整剤、ソルビット、増粘剤(ゲルガム、キサンタン)、香辛料抽出物 ④お米deクリスマスチョコケーキ 豆乳、砂糖、加工油脂、米粉、ココアパウダー、水あめ、大豆粉、植物油、こんにゃく加工品(水あめ、こんにゃく粉、でん粉)、清涼飲料水、発酵調味料、水、加工デンプン、トレハロース、増粘剤(カーボラン、アルギン酸エステル)、カラメル色素、乳化剤、炭酸Ca、膨張剤、安定剤(増粘多糖類)、香料、ピロリン酸第二鉄・メタリン酸Na使用 アレルギー表示:小麦、大豆、鶏肉 アレルギー表示:大豆						

※コンタミ・キャリー等由来