

アレルギー用 明細献立表(西部学校給食センターBコース)

2025-05-09 印刷

令和7年6月1日日曜 ～ 令和7年6月30日月曜

1 ページ

2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	9(月)	10(火)	11(水)	12(木)
B	B	B	B	B	B	B	B	B
ごはん	ごはん	★まるパン	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	★コッペパン	ごはん
<u>ワカメスープ</u> 豆腐(凍) Fe添加 20. にんじん 10. もやし 10. ★細切かぼ 5. わかめ 0.6 長ねぎ 3. チンガラパック 10. 白しょうゆ 3.5 酒 1. こしょう 0.02 塩 0.1	<u>凍り豆腐の味噌汁</u> たまねぎ 10. にんじん 10. はくさい 20. こおり豆腐 1.5 油揚げ 10. 小松菜 5. 煮干し 2.4 みそ 7.5 かごかますの塩麴焼き ★かごかます(下味) 1. 切	<u>ポトフ</u> 油P 0.5 セロリー 3. たまねぎ 20. にんじん 10. ★(練)ウィンナー(切) 10. じゃが芋 20. キャベツ 20. 白ワイン 1. 塩 0.3 こしょう 0.02 チンガラスープ 5. 白しょうゆ 3. <u>フライドチキン</u> ★鶏ムネ肉(下味) 1. 枚 黒こしょう 0.01 米粉 2. でんぶん 6. 揚げ油 7. <u>コーンサラダ</u> キャベツ 30. きゅうり 5. ホールコーン 10. にんじん 3. 米酢 1. こしょう 0.02 海水塩 0.3 油P 1.	<u>豚汁</u> ごぼう(凍) 5. 突こんにやく 10. 豚肉(肩・もも) 10. 酒 1. おろししょうが 0.5 たまねぎ 15. にんじん 5. だいこん 10. じゃが芋 20. 煮干し 1.9 みそ 7.5 長ねぎ 5. <u>ハンバーグ</u> 豚肩ひき肉 50. 鶏ひき肉 10. たまねぎ(むき) 15. ナツメグ 0.01 大豆の華 フレーク 1. ケチャップ 1.5 塩 0.1 こしょう 0.01 ケチャップ 6. 中濃ソース 4.5 赤ワイン 0.5 さとう 0.15 <u>海そうサラダ</u> キャベツ 25. きゅうり 7. にんじん 5. ★海そうサラダ 1. 米酢 1.2 海水塩 0.35 こしょう 0.02 油P 1. <u>豆乳いちごクレープ</u> ★いちごクレープ(乳脂小麦なし) 1. 個	<u>担々蕎麦麺スープ</u> 鶏ひき肉 10. トウバンジャン 0.15 おろしにんにく 0.3 もやし 10. にんじん 10. ★なると 5. チンゲンサイ 5. ★こんにやく麺 25. チンガラパック 5. ホークガラパック 5. 油P 0.5 酒 1. 黒こしょう 0.03 白しょうゆ 2. みそ 6. 白すりごま 2. 白ねりごま 1. <u>ツナと大根のサラダ</u> ★ツナフレーク 7. だいこん 30. きゅうり 5. にんじん 5. 油P 0.3 米酢 2. こしょう 0.03 白しょうゆP 2. さとう(サダ) 0.3	<u>豆乳スープ</u> 油P 0.5 豚肉(肩・もも) 10. 酒 1. しめじ 7. たまねぎ 25. ホールコーン 10. にんじん 10. 豆乳 15. 白しょうゆ 4. 塩 0.2 こしょう 0.03 パセリ(乾) 0.03 チンガラスープ 5. <u>いかカツ</u> ★イカカツ 1. 個 揚げ油 7. <u>キャベツの中華漬け</u> キャベツ 30. きゅうり 7. にんじん 8. ごま油 1. 米酢 1.5 さとう(サダ) 0.2 白しょうゆP 1.3 海水塩 0.1 白いりごま 0.5 トウバンジャン 0.02	<u>にらのみそ汁</u> 豚ももひき肉 10. にんじん 5. だいこん 15. 豆腐(凍) Fe添加 20. たまねぎ 10. にら 5. 煮干し 2.2 みそ 7.5 <u>いわしみぞれ煮</u> ★いわしみぞれ煮 1. 尾 <u>ごまネーズサラダ</u> キャベツ 20. きゅうり 7. にんじん 5. さつま芋(凍) 20. ノンエッグマヨネーズ 6.5 白すりごま 2. 白しょうゆP 1.5 <u>ふりかけ</u> ★ふりかけ(のり) 1. 個 <u>かぼちゃサラダ</u> かぼちゃ(凍) 30. きゅうり 7. キャベツ 10. にんじん 5. 海水塩 0.3 こしょう 0.02 米酢 1. 油P 1.	<u>レタスとコーンのスープ</u> 鶏ムネ肉 10. たまねぎ(むき) 15. にんじん 5. しめじ 5. コーンペースト 20. ホールコーン 15. チンガラスープ 5. 白しょうゆ 3.5 塩 0.1 こしょう 0.02 パセリ(乾) 0.03 レタス 20. <u>チリコンカン</u> おろしにんにく 0.2 豚ももひき肉 30. たまねぎ(むき) 20. 大豆(乾) 8. ケチャップ 15. さとう 0.5 中濃ソース 2. トマトピューレ 1.6 カレー粉 0.13 赤ワイン 1.5 塩 0.1 こしょう 0.02 油P 0.5 <u>春雨サラダ</u> マロニー 5. きゅうり 7. キャベツ 20. にんじん 5. 米酢 1. さとう(サダ) 0.5 白しょうゆP 2. 海水塩 0.1 油P 0.5 <u>あじさいゼリー</u> ★あじさいゼリー 1. 個	<u>ポークカレー</u> 油P 1. おろししょうが 0.2 おろしにんにく 0.2 豚肉(肩・もも) 15. たまねぎ(むき) 40. にんじん 20. じゃが芋(凍) 30. 塩 0.2 カレー粉 0.05 ケチャップ 5. おろしりんご(ビ) 5. チャツネ 1.5 カレールウ 11. しょうゆ 2. ウスターソースP 1. ガラムマサラ 0.01

砂糖、塩、しょうゆ、酒、みりん、でんぶんは記載がなくても使用場合があります。

分量は小学校中学年を基準にしています。小学校低学年は1.2、高学年は1.3の係数をかけたものが実際の分量となります。なお、各食品の分量の単位は g です。

アレルギー用 明細献立表(西部学校給食センターBコース)

2025-05-09 印刷

令和7年6月1日日曜 ～ 令和7年6月30日月曜

2 ページ

13(金)	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	23(月)	24(火)	25(水)
B	B	B	B	B	B	B	B	B
ごはん	ごはん	ごはん	★ココアパン	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	★まるパン
たけのこ汁 たまねぎ 15. ★細たけ(切) 20. えのきたけ 5. じゃが芋 20. ★さば缶 5. みそ 7.5 長ねぎ 5. 煮干し 1.5	いも団子汁 鶏ムネ肉 10. だいこん 20. にんじん 10. えのきたけ 5. ★いも団子 25. みつば 3. 塩 0.1 酒 1. しょうゆ 4. 花かつお(ダシ) 2.2	具だくさんみそ汁 だいこん 20. たまねぎ(むき) 10. にんじん 10. えのきたけ 5. 豆腐(凍) Fe添加 20. 油揚げ 5. わかめ 0.3 煮干し 2. みそ 7.5 長ねぎ 5.	オニオンスープ 豚肉(肩・もも) 10. ★(ス)オニオン汁(MCC) 10. たまねぎ 20. にんじん 10. ホールコーン 10. チキンガラスープ 8. 塩 0.7 しょうゆ 1. こしょう 0.02 パセリ(乾) 0.05	四川スープ 豚肉(肩・もも) 10. えのきたけ 5. にんじん 10. もやし 15. 豆腐(凍) Fe添加 20. チキンガラスープ 10. 塩 0.3 しょうゆ 4. こしょう 0.02 トウバンジャン 0.08 酒 1. みりん 1. でんぷん 1. 小松菜 5.	厚揚げ汁 厚揚げ 20. 鶏ひき肉 10. たまねぎ 15. にんじん 5. はくさい 15. しめじ 7. 小松菜 5. 長ねぎ 5. 白しょうゆ 4. 酒 1.2 塩 0.2 でんぷん 0.8 花かつお(ダシ) 2.	白菜のスープ 豚肉(肩・もも) 10. たまねぎ 15. にんじん 5. はくさい 15. しめじ 7. チキンガラスープ 5. 塩 0.2 白しょうゆ 3.5 こしょう 0.02 酒 1.	かみなり汁 ★ゆしどうふ 30. 突こんにゃく 10. にんじん 10. はくさい 15. たまねぎ 20. 塩 0.2 しょうゆ 3.5 酒 0.5 花かつお(ダシ) 1.7 油P 0.2 長ねぎ 5.	ミネストローネ オリーブ油 0.5 おろしにんにく 0.4 セロリー 5. 豚もも肉 15. 酒 1. たまねぎ 20. にんじん 10. キャベツ 10. 大豆(乾) 5. じゃが芋 10. トマト水煮 25. ケチャップ 3. チキンガラスープ 5. 白しょうゆ 2. 塩 0.1 こしょう 0.02 パセリ(乾) 0.03
厚揚げのそぼろあんかけ 厚揚げ1/4カット 1. 個 豚肩ひき肉 15. おろししょうが 0.3 しょうゆ 2. さとう 1. みりん 2. 酒 1. でんぷん 0.2	オムレツ肉みそがけ ★プレーンオムレツ 1. 個 豚肩ひき肉 7. 大豆の華粒 1.2 たまねぎ 8. おろししょうが 0.3 みそ 3. さとう 1. みりん 0.5 酒 0.2 でんぷん 0.2 水 4.	ホキフライ ★ホキフライ(卵なし) 1. 個 揚げ油 6. 中濃ソースP 5.	鶏肉パン粉焼き 鶏ムネ肉 1. 枚 塩 0.15 こしょう 0.02 ノンエッグマヨネーズ 4. パン粉 10. パセリ(乾) 0.02	蒸し餃子 ★ギョーザ(蒸し) 2. 個 米酢 1.5 白しょうゆP 1.	バーのごまがらめ ★豚レバー(下味) 20. 豚もも肉(揚げがらめ用) 35. でんぷん 12. 揚げ油 7. 酒 3. しょうゆ 3. さとう 1.5 みりん 1.5 トウバンジャン 0.1 白いりごま 1.5	鶏肉のアップルソース 鶏ムネ肉 1. 枚 おろししょうが 0.2 たまねぎ(むき) 4. しょうゆ 2.4 みりん 1.2 さとう 0.8 おろしりんご(ピ) 7.	さばのうま煮 さば 1. 切 しょうが 2. さとう 5. 酒 2. みそ 1.5 しょうゆ 3. みりん 2. 水 25.	野菜コロッケ ★野菜コロッケ(卵なし) 1. 個 揚げ油 5. 中濃ソースP 5.
磯香あえ もやし 35. ほうれんそう 5. にんじん 5. 白しょうゆP 2. 角ぎざみのり(西) 0.02	マヨポテトサラダ じゃが芋 20. にんじん 5. きゅうり 7. キャベツ 20. 海水塩 0.1 こしょう 0.02 米酢 1. ノンエッグマヨネーズ 7.	新たまサラダ 新たまねぎ 10. キャベツ 25. きゅうり 10. にんじん 5. 花かつお(サラダ) 0.5 白しょうゆP 2. 海水塩 0.1	チーズサラダ キャベツ 30. きゅうり 5. にんじん 3. ★角チーズ 7. 油P 1. 米酢 1. さとう 0.2 海水塩 0.3 こしょう 0.02	大根の中華あえ だいこん 35. きゅうり 7. にんじん 5. 白しょうゆP 2. 海水塩 0.1 ごま油 1. さとう(サラダ) 0.4	なめたけあえ キャベツ 30. きゅうり 7. にんじん 10. ★なめたけ 8. 白しょうゆP 0.8	梅ドレサラダ キャベツ 25. きゅうり 5. にんじん 10. だいこん 10. ★ねり梅 1.5 さとう(サラダ) 0.3 白しょうゆP 0.7 油P 0.7 こしょう 0.01	アスパラガスのごまあえ もやし 30. アスパラガス 7. ★黄桃缶 5. 白すりごま 3. さとう(サラダ) 1.2 白しょうゆP 2.	フルーツジュレ ★みかん缶 25. ★黄桃缶 25. ★カットベリー(サラダ・風) 10. ★レモンゼリー 10.

砂糖、塩、しょうゆ、酒、みりん、でんぷんは記載がなくても使用する場合があります。

分量は小学校中学年を基準にしています。小学校低学年は1.3の係数をかけたものが実際の分量となります。なお、各食品の分量の単位は g です。

アレルギー用 明細献立表(西部学校給食センターBコース)

2025-05-09 印刷

令和7年6月1日日曜 ～ 令和7年6月30日月曜

3 ページ

26(木)	27(金)	30(月)						
B	B	B						
ごはん	ごはん	ごはん						
<u>みそキムチ汁</u> 豚肉(肩・もも) 10. にんじん 10. たまねぎ 15. 豆腐(凍) Fe添加 20. ★白菜キムチ漬 10. 長ねぎ 5. 煮干し 2.1 みそ 6. 酒 1.	<u>さわに椀</u> 豚もも肉 10. たまねぎ 20. だいこん 15. にんじん 10. ★たけのこ(切) 5. ★細切かぼ 5. 小松菜 5. 塩 0.2 白しょうゆ 3.5 酒 1. 花かつお(ダシ) 2.1	<u>みそちゃんこ</u> 花かつお(ダシ) 2. 鶏ムネ肉 15. はくさい 20. 油揚げ 5. しめじ 5. 長ねぎ 5. しらたき 20. にんじん 5. みりん 1. 酒 1. みそ 7.5						
<u>ショーロンポー</u> ★ショーロンポー 2. 個 米酢 1.5 白しょうゆP 1.	<u>鶏肉のきのこあんかけ</u> 鶏ムネ肉 1. 枚 しめじ 3. たまねぎ(むき) 2. おろししょうが 0.2 しょうゆ 2.5 みりん 0.5 さとう 2. でんぷん 0.2	<u>キムタクごはんの具</u> ごま油 0.5 豚もも肉 40. たまねぎ 20. ★白菜キムチ漬 12. ★つぼ漬 8. 酒 0.5						
<u>もやしののり酢あえ</u> もやし 35. きゅうり 7. にんじん 10. 白しょうゆP 2.5 米酢 1. 角きざみのり(西) 0.2	<u>こんにゃく寒天の酢の物</u> キャベツ 20. きゅうり 7. にんじん 10. ★コンニャク寒天 0.5 米酢 2. 海水塩 0.25 白しょうゆP 2. さとう(サラダ) 1.	<u>ほうれんそうののりマヨサラダ</u> もやし 35. にんじん 5. ほうれんそう 5. きゅうり 7. 白しょうゆP 1. ノンエッグマヨネーズ 7. 角きざみのり(西) 0.2						

砂糖、塩、しょうゆ、酒、みりん、でんぷんは記載がなくても使用する場合があります。

分量は小学校中学年を基準にしています。小学校低学年は0.9、高学年は1.2、中学校は1.3の係数をかけたものが実際の分量となります。なお、各食品の分量の単位は g です。