

アレルギー用 明細献立表(西部学校給食センターAコース)

令和7年7月1日火曜 ~ 令和7年7月31日木曜

14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)	22(火)	23(水)	
A	A	A	A	A	A	A	
<p>★わかめごはん</p> <p>キムチ汁</p> <p>豚肉(肩・もも) 10. にんじん 15. たまねぎ 15. 豆腐(凍) Fe添加 25. ★白菜キムチ漬 10. 長ねぎ 5. 花かつお(ダシ) 1.5 しょうゆ 4. 酒 1.</p>	<p>★コッペパン</p> <p>レタススープ</p> <p>鶏ムネ肉 10. レタス 20. たまねぎ 20. にんじん 5. しめじ 5. ベジダン 3. 白しょうゆ 2. 塩 0.1 こしょう 0.02</p> <p>ピザフランク</p> <p>★フランクフルト 1. 本 オリーブ油 0.5 たまねぎ(むき) 10. おろしにんにく 0.1 ★(ピ)カットマト 15. さとう 0.15 塩 0.15 オレガノ 0.01 こしょう 0.1 バジル(乾) 0.01</p> <p>まめコーンサラダ</p> <p>キャベツ 25. きゅうり 7. えだまめ(ムキ) 8. ホールコーン 5. 白すりごま 1.4 白いりごま 0.8 ノンエッグ マヨネーズ(サラダ) 3.8 さとう 2.4 米酢 3. ごま油 1.4 しょうゆ 1.4</p>	<p>ごはん</p> <p>にらのみそ汁</p> <p>豚ももひき肉 15. にんじん 5. じゃが芋 25. もやし 20. にら 5. 煮干し 1.5 みそ 7.5</p> <p>しいら西京漬け焼</p> <p>★しいら西京漬け 1. 切</p> <p>うめあえ</p> <p>だいこん 20. きゅうり 7. はくさい 25. ★乾燥梅 0.5 海水塩 0.4 白いりごま 0.6</p>	<p>ごはん</p> <p>ワカメスープ</p> <p>★ひまわりかまぼこ 5. ★細切かまぼこ 5. たまねぎ(むき) 10. しめじ 5. はくさい 10. わかめ 0.7 長ねぎ 5. フィンガラック 10. 白しょうゆ 3. 酒 1. こしょう 0.02 塩 0.2 ごま油 0.5 白いりごま 0.5</p> <p>ホキフライ</p> <p>ホキ 1. 切 バターミックス 4. ★パン粉 6. 揚げ油 6. 中濃ソースP 5.</p> <p>マヨポテトサラダ</p> <p>じゃが芋 30. にんじん 5. きゅうり 7. キャベツ 15. 海水塩 0.1 こしょう 0.02 米酢 1. ノンエッグ マヨネーズ(サラダ) 7.</p>	<p>ごはん</p> <p>油揚げのみそ汁</p> <p>えのきたけ 5. じゃが芋 20. だいこん 15. 油揚げ 10. 小松菜 8. 煮干し 1.5 みそ 10.</p> <p>豚しゃぶ炒め</p> <p>ごま油 0.5 おろしにんにく 0.3 豚もも肉 30. しめじ 10. たまねぎ(むき) 20. ★白菜キムチ漬 20. しょうゆ 0.5 オイスターソース 0.3 塩 0.1</p> <p>きゅうりのピリ辛あえ</p> <p>キャベツ 35. きゅうり 7. にんじん 5. ごま油 1. 米酢 0.5 海水塩 0.05 さとう(サラダ) 0.3 白しょうゆP 1.5 一味唐辛子 0.01</p>	<p>ごはん</p> <p>夏野菜カレー</p> <p>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) 20. たまねぎ(むき) 30. ズッキーニ 5. なす 5. じゃが芋(凍) 10. カレー粉 0.1 トマト水煮 15. ケチャップ 5. しょうゆ 1.5 中濃ソース 1. チャツネ 2. 塩 0.2 赤ワイン 1.5 カレールー 11.</p> <p>のり塩ポテト</p> <p>★星形ポテト 40. 青のり 0.02 揚げ油 4.</p> <p>コールスローサラダ</p> <p>キャベツ 35. きゅうり 7. にんじん 10. 米酢 0.7 レモン汁(凍) 0.3 油P 1. 海水塩 0.35 こしょう 0.02</p>	<p>ごはん</p> <p>タンホウタン</p> <p>鶏ムネ肉 10. たまねぎ 30. にんじん 5. コーンペースト 20. ホールコーン 15. フィンガラック 10. 白しょうゆ 3.5 塩 0.1 こしょう 0.02 でんぶん 0.5 冷凍液卵 15. 長ねぎ 8.</p> <p>手作りシューマイ</p> <p>豚肩ひき肉 35. 干しいたけスライス 0.2 たまねぎ 15. 白いりごま 0.4 ★パン粉 1.5 でんぶん 1.5 しょうゆ 1.5 塩 0.3 こしょう 0.01 ★しゅうまいの皮 10.</p> <p>だいこんのナムル</p> <p>だいこん 35. 小松菜 10. にんじん 5. 白しょうゆP 2.5 ごま油 1.</p>	
<p>★鶏むね肉(下味) 2. 個 でんぶん 8. 揚げ油 7.</p> <p>ブロッコリーサラダ</p> <p>ブロッコリー(凍) 35. ホールコーン 10. にんじん 5. 海水塩 0.1 米酢 1. さとう(サラダ) 0.5 白しょうゆP 1. 油P 0.5</p> <p>豆乳ヨーグルトクレープ</p> <p>★ヨーグルト風クレープ 1. 個 (乳卵小麦無)</p>							

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。