

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)

2025-08-04 印刷

令和7年9月1日月曜 ～ 令和7年9月30日火曜

1 ページ

1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)
B	B	B	B	B	B	B	B	B
ごはん	★栗ごはん	★コッペパン	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	★コッペパン	ごはん
<u>豆腐とにらのスープ</u> たまねぎ 15. ★(鎌)ショルダー ベーコン(切) 5. にんじん 10. だいこん 10. しめじ 5. 豆腐(凍) Fe添加 20. チンガラ ^パ ック 10. しょうゆ 3.6 塩 0.2 こしょう 0.02 にら 5.	<u>五目汁</u> 豚肉(肩・もも) 10. にんじん 10. 里いも(凍) 15. ★小菊かまぼこ 5. だいこん 15. 花かつお(ダシ) 2. 小松菜 5. 白しょうゆ 4. 酒 1. 塩 0.2 でんぷん 0.5	<u>カレースープ</u> 鶏ムネ肉 10. 大豆(乾) 5. ズッキーニ 10. たまねぎ 15. にんじん 5. じゃが芋(凍) 25. しょうゆ 1. 塩 0.5 こしょう 0.03 カレールウ 3. チンガラ ^ス ープ 5.	<u>レタスのみそ汁</u> だいこん 15. にんじん 10. たまねぎ(むき) 10. 油揚げ 3. こおり豆腐 1. 煮干し 2. みそ 7.5 レタス 10. <u>さばのソース煮</u> さば 1. 切 しょうが 1. ウスターソースP 3. 酒 1. しょうゆ 2. さとう 4. 水 25.	<u>蒟蒻麺スープ</u> ★こんにゃく麺 30. 豚肉(肩・もも) 10. ★なると 7. もやし 15. たまねぎ 10. 長ねぎ 5. おろししょうが 0.3 おろしにんにく 0.3 チンガラ ^パ ック 5. ポークガラ ^パ ック 5. 酒 1. しょうゆ 4. 黒こしょう 0.02 <u>はるまき</u> ★春巻き 1. 個 揚げ油 6.	<u>豚汁</u> ごぼう(切) 5. 突こんにゃく 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 1.5 みそ 7.5 長ねぎ 5. <u>鶏唐揚げ</u> ★鶏ムネ肉(下味) 2. 個 でんぷん 8. 揚げ油 8.	<u>白菜スープ</u> 豚肉(肩・もも) 10. にんじん 5. たまねぎ 10. はくさい 30. しめじ 10. パセリ(乾) 0.03 チンガラ ^パ ック 10. 塩 0.35 しょうゆ 3. こしょう 0.02 <u>メンチカツ</u> ★メンチカツ 1. 個 揚げ油 6. 中濃ソースP 4. <u>やみつきキャベツ</u> キャベツ 35. にんじん 5. きゅうり 7. 塩こんぶ 1. ごま油 0.7 白いりごま 1. おろしにんにく 0.1 白しょうゆP 1.2 海水塩 0.1	<u>ジュリエヌスープ</u> 油P 0.5 豚もも肉 10. たまねぎ(むき) 20. にんじん 10. キャベツ 30. チンガラ ^ス ープ 5. 塩 0.2 白しょうゆ 4. こしょう 0.02 <u>鶏肉と大豆のトマト煮</u> オリーブ油 1. おろしにんにく 0.4 鶏ムネ肉 15. たまねぎ(むき) 25. しめじ 10. 大豆(乾) 8. トマト水煮 15. チンガラ ^ス ープ 3. ケチャップ 5. 赤ワイン 0.8 塩 0.2 こしょう 0.02 さとう 0.2 <u>ゆかりあえ</u> だいこん 35. にんじん 5. きゅうり 7. ゆかり 0.5 海水塩 0.1 白しょうゆP 1. 米酢 0.5	<u>厚揚げ汁</u> 厚揚げ 20. 豚肩ひき肉 10. たまねぎ(むき) 15. にんじん 5. はくさい 15. 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) 1.5 <u>いわしの蒲揚げ</u> いわし 1. 個 でんぷん 7. 揚げ油 7. しょうゆ 2.5 さとう 2.5 みりん 2.5 水 4.5
<u>しゅうまい</u> ★肉シューマイ 2. 個 米酢 1.5 白しょうゆP 1.	<u>鶏のくわ焼き</u> ★鶏t肉(皮付下味) 1. 個 ★コンスターチ 1. でんぷん 1.5 <u>菊花あえ</u> もやし 35. きゅうり 7. にんじん 5. 菊のり 0.05 塩こんぶ 0.7 海水塩 0.1 白しょうゆP 1. 米酢 0.5	<u>バ^ーと豚肉のケチャップ和え</u> ★豚レバー(下味) 20. 豚もも肉 30. でんぷん 12. 揚げ油 8. 中濃ソース 4. ケチャップ 7. さとう 1. 水 2. カレー粉 0.15 <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 1.2 こしょう 0.02 海水塩 0.3 油P 1. さとう 0.1 <u>豆乳クレープ</u> ★カスタード ^風 クレープ ^(乳卵小麦無) 1. 個	<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>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(サラダ) 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>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(サラダ) 0.5 白しょうゆP 2. 海水塩 0.1 油P 0.5 <u>冷凍みかん</u> みかん 1. 個			

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。

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)

2025-08-04 印刷

令和7年9月1日月曜 ～ 令和7年9月30日火曜

2 ページ

12(金)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	22(月)	24(水)	25(木)	26(金)
B	B	B	B	B	B	B	B	B
ごはん	ごはん	★キャロットパン	ごはん	ごはん	ごはん	★コッペパン	ごはん	ごはん
豆乳ちゃんぽんスープ	さわに椀	オニオンスープ	ツナカレー	具だくさんみそ汁	お月見汁	肉だんごスープ	松本豆腐汁	さつま汁
おろししょうが 0.5 ★なると 5. たまねぎ 20. にんじん 5. キャベツ 20. 鶏ムネ肉 10. きくらげ(切) 0.3 うどん 10. 白しょうゆ 3.5 酒 1. 塩 0.3 チンガラパック 5. ポークガラパック 5. こしょう 0.02 チンゲンサイ 5. 豆乳 10.	豚もも肉 10. たまねぎ(むき) 20. だいこん 15. にんじん 10. ★細切りマボコ 7. 小松菜 5. 塩 0.2 白しょうゆ 3.5 酒 1. かつお厚削り(ダシ) 2.	鶏ムネ肉 10. ★(ス)和 Onion ソテー (MCC) 10. たまねぎ(むき) 25. にんじん 10. ホールコーン 10. パセリ(乾) 0.03 チンガラスープ 5. 塩 0.7 しょうゆ 1. こしょう 0.02	油P 1. おろししょうが 0.2 おろしにんにく 0.2 たまねぎ(むき) 40. ★ツナフレーク 15. 塩 0.2 カレー粉 0.05 にんじん 20. じゃが芋(凍) 30. ケチャップ 5. おろしりんご(ピ) 5. チャツネ 1.5 しょうゆ 1.5 中濃ソース 2. ガラムマサラ 0.01 カレールウ 9.	豆腐(凍) Fe添加 20. だいこん 20. たまねぎ 15. はくさい 10. にんじん 10. わかめ 0.3 煮干し 2. みそ 7.5	鶏ムネ肉 10. だいこん 15. にんじん 5. しめじ 10. はくさい 10. ★赤だしおじゃ 25. がもちボール 25. 小松菜 5. 塩 0.1 酒 1. こしょう 0.02 小松菜 7.	ニンじん 10. たまねぎ(むき) 20. はくさい 25. ★肉だんごつくね 25. チンガラパック 10. 塩 0.1 しょうゆ 3. 酒 1. こしょう 0.02 小松菜 7.	★かまぼこ 7. えのきたけ 5. たまねぎ(むき) 10. はくさい 18. にんじん 5. 豆腐 20. わかめ 0.5 長ねぎ 5. 白しょうゆ 4. 塩 0.1 みりん 1. 酒 0.5 花かつお(ダシ) 1.5	鶏ムネ肉 10. にんじん 15. だいこん 15. 突こんにゃく 15. さつま芋 20. 長ねぎ 5. 酒 1. 煮干し 1.5 みそ 7.5
	ハンバーグ大根おろしソース	ピザホット	やさしいグラタン	さんまみぞれ煮	あんかけたまごやき	サルサフランク	山賊焼き	しいらの塩麴焼き
	豚肩ひき肉 40. 鶏ひき肉 20. たまねぎ(むき) 15. ナツメグ 0.02 塩 0.1 こしょう 0.01 大豆の華 フレーク 1. えのき氷 5. 水 6. しょうゆ 1.2 みりん 0.7 さとう 0.35 だいこん 10.	じゃが芋(凍) 45. ★(鎌)ウインナー(切) 10. ★サルサポモトローロ (トマトソース) 8. ケチャップ 3. こしょう 0.01 ★シュレットチーズ 6. パセリ(乾) 0.02 紙カップ 1.枚	★やさしいグラタン 1.個 (乳小麦なし)	★さんまみぞれ煮 1.個	★かき入ったまごやき 1.個 さとう 1. しょうゆ 1.6 みりん 0.4 米酢 1. 水 3. でんぷん 0.2	★フランクフルト 1.本 オリーブ油 0.1 たまねぎ 4. おろしにんにく 0.3 ★サルサポモトローロ (トマトソース) 7. さとう 0.07 塩 0.07 こしょう 0.01 チリパウダー 0.03	★鶏むね肉(下味) 1.枚 でんぷん 8. 揚げ油 7.	★しいら塩麴漬 1.切
カラフルチンジャオロース		コールスローサラダ	オニドレサラダ	ごまネーズサラダ		枝豆サラダ	おてっか	ほうれんそうののりマヨネーズ
油P 1. おろししょうが 0.5 豚もも肉 45. たまねぎ(むき) 20. 赤パプリカ 5. 黄パプリカ 5. さとう 1. 酒 2. しょうゆ 3. オイスターソース 1. でんぷん 0.5	のり酢あえ もやし 30. きゅうり 7. にんじん 7. 白しょうゆP 2.5 米酢 1.5 角きざみのり(西) 0.2	キャベツ 35. きゅうり 7. にんじん 10. 米酢 0.7 レモン汁 0.4 油P 1. 海水塩 0.25 こしょう 0.02 さとう 0.02	キャベツ 30. きゅうり 7. にんじん 5. ホールコーン 5. たまねぎ 2. 油P 0.6 白しょうゆP 2. 海水塩 0.15 黒こしょう 0.01 さとう 0.8	キャベツ 20. きゅうり 7. にんじん 5. さつま芋 20. ノンエッグマヨネーズ(サラダ) 6.5 白すりごま 2. 白しょうゆP 1.5		★えだまめ(4時) 20. わかめ 0.6 キャベツ 20. 米酢 1. 油P 1. 海水塩 0.1 白しょうゆP 1.5	油P 1.5 豚肉(肩・もも) 10. なす 15. たまねぎ(むき) 10. にんじん 10. ピーマン 5. みそ 4.5 酒 1. さとう 1.	もやし 35. にんじん 5. ほうれんそう 7. きゅうり 5. 白しょうゆP 1. ノンエッグマヨネーズ(サラダ) 7. 角きざみのり(西) 0.2
もやしのナムル						フルーツヨーグルト		
きゅうり 7. もやし 30. にんじん 7. 海水塩 0.05 白しょうゆP 2. ごま油 1. 一味唐辛子 0.01 白いりごま 1.						ヨーグルト 30. ★白桃缶 20. ★パイナップル 15. ★みかん缶 20. 上白糖 0.5		

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。

29(月)	30(火)							
B	B							
ごはん	ごはん							
みそキムチ汁 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. みそ 6. 酒 1.	太平燕 おろししょうが 0.3 豚肉(肩・もも) 5. いか 5. 酒 1. たまねぎ(むき) 20. にんじん 10. しめじ 10. はくさい 20. ポークガラパック 5. チキンガラパック 5. しょうゆ 4. 塩 0.1 こしょう 0.02 マロニー 2. 小松菜 5.							
肉団子 ★ふんわり肉団子 1. 個								
マヨポテトサラダ じゃが芋(凍) 15. じゃが芋 20. にんじん 10. きゅうり 7. 海水塩 0.1 こしょう 0.02 白しょうゆP 1. 米酢 1. ノンエッグマヨネーズ(サラダ) 7.	焼き餃子 ★ギョーザ(蒸し) 2. 個 米酢 1.5 白しょうゆP 1. 油P 0.3							
	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							