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)

2026-11-06 印刷

令和8年12月1日火曜　～　令和8年12月25日金曜

1(火)	2(水)	3(木)	4(金)	7(月)	8(火)	9(水)	10(木)	11(金)
B	B	B	B	B	B	B	B	B
ごはん	★まるパン	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	コッペパン	★わかめごはん	ごはん
けんちん汁	**きのこと青菜のスープ**	**厚揚げ汁**	**大豆の変身汁**	**麻婆春雨汁**	**骨活みそ汁**	**さくらえびのスープ**	**ＡＢＣスープ**	**ハヤシライス**
ごぼう(切) 5.	★(鎌)ロースハム(切) 5.	厚揚げ 20.	たまねぎ（むき） 15.	おろししょうが 0.3	切干し大根 1.5	★なると 5.	油P 0.5	油P 1.
にんじん 10.	しめじ 10.	豚ももひき肉 5.	にんじん 10.	おろしにんにく 0.3	たまねぎ 20.	たまねぎ（むき） 20.	★(鎌)ショルダーベーコン 8.	牛もも肉 35.
はくさい（西部） 20.	えのきたけ 5.	だいこん 15.	だいこん 20.	豚ももひき肉 20.	にんじん 10.	にんじん 5.	セロリー 3.	たまねぎ（むき） 40.
こんにゃく 10.	にんじん 5.	にんじん 5.	★豆腐(凍) Fe添加 20.	たまねぎ（むき） 25.	こおり豆腐 1.	だいこん 10.	たまねぎ（むき） 20.	にんじん 20.
★豆腐(凍) Fe添加 25.	セロリー 2.	はくさい（西部） 15.	油揚げ 7.	にんじん 10.	白すりごま 1.	チンゲンサイ 7.	にんじん 10.	おろしにんにく 0.3
長ねぎ 5.	油P 0.5	白しょうゆ 4.	こおり豆腐 0.3	もやし 10.	★いももち 25.	★豆腐(凍) Fe添加 20.	キャベツ（西部） 20.	セロリー 5.
花かつお(ﾀﾞｼ) 2.5	塩 0.2	酒 1.2	煮干し 2.4	マロニー 7.	わかめ 0.2	★桜えび 2.	塩 0.2	しめじ 10.
ごま油 0.5	黒こしょう 0.02	塩 0.1	みそ 7.2	みそ 5.	煮干し 2.3	白しょうゆ 2.	こしょう 0.02	じゃが芋(凍) 20.
しょうゆ 4.	しょうゆ 1.	でんぷん 0.8	長ねぎ 5.	ｵｲｽﾀｰｿｰｽ 1.	みそ 7.	酒 1.	しょうゆ 3.	赤ワイン 4.
酒 1.	小松菜 10.	花かつお(ﾀﾞｼ) 2.5		しょうゆ 1.	長ねぎ 5.	塩 0.3	★ﾁｷﾝｶﾞﾗｽｰﾌﾟ 5.	トマトﾋﾟｭｰﾚ 5.
みりん 1.	おろしにんにく 0.2	長ねぎ 5.		酒 1.	かつお粉 0.03	★ﾁｷﾝｶﾞﾗｽｰﾌﾟ 5.	マカロニ(ABC) 5.	★ハヤシルウ 10.
塩 0.2	ベジダシ 3.			ﾄｳﾊﾞﾝｼﾞｬﾝ 0.2		こしょう 0.02		★ﾃﾞﾐｸﾞﾗｽｿｰｽ 5.
			カレー入りいわしフライ	ごま油 1.				ケチャップ 5.
			★いわしカレーフライ 1. 個	★ﾁｷﾝｶﾞﾗｽｰﾌﾟ 5.	**さんまの甘露煮**		**手作りハンバーグ**	パセリ(乾) 0.03
鶏のくわ焼き	**メンチカツ**	**ザクまめチキン**	揚げ油 4.	でんぷん 1.	★さんま甘露煮 1. 個	**富士宮焼きそば**	豚肩ひき肉 50.	ｳｽﾀｰｿｰｽP 2.
★鶏もも肉(皮付き下味) 1. 個	★メンチカツ 1. 個	★鶏むね肉（下味） 1. 個		チンゲンサイ 5.		★焼きそば麺(凍) 35.	鶏ひき肉 10.	こしょう 0.02
ｺｰﾝｽﾀｰﾁ 0.5	揚げ油 5.	ﾊﾞﾀｰﾐｯｸｽ 5.				油P 0.5	ナツメグ 0.05	★ﾁｷﾝｶﾞﾗｽｰﾌﾟ 5.
でんぷん 0.5	中濃ソースP 5.	ひきわり大豆 15.	**和風ポテトサラダ**		**こんにゃくサラダ**	豚肉(肩･もも) 15.	ｵｰﾙｽﾊﾟｲｽ(乾) 0.05	
		揚げ油 6.	じゃが芋 20.		はくさい（西部） 20.	もやし 10.	たまねぎ（むき） 20.	
			じゃが芋(凍) 15.	**ちくわの蒲揚げ**	きゅうり 5.	キャベツ（西部） 20.	えのき氷 10.	**鶏肉のコーンフレーク焼き**
ほうれんそうののりﾏﾖｻﾗﾀﾞ		**おかかサラダ**	にんじん 10.	★ちくわ(切) 2. 個	★ｻﾗﾀﾞｺﾝﾆｬｸ 25.	★焼きそば粉末ソース 0.8	塩 0.1	鶏ムネ肉 1. 枚
もやし 30.	**ツナサラダ**	もやし 20.	きゅうり 7.	でんぷん 5.	3色ﾐｯｸｽ	中濃ソース 3.0	こしょう 0.01	塩 0.15
にんじん 10.	★ツナフレーク 7.	ｷｬﾍﾞﾂ（西部） 10.	海水塩 0.3	揚げ油 5.	花かつお（ｻﾗﾀﾞ） 0.3	ｳｽﾀｰｿｰｽP 2.0	大豆の華　フレーク 1.	こしょう 0.02
ほうれんそう 5.	ｷｬﾍﾞﾂ（西部） 30.	きゅうり 7.	こしょう 0.02	しょうゆ 3.	海水塩 0.1	青のり 0.02	豆乳 3.	★マイルドﾏｽﾀｰﾄﾞ 2.
きゅうり 7.	きゅうり 7.	にんじん 10.	油P 1.	さとう 2.	白しょうゆP 2.	かつお粉 0.3	でんぷん 0.1	ﾉﾝｴｯｸﾞﾏﾖﾈｰｽﾞ（ｻﾗﾀﾞ） 4.
白しょうゆP 1.	にんじん 5.	ホールコーン 5.	米酢 1.	みりん 3.			ケチャップ 4.8	★コーンフレーク 5.
ﾉﾝｴｯｸﾞﾏﾖﾈｰｽﾞ（ｻﾗﾀﾞ） 7.	米酢 1.	花かつお（ｻﾗﾀﾞ） 0.5	角きざみのり 0.3	水 2.		**みかんドレッシングサラダ**	中濃ソース 3.6	
角きざみのり（西） 0.2	ごま油 0.3	米酢 1.				ｷｬﾍﾞﾂ（西部） 30.	赤ワイン 0.4	
	こしょう 0.02	油P 1.		**大根の中華あえ**		きゅうり 5.	さとう 0.15	**コールスローサラダ**
	白しょうゆP 1.	さとう(ｻﾗﾀﾞ) 0.2		だいこん 35.		ホールコーン 10.		ｷｬﾍﾞﾂ（西部） 35.
	さとう(ｻﾗﾀﾞ) 0.5	白しょうゆP 2.		きゅうり 7.		にんじん 3.	**ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｻﾗﾀﾞ**	きゅうり 7.
				にんじん 5.		おろしにんにく 0.2	ｷｬﾍﾞﾂ（西部） 15.	にんじん 10.
				白しょうゆP 2.		たまねぎ 5.	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ(凍) 20.	米酢 0.7
				海水塩 0.1		米酢 0.5	ホールコーン 10.	レモン汁 0.5
				ごま油 1.		こしょう 0.02	にんじん 5.	油P 1.
				さとう(ｻﾗﾀﾞ) 0.4		海水塩 0.3	海水塩 0.2	海水塩 0.35
						油P 0.5	米酢 1.	こしょう 0.02
						★みかんジュース 1.5	さとう(ｻﾗﾀﾞ) 0.5	
							白しょうゆP 1.	
							オリーブ油 0.5	
							豆乳いちごｸﾚｰﾌﾟ	
							★豆乳いちごｸﾚｰﾌﾟ（乳卵小麦なし） 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。
★のついている食品は「１２月分 使用食材原材料一覧表」に掲載のある食品です。（素材１００％の食品を除く）　★のない加工品は「通年使用食材 使用食材原材料一覧表」をご確認ください。

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)

2026-11-06 印刷

令和8年12月1日火曜　～　令和8年12月25日金曜

14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)	21(月)	22(火)	23(水)	24(木)
B	B	B	B	B	B	B	B	B
ごはん	ごはん	★米粉パン	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	コッペパン	ごはん
ちゃんこなべ	**具だくさんみそ汁**	**ミネストローネ**	**松本一本ねぎのスープ**	**白菜スープ**	**豚汁**	**豆腐とにらのスープ**	**きのこチャウダー**	**のっぺい汁**
花かつお(ﾀﾞｼ) 2.3	にんじん 10.	オリーブ油 0.5	鶏ムネ肉 10.	豚肉(肩･もも) 10.	ごぼう(切) 5.	たまねぎ 15.	★バター 3.	鶏ムネ肉 10.
豚肉(肩･もも) 10.	だいこん 15.	おろしにんにく 0.4	たまねぎ（むき） 15.	にんじん 5.	突こんにゃく 15.	★細切ｶﾏﾎﾞｺ 5.	★(鎌)ウインナー(切) 5.	だいこん 10.
はくさい（西部） 20.	たまねぎ（むき） 10.	セロリー 5.	にんじん 10.	たまねぎ（むき） 10.	豚肉(肩･もも) 10.	にんじん 5.	たまねぎ（むき） 20.	★雪だるまかまぼこ 5.
油揚げ 5.	えのきたけ 5.	豚もも肉 15.	松本一本ねぎ 10.	はくさい（西部） 20.	酒 1.	だいこん 10.	にんじん 5.	里いも(凍) 25.
えのきたけ 5.	★豆腐(凍) Fe添加 25.	酒 1.	えのきたけ 5.	しめじ 5.	おろししょうが 0.5	しめじ 5.	ホールコーン 10.	油揚げ 5.
長ねぎ 5.	わかめ 0.3	たまねぎ（むき） 20.	はくさい（西部） 10.	★なると 5.	たまねぎ 15.	★豆腐(凍) Fe添加 25.	しめじ 8.	こんにゃく 10.
しらたき 20.	煮干し 2.4	にんじん 10.	★豆腐(凍) Fe添加 15.	小松菜 5.	にんじん 10.	ﾁｷﾝｶﾞﾗﾊﾟｯｸ 10.	じゃが芋(凍) 20.	長ねぎ 5.
しめじ 5.	みそ 3.5	ﾏｶﾛﾆ(米粉 星) 5.	ﾁｷﾝｶﾞﾗﾊﾟｯｸ 10.	ﾁｷﾝｶﾞﾗﾊﾟｯｸ 10.	じゃが芋 20.	白しょうゆ 3.	★ﾁｷﾝｶﾞﾗｽｰﾌﾟ 5.	花かつお(ﾀﾞｼ) 2.7
にんじん 5.	みそ 3.5	大豆（乾） 3.	白しょうゆ 3.5	塩 0.2	煮干し 2.	塩 0.15	米粉 4.	塩 0.2
みりん 1.	長ねぎ 5.	★国産カットトマト 25.	酒 1.	しょうゆ 3.	みそ 7.	こしょう 0.02	牛乳 25.	しょうゆ 4.
酒 1.		ケチャップ 3.	こしょう 0.02	こしょう 0.02	長ねぎ 5.	にら 3.	★生クリーム 8.	酒 1.
しょうゆ 3.		ベジダシ 3.	塩 0.1				塩 0.6	でんぷん 0.5
塩 0.2		白しょうゆ 2.					こしょう 0.02	
	さばのソース煮	塩 0.1		**しゅうまい**	**ぶりの照り焼き**	**春巻き**	白ワイン 0.5	
	さば 1. 切	こしょう 0.02		★肉シューマイ 2. 個	★ぶり（下味） 1. 個	★春巻き 1. 個		
山賊焼き	しょうが 1.	パセリ(乾) 0.03	**肉団子**	米酢 1.5	しょうゆ 1.5	揚げ油 8.		**カラフルひじき丼**
★鶏むね肉（下味） 1. 枚	さとう 4.		★ふんわり肉団子 2. 個	白しょうゆP 1.	みりん 2.		**鶏肉のﾜｲﾝｿｰｽ**	★たまごそぼろ 20.
でんぷん 8.	酒 1.	**えびグラタン**			さとう 1.		★鶏もも肉（下味） 1. 個	鶏ひき肉 20.
揚げ油 6.	ｳｽﾀｰｿｰｽP 3.	じゃが芋(凍) 20.			でんぷん 0.4	**ﾊﾞﾝﾊﾞﾝｼﾞｰｻﾗﾀﾞ**	油P 0.5	豚ももひき肉 10.
	しょうゆ 2.	★バター 1.		**じゃこサラダ**		もやし 35.	おろしにんにく 0.3	大豆の華　粒 2.
	水 25.	えび 20.	**ほたてサラダ**	キャベツ（西部） 30.	**だいこんの甘酢あえ**	きゅうり 7.	赤ワイン 3.	にんじん 3.
かぼちゃ団子		たまねぎ（むき） 10.	だいこん 30.	にんじん 5.	だいこん 35.	にんじん 5.	しょうゆ 2.	★えだまめ(ﾑｷ) 6.
★いももち 20.	**ごまネーズサラダ**	塩 0.08	きゅうり 5.	きゅうり 7.	にんじん 5.	★ささみﾌﾚｰｸ 5.	たまねぎ 10.	ひじき 0.3
かぼちゃ(凍) 25.	キャベツ（西部） 20.	こしょう 0.01	にんじん 5.	★揚げちりめん 3.	きゅうり 7.	白しょうゆP 3.	さとう 1.2	おろししょうが 0.3
小豆 5.	きゅうり 7.	ｵｲｽﾀｰｿｰｽ 1.	ホールコーン 10.	米酢 1.	米酢 2.3	白ねりごま 1.5	みりん 1.2	酒 0.5
さとう 5.	にんじん 5.	牛乳 28.	★ほたて貝柱ﾌﾚｰｸ水煮 10.	さとう(ｻﾗﾀﾞ) 0.5	白しょうゆP 0.3	白すりごま 1.		さとう 2.2
しょうゆ 0.25	さつま芋(凍) 25.	米粉 2.5	米酢 2.	白しょうゆP 2.	海水塩 0.4	米酢 1.		みりん 0.5
塩 0.05	ﾉﾝｴｯｸﾞﾏﾖﾈｰｽﾞ（ｻﾗﾀﾞ） 6.5	白ワイン 1.	白しょうゆP 2.	ごま油 0.5	さとう(ｻﾗﾀﾞ) 2.	ごま油 0.3	**もみの木サラダ**	**春雨サラダ**
水 25.	白すりごま 2.	★生クリーム 3.	油P 0.5		ゆず果汁 0.5	★ラー油 0.07	キャベツ（西部） 15.	マロニー 5.
	白しょうゆP 1.5	★ｼｭﾚｯﾄﾁｰｽﾞ 7.				さとう 0.3	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ(凍) 15.	きゅうり 7.
		パセリ(乾) 0.02	**ヨーグルト**				ロマネスコ(凍) 10.	キャベツ（西部） 20.
		紙カップ 1. 枚	★ヨーグルト 1. 個				赤パプリカ 3.	にんじん 5.
		コーンサラダ					海水塩 0.2	米酢 1.
		キャベツ（西部） 30.					米酢 1.	さとう(ｻﾗﾀﾞ) 0.5
		きゅうり 5.					さとう(ｻﾗﾀﾞ) 0.5	白しょうゆP 2.
		ホールコーン 10.					白しょうゆP 1.	海水塩 0.1
		にんじん 3.					オリーブ油 0.5	ごま油 0.5
		米酢 0.5					**おたのしみケーキ**	
		こしょう 0.02					★豆乳ﾁｮｺﾚｰﾄｹｰｷ（乳卵小麦なし） 1. 個	
		海水塩 0.3						
		油P 1.						

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。
★のついている食品は「１２月分 使用食材原材料一覧表」に掲載のある食品です。（素材１００％の食品を除く）　★のない加工品は「通年使用食材 使用食材原材料一覧表」をご確認ください。

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)

令和8年12月1日火曜　～　令和8年12月25日金曜

25(金)								
B								
＊キムタクごはん								
＊キムタクごはん ごはん 豚肉(肩･もも) 15. ★白菜キムチ漬 10. ★つぼ漬 10. しょうゆ 0.5 ごま油 0.3 **卵スープ** たまねぎ 20. えのきたけ 10. にんじん 10. 冷凍液卵 30. 花かつお(ﾀﾞｼ) 2. 塩 0.2 酒 1. しょうゆ 3. でんぷん 1. こねぎ 3. **じゃがまるくん** ﾏｯｼｭﾎﾟﾃﾄ 35. ★(鎌)ロースハム(切) 4. ★乾燥ﾏｯｼｭﾎﾟﾃﾄ 3. 塩 0.2 こしょう 0.02 ★コンソメ 0.15 でんぷん 3. 青のり 0.02 でんぷん 3. 揚げ油 5. **シーザーサラダ** キャベツ（西部） 20. きゅうり 7. にんじん 5. ほうれんそう 10. ホールコーン 5. 黒こしょう 0.01 ﾉﾝｴｯｸﾞﾏﾖﾈｰｽﾞ（ｻﾗﾀﾞ） 5. オリーブ油 2. 米酢 1.5 おろしにんにく 0.1 海水塩 0.2 ★粉チーズ 0.7								

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。
★のついている食品は「１２月分 使用食材原材料一覧表」に掲載のある食品です。（素材１００％の食品を除く）　★のない加工品は「通年使用食材 使用食材原材料一覧表」をご確認ください。