

アレルギー食品使用予定献立表

令和5年 小学校(中学年)

7月7日(金)			7月10日(月)			7月11日(火)			7月12日(水)			
① ご飯			① ソフトフランスパン			① ご飯			① ご飯			
② 牛乳			② いちごジャム			② 牛乳			② 抹茶ふりかけ			
③ 七タ汁			③ りんごジュース			③ 玉子スープ			③ みかんジュース			
④ 星型コロッケ			④ クマラスープ			④ 鶏肉の唐揚げ			④ 魚介と野菜のスープ煮			
⑤ ひじきのそぼろ煮			⑤ ハンバーグのガーリックソース			⑤ ゴーヤと豆腐のみそ炒め			⑤ 生揚げのお好みソース			
⑥ 七タゼリー			⑥ カラフルソテー						⑥ フローズンヨーグルト			
献立	アレルギー	食品名	分量	献立	アレルギー	食品名	分量	献立	アレルギー	食品名	分量	
①		ご飯(精米60/70/80g)	1個	①	小麦	ソフトフランスパン(小麦粉40/45/50g)	1個	①		ご飯(精米60/70/80g)	1個	
②	乳	飲用牛乳200ml	1本	②	果	いちごジャム15g	1個	②	乳	飲用牛乳200ml	1本	
③	魚他	かつおだし にんじん 魚めん 星型かまぼこ しょうゆ 塩 オクラ 水	2g 5g 20g 10g 1g 0.7g 10g 140g	③	果	りんごジュース200ml	1本	③	魚	たまねぎ にんじん しめじ 塩 白こしょう しょうゆ チキンブイヨン	20g 10g 5g 0.7g 0.02g 0.3g 1g	
④	麦	星型コロッケ50g	1個	④	乳	米油 さつまいもペースト ポテトペースト 調理用牛乳 チキンブイヨン 塩 白こしょう カレー粉	0.5g 15g 10g 40g 1g 0.6g 0.02g 0.1g	④	卵	鶏卵 片栗粉 たまつな	15g 1g 15g	
⑤	他	豚かた 挽き にんじん 干しいたけ(せん切) 大豆(冷凍) 油揚げ 干しひじき 三温糖 しょうゆ みりん	15g 7g 0.5g 8g 8g 2.5g 1.5g 3g 1g	⑤	他	生クリーム 水 ハンバーグ60g 米油 たまねぎ にんにく 三温糖 しょうゆ 酒 片栗粉 水	90g 90g 1個 0.5g 8g 0.5g 0.3g 2g 1g 0.4g 13g	⑤	他	岩鶏もも 切身50g 塩 白こしょう 米粉 片栗粉 米油 米油 しょうが にんにく 豚かた 千切 たまねぎ たけのこ水煮(短冊)	1切 0.3g 0.02g 4g 4g 4g 0.5g 0.2g 0.2g 25g 15g 10g	
⑥	他果	七タゼリー38g	1個	⑥	他	ベーコン キャベツ 赤ピーマン えだまめ(冷凍) ホールコーン(冷凍) 塩 白こしょう しょうゆ	0.5g 10g 25g 5g 10g 5g 0.3g 0.01g 0.2g	⑥	他	押し豆腐 三温糖 白みそ しょうゆ 酒 みりん テンメンジャン ごま油	30g 0.7g 2g 1g 1g 1g 0.3g 0.3g	
									⑥	乳	みかんジュース200ml いか短冊 さけ じゃがいも にんじん キャベツ ピーマン たまねぎ 中華スープ チキンブイヨン 塩 白こしょう 片栗粉 水 生揚げ 豚かた 挽き にんにく にんじん たまねぎ 紅しょうが 中濃ソース 上白糖 トマトケチャップ 塩 酒 みりん しょうゆ 片栗粉 水 かつお節 あおさ粉 フローズンヨーグルト60g	1本 20g 20g 20g 30g 20g 5g 30g 1.5g 1g 0.5g 1g 0.03g 1g 80g 40g 0.65g 12g 0.25g 10g 15g 0.8g 2g 0.6g 1g 0.2g 1.6g 1.5g 0.84g 0.26g 5g 1.5g 0.12g 1個

メモ

アレルギー食品使用予定献立表

令和5年 小学校(中学年)

7月13日(木)				7月14日(金)				7月18日(火)				7月19日(水)			
① うめちりご飯 ② 牛乳 ③ 夏野菜のみそ汁 ④ 豚肉の塩こうじしょうが焼 ⑤ 煮浸し				① ご飯 ② 牛乳 ③ 豚汁 ④ さわらのごまだれかけ ⑤ 切り干し大根の炒め煮				① パセリご飯 ② 牛乳 ③ ハヤシチュー ④ キャバツのツナマヨ炒め ⑤ コロコロんご缶				① ご飯 ② 抹茶ふりかけ ③ 牛乳 ④ 鶏肉のさっぱり煮 ⑤ ゆで野菜 ⑥ 和風ドレッシング ⑦ 冷凍みかん			
献立	アレルギー	食品名	分量	献立	アレルギー	食品名	分量	献立	アレルギー	食品名	分量	献立	アレルギー	食品名	分量
①	魚果	梅ちりご飯(梅ちり精米70/80/90g)	1個	①		ご飯(精米60/70/80g)	1個	①		パセリご飯(パセリ精米70/80/90g)	1個	①		ご飯(精米60/70/80g)	1個
②	乳	飲用牛乳200ml	1本	②	乳	飲用牛乳200ml	1本	②	乳	飲用牛乳200ml	1本	②	乳	飲用牛乳200ml	1本
③	他	たまねぎ 10g とうがん 10g かぼちゃ(冷凍) 30g 赤みそ 4.5g 白みそ 4.5g かつおだし 2g 水 120g		③	他	米油 0.5g 豚かた 小間 30g にんじん 10g だいこん 20g ごぼう 5g じゃがいも 25g 豆腐 25g 板こんにゃく 10g なかねぎ 5g しょうが 0.3g 白みそ 8g かつおだし 2g 水 100g		③	乳	米油 0.8g にんにく 0.5g 豚かた 千切 35g 塩 0.2g 白こしょう 0.01g たまねぎ 45g にんじん 20g マッシュルーム水煮 15g ハヤシルウ 10g トマトケチャップ 3g 中濃ソース 1g しょうゆ 1g 塩 0.05g 白こしょう 0.02g パプリカ粉末 0.05g チキンブイヨン 1g 小麦粉 4g 水 80g		④	他	米油 1g にんにく 0.3g しょうが 0.3g たまねぎ 40g れんこん 15g にんじん 20g 若鶏もも 2cm角 45g しめじ 8g うすら卵水煮 25g さやいんげん(冷凍) 10g 三温糖 30g 塩 0.2g しょうゆ 6g 酒 2g 米酢 4.5g	
④	他	豚かたロース切身50g しょうが 0.5g しょうゆ 0.5g 液体塩こうじ 3g みりん 3g 水 10g 米油 0.5g		④	魚	さむら50g	1切	④	麦	小麦粉	4g	⑤	他	キャバツ 30g こまつな 10g もやし 10g	
⑤	他	こまつな 25g キャバツ 20g 油揚げ 8g 三温糖 1.5g しょうゆ 3g みりん 1g		⑤	果	白すりごま 0.3g 米油 0.5g にんじん 10g 干しいたけ(せん切) 0.5g 切り干しだいこん 7g 三温糖 1.5g しょうゆ 3g みりん 1g		⑤	魚	ツナフレークホワイト 20g にんじん 10g キャバツ 25g しょうゆ 1.2g 白こしょう 0.02g 調理用ノンエッグマヨネーズ 5g		⑥	他	和風ドレッシング 5g	
								⑤	果	りんご缶詰タイプ 60g		⑦	果	冷凍みかん 1個	

メモ

アレルギー食品使用予定献立表

令和5年

小学校(中学年)

7月20日(木)

献立	アレルギー	食品名	分量	献立	アレルギー	食品名	分量	献立	アレルギー	食品名	分量	献立	アレルギー	食品名	分量
①		ご飯(精米60/70/80g)	1個												
②		牛乳	1本												
③		焼き豆腐の中華煮													
④		えびのスナック揚げ													
⑤		すいか													
①		ご飯(精米60/70/80g)	1個												
②	乳	飲料牛乳200ml													
③		米油	0.5g												
		豚かた 千切	15g												
		しょうが	0.1g												
		酒	0.3g												
	他	焼き豆腐	70g												
		たけのこ水煮(短冊)	20g												
		干しいたけ(せん切)	1g												
		にんじん	15g												
		なかねぎ	8g												
		三温糖	2.5g												
		しょうゆ	5g												
		塩	0.4g												
		ごま油	0.5g												
④	甲	片栗粉	1g												
		むきえび	50g												
		塩	0.4g												
		白こしょう	0.04g												
		片栗粉	4g												
		米粉	4g												
		米油	5g												
⑤	果	すいか	1748個												

メモ