

10月 食物アレルギー対応確認用詳細献立表

東深井中学校
北部中学校

月 日 月曜日			月 日 火曜日			10月1日 水曜日			10月2日 木曜日			10月3日 金曜日		
						牛乳 豚肉と青ねぎのピラフ チキンビーンズ 春雨スープ ポテトスープ			牛乳 五目チャーハン 鶏のレモン煮 春雨スープ プチぶどうゼリー			牛乳 ご飯 豆腐ハンバーグのおろしソースがけ アーモンド和え 麦みそ汁		
食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考
						牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206	
						米	90		米	88		米	100	
						強化米	0.3		強化米	0.3		強化米	0.3	
						鶏スープ	2		麦	2		水	120	
						水	106.33		がらだきポーク	3				
						豚肉	25		水	105		豆腐ハンバーグ	80	
						コーン	12.5		豚肉	12		大根	40	
						わけねぎ	10		なると巻き	4		しょうが	0.2	
						サラダ油	1		にんにく	0.5		本みりん	2	
						コンソメ	0.8		しょうが	0.5		しょうゆ	3	
						塩	0.7		長ねぎ	10		酒	1	
						こしょう	0.03		人参	5				
									干し椎茸	0.5		小松菜	20	
						鶏むね肉	30		水	1.5		人参	10	
						赤ワイン	2		わけねぎ	6		キャベツ	30	
						大豆	12		ごま油	1.2		もやし	30	
						白いんげん豆	10		オイスターソース	1		アーモンド	3	
						にんにく	0.3		しょうゆ	2.2		アーモンド粉	3	
						玉ねぎ	45		酒	1.2		砂糖	1	
						人参	25		塩	0.2		しょうゆ	2.5	
						じゃがいも	33		こしょう	0.02		本みりん	1	
						サラダ油	1							
						さやいんげん	6		鶏むね肉	50		鶏肉	10	
						トマト	15		酒	1.5		里芋	15	
						トマトピューレ	5		でん粉	8		人参	8	
						ケチャップ	6.5		揚げ油	6		大根	30	
						中濃ソース	1.8		砂糖	5		こんにゃく	10	
						塩	0.3		しょうゆ	5		油揚げ	8	
						砂糖	0.8		本みりん	3		椎茸	8	
						こしょう	0.02		レモン果汁	1		わけねぎ	8	
						ローリエ	0.02		レモン	2		麦みそ	12.5	
						パプリカパウダー	0.1		水	3		鰹だしパック	2	
						オールスパイス	0.03					水	140	
									緑豆春雨	6				
						ベーコン	10		水	15				
						玉ねぎ	15		ハム	10				
						人参	8		人参	10				
						じゃがいも	40		玉ねぎ	25				
						白菜	25		もやし	25				
						小松菜	8		小松菜	10				
						鶏スープ	5		がらだきポーク	5				
						水	140		水	145				
						しょうゆ	1.5		うすくちしょうゆ	3				
						塩	0.7		しょうゆ	0.8				
						こしょう	0.03		塩	0.4				
									こしょう	0.02				
									白ごま	1				
									ごま油	0.8				
									ぶどうゼリー	21				

北部中学校

10月6日			10月7日			10月8日			10月9日			10月10日		
月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日		
牛乳 イワシのかば焼き丼(ご飯と具 別配缶) ごま和え さつまいものみそ汁 お月見デザート			牛乳 中華おこわ 家郷豆腐(チャーシュー豆腐) 中華卵コンスーブ			牛乳 ホイコーロー丼(ご飯と具 別配缶) 手作り春巻き 豆乳杏仁豆腐			牛乳 親子丼(ご飯と具 別配缶) お揚げの和え物 呉汁					
食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考			
牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206				
米	100		米	60		米	95		米	98				
強化米	0.3		もち米	30		強化米	0.3		強化米	0.3				
水	120		強化米	0.3		水	114		水	117.6				
イワシ藏粉付	40		しょうゆ	1		豚肉	45		卵	50				
揚げ油	6		酒	1.5		酒	2		鶏肉	35				
しょうが	1		水	101		しょうが	0.5		高野豆腐	1				
しょうゆ	6		豚肉	10		にんにく	0.5		水	6				
本みりん	2.5		酒	1		トウバンジャン	0.05		玉ねぎ	40				
砂糖	4.5		しょうが	0.3		玉ねぎ	35		人参	20				
酒	1.2		人参	5		人参	15		わけねぎ	8				
水	1		大豆	3		キャベツ	55		だし汁	25				
白ごま	1.5		たけのこ	8		ピーマン	8		しょうゆ	7				
			メンマ	4		サラダ油	1		本みりん	2				
ほうれん草	30		干し椎茸	0.7		赤みそ	5.2		酒	2				
白菜	20		サラダ油	1		ハ丁みそ	2.6		三温糖	2.8				
人参	10		オイスターソース	1.2		テンメンジャン	3.3		塩	0.5				
もやし	30		しょうゆ	3		オイスターソース	3							
白すりごま	3		本みりん	1.2		しょうゆ	1.5		油揚げ	6				
砂糖	2		酒	1.2		酒	3		しょうゆ	1.2				
しょうゆ	3		砂糖	0.5		三温糖	4.4		本みりん	1.2				
			塩	0.2		塩	0.1		だし汁	6				
さつまいも	40		白ごま	2		こしょう	0.03		キャベツ	25				
大根	15		ごま油	0.7		白すりごま	2		もやし	25				
木綿豆腐	20					ごま油	0.5		人参	8				
油揚げ	8		生揚げ	60		てん粉	1.5		ほうれん草	10				
小松菜	10		豚肉	15		水	3		しょうゆ	2.5				
長ねぎ	10		人参	15					砂糖	1.8				
鰹だしパック	2		干し椎茸	0.8		豚肉	10		本みりん	1.2				
水	140		水	3.2		酒	1		酒	1.2				
白みそ	7.5		白菜	32		しょうが	0.5		白ごま	1				
麦みそ	5		チンゲン菜	12		人参	5							
			サラダ油	0.5		たけのこ	8		豚肉	10				
お月見デザート	40		トウバンジャン	0.3		緑豆春雨	0.8		木綿豆腐	20				
			しょうゆ	4		水	2		大根	35				
			砂糖	1.8		白菜	20		人参	8				
			赤みそ	1		にら	3		ごぼう	5				
			ごま油	0.5		サラダ油	1		小松菜	8				
			でん粉	0.8		砂糖	1.2		大豆	10				
			水	0.8		しょうゆ	3.5		サラダ油	0.5				
						でん粉	0.7		鰹だしパック	2				
			鶏肉	12		春巻きの皮	12.5		水	140				
			木綿豆腐	25		小麦粉	0.3		白みそ	12.5				
			卵	20		揚げ油	5							
			玉ねぎ	25										
			小松菜	10		豆乳杏仁豆腐	40							
			コーン	15		みかん缶	15							
			クリームコーン	15		パイ缶	20							
			鶏スープ	5		もも缶	15							
			水	140		砂糖	2.5							
			酒	1		水	25							
			塩	1										
			こしょう	0.03										
			でん粉	1										
			水	1										

10月 食物アレルギー対応確認用詳細献立表

東深井中学校
北部中学校

10月13日 月曜日			10月14日 火曜日			10月15日 水曜日			10月16日 木曜日			10月17日 金曜日		
			牛乳 サフランライスのクリームソースがけ(ご飯とルー 別配) ブロッコリーソテー りんごゼリー和え			牛乳 じゃこ菜めし 肉じゃが なめこのみそ汁 ヨーグルト			牛乳 塩バターラーメン(麺とスープ 別配缶) 厚揚げのキムチ炒め 豆乳黒糖蒸しパン			牛乳 ご飯 カツオの甘辛生姜ソース のり酢和え 沢煮椀		
食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考
			牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206	
			米	95		米	98		ラーメン	140		米	100	
			強化米	0.3		強化米	0.3		サラダ油	3		強化米	0.3	
			サフランライス	1		水	117.6		豚肉	12		水	120	
			水	114		ちりめんじゃこ	3		酒	1				
			鶏肉	20		菜めしの素	1.8		にんにく	0.5		カツオ濃粉付き	50	
			玉ねぎ	40		白ごま	2		しょうが	0.5		揚げ油	6	
			人参	10					なると巻き	10		しょうが	0.8	
			ぶなしめじ	10		豚肉	22		きくらげ	0.5		しょうゆ	3	
			パセリ	0.08		玉ねぎ	30		人参	13		砂糖	2	
			サラダ油	1		人参	18		白菜	20		本みりん	1	
			バター	5		じゃがいも	85		コーン	8		酒	1	
			小麦粉	5		干し椎茸	0.6		長ねぎ	10		水	4	
			鶏スープ	3		水	2.4		サラダ油	1		白ごま	1	
			水	26		白滝	20		鶏スープ	4				
			牛乳	40		さやいんげん	8		シャンタン	2.5		ほうれん草	20	
			塩	0.8		サラダ油	1		水	140		キャベツ	30	
			こしょう	0.03		だし汁	9		酒	1		もやし	30	
			生クリーム	1		しょうゆ	7.2		塩	0.65		ツナ	10	
						三温糖	3.3		こしょう	0.03		刻みのり	0.5	
			ブロッコリー	30		本みりん	1.2		バター	2		酢	3	
			ツナ	15		酒	1.2					しょうゆ	4	
			じゃがいも	30					鶏肉	10				
			コーン	15		なめこ	15		生揚げ	35		豚肉	15	
			サラダ油	1		大根	20		にんにく	0.2		油揚げ	5	
			しょうゆ	0.5		白菜	30		しょうが	0.2		たけのこ	10	
			白ワイン	1		木綿豆腐	20		玉ねぎ	20		人参	10	
			塩	0.3		油揚げ	8		人参	10		大根	25	
			こしょう	0.03		長ねぎ	5		キャベツ	25		ごぼう	10	
						鰹だしパック	2		キムチ	18		干し椎茸	0.8	
			りんごゼリー	20		水	140		チンゲン菜	10		水	3.2	
			寒天	15		白みそ	12.5		サラダ油	1		小松菜	10	
			みかん缶	10					しょうゆ	2		鰹だしパック	2	
			パイナップル缶	20		ヨーグルト	70		酒	1		水	145	
			もも缶	20					砂糖	0.8		しょうゆ	1	
			りんご缶	20					がらだきポーク	1.8		うすくちしょうゆ	3	
									でん粉	1		酒	1	
									水	1		塩	0.5	
												黒こしょう	0.03	
									蒸しパンミックス	45				
									黒砂糖	6				
									調整豆乳	30				
									豆乳バター	1				
									レーズン	5				
									ベーキングトレイ	10				

北部中学校

10月20日			10月21日			10月22日			10月23日			10月24日		
月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日		
牛乳 秋味カレーライス(ご飯と具 別配缶) コーンサラダ フルーツポンチ			牛乳 キムタクご飯 チキンカツ わかめとじゃがいものみそ汁			牛乳 抹茶ミルク揚げパン こまつなサラダ ポトフ ゆら早生みかん			牛乳 ご飯 揚げ鶏とじゃがいもの煮物 みそけんちん汁 ウエハースココア			牛乳 きつねご飯 ポラの甘酢あんかけ 小松菜のすまし汁		
食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考
牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206	
米	97		米	90		コッペパン	70		米	100		米	92	
麦	3		強化米	0.3		水	35		強化米	0.3		強化米	0.3	
強化米	0.3		しょうゆ	1		揚げ油	7		水	120		しょうゆ	1	
水	114		水	108		スキムミルク	6					水	109.4	
豚肉	30		キムチ	15		抹茶	0.5		鶏肉	30		油揚げ	15	
赤ワイン	3		つば漬	8		グラニュー糖	8		しょうが	0.2		鶏肉	10	
しょうが	0.5		豚肉	14		パン袋	10		酒	0.5		人参	5	
にんにく	0.5		わけねぎ	6					しょうゆ	1		さやいんげん	8	
椎茸	5		ごま油	1		キャベツ	40		でん粉	5		だし汁	5	
ぶなしめじ	8		しょうゆ	1		きゅうり	8		じゃがいも	60		しょうゆ	3	
マッシュルーム	5		白ごま	2		コーン	15		揚げ油	4		三温糖	2.5	
人参	25					人参	8		人参	15		酒	1	
玉ねぎ	45		チキンカツ	50		小松菜	10		ごぼう	5		本みりん	1	
じゃがいも	20		揚げ油	6		ツナ	8		さやいんげん	5		白ごま	2.5	
サラダ油	1		中濃ソース	4		サラダ油	2		だし汁	30				
水	90					酢	1.2		しょうゆ	6		ポラ澱粉付き	40	
とろけるカレーN	14		カットわかめ	1		レモン果汁	0.5		酒	1.5		揚げ油	8	
給食用カレー	3		水	12		砂糖	1.2		本みりん	1.5		玉ねぎ	25	
カレー粉	0.2		じゃがいも	40		しょうゆ	1		三温糖	2		人参	5	
ウスターソース	2		玉ねぎ	30		塩	0.4					白菜	20	
りんごソース	2		キャベツ	20		こしょう	0.02		木綿豆腐	25		サラダ油	0.5	
チャツネ	4		えのきたけ	8					油揚げ	8		水	8	
ケチャップ	3		油揚げ	8		豚肉	25		白菜	30		砂糖	2	
こしょう	0.03		鰹だしパック	2		白ワイン	1		人参	10		しょうゆ	2	
			水	130		かぶ	15		大根	20		酢	2	
コーン	20		白みそ	12.5		かぶ葉	6		里芋	8		酒	1	
キャベツ	50					じゃがいも	50		ごぼう	5		でん粉	1	
小松菜	15					人参	20		こんにゃく	12		水	1	
きゅうり	5					玉ねぎ	45		サラダ油	1				
サラダ油	2.5					セロリ	6		長ねぎ	5		木綿豆腐	25	
酢	1.2					パセリ	0.08		鰹だしパック	2		かまぼこ	8	
レモン果汁	1					がらだきポーク	4		水	120		大根	30	
砂糖	1.2					鶏スープ	1		白みそ	6		長ねぎ	10	
塩	0.4					水	80		赤みそ	6.5		小松菜	20	
こしょう	0.02					塩	0.8					鰹だしパック	2	
						こしょう	0.03		ウエハースココ	7.1		水	150	
カクテルゼリー	20											しょうゆ	1.2	
寒天	10					ゆら早生みかん	40					うすくちしょうゆ	2	
みかん缶	15											酒	1	
パイ缶	15											塩	0.7	
もも缶	15													
砂糖	3													
水	30													

北部中学校

10月27日			10月28日			10月29日			10月30日			10月31日		
月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日		
牛乳 焼肉ピラフ イワシフライ 五目スープ			牛乳 はちみつチーズトースト ブロッコリーサラダ ミネストローネ						牛乳 ご飯 サバのもみじおろしソース ひじきの炒め煮 大根のみそ汁			牛乳 スパゲティミートソース(麺とソース 別配缶) ハニーサラダ パンブキンマフィン		
食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考
牛乳	206		牛乳	206					牛乳	206		牛乳	206	
米	92		食パン	80					米	100		スパゲティ	72	
強化米	0.3		水	40					強化米	0.3		水	40	
がらだきポーク	4		バター	6.5					水	120		オリーブオイル	2	
水	107.4		はちみつ	8								豚肉	30	
豚肉	20		グラニュー糖	2.8					サバ鰯粉付き	50		大豆	10	
酒	1.2		シュレッドチーズ	10					揚げ油	5		にんにく	0.5	
にんにく	0.5								大根	30		サラダ油	1	
しょうが	0.5		ブロッコリー	50					人参	10		玉ねぎ	70	
トウバンジャン	0.05		キャベツ	20					一味唐辛子	0.01		人参	20	
玉ねぎ	10		コーン	15					うすくちしょうゆ	2		セロリ	5	
人参	8		ツナ	8					本みりん	1		ケチャップ	18	
長ねぎ	10		サラダ油	2.5					酒	1		トマト	25	
小松菜	10		酢	1.2								ウスターソース	5	
ごま油	0.8		レモン果汁	0.5					鶏肉	9		赤ワイン	1	
しょうゆ	3		砂糖	1.2					大豆	6		豆乳バター	1	
砂糖	1		しょうゆ	1					さつま揚げ	8		砂糖	0.5	
塩	0.4		塩	0.3					人参	8		塩	0.5	
こしょう	0.03		こしょう	0.02					乾燥ひじき	3.2		こしょう	0.02	
									白滝	10				
イワシフライ	60		ベーコン	8					サラダ油	0.4		コーン	15	
揚げ油	5		セロリ	4					だし汁	7.2		キャベツ	55	
ウスターソース	6		玉ねぎ	30					しょうゆ	3.15		小松菜	15	
			人参	8					三温糖	2.25		きゅうり	5	
鶏肉	12		キャベツ	20					本みりん	0.9		ひよこ豆	10	
もやし	30		マッシュルーム	5					さやいんげん	3		サラダ油	2	
ぶなしめじ	8		パセリ	0.8								酢	2	
たけのこ	10		シェルマカロニ	6					大根	40		レモン果汁	0.5	
きくらげ	0.2		水	12					木綿豆腐	25		はちみつ	3	
チンゲン菜	20		オリーブオイル	1					油揚げ	8		塩	0.5	
長ねぎ	10		トマト	20					長ねぎ	5		こしょう	0.02	
がらだきポーク	2.5		トマトジュース	30					小松菜	10				
鶏スープ	2.5		鶏スープ	5					鰹だしパック	2		小麦粉	18	
水	150		水	110					水	140		ベーキングパウダー	1.2	
しょうゆ	3		しょうゆ	1.2					白みそ	12.5		液卵	10	
塩	0.9		砂糖	0.5								牛乳	8	
こしょう	0.03		塩	0.8								バター	5	
白ごま	1		こしょう	0.03								グラニュー糖	12	
ごま油	0.5											かぼちゃペースト	12	
												ダイスチーズ	6	
												マフィンカップ	10	
													</	