

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

10月6日	月曜日	10月7日	火曜日	10月8日	水曜日	10月9日	木曜日	10月10日	金曜日
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
イワシのかば焼き丼(ご飯と具別配缶)	中華おこわ	家郷豆腐(チャーシャンどうふ)	中華卵コーンスープ					コッペパン ブルーベリージャム	
ごま和え								タラのハーブ焼き	
さつまいものみそ汁								ドレッシングサラダ	
お月見デザート								キャロットポタージュ	
食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考			食品名	分量 (g)
牛乳	206		牛乳	206				牛乳	206
米	100		米	60				コッペパン	70
強化米	0.3		もち米	30				水	35
水	120		強化米	0.3				ブルーベリージャム	15
イワシ漬粉付	40		しょうゆ	1					
揚げ油	6		酒	1.5					
しょうが	1		水	101				タラ切身漬粉付	50
しょうゆ	6		豚肉	10				塩	0.12
本みりん	2.5		酒	1				こしょう	0.02
砂糖	4.5		しょうが	0.3				にんにく	0.35
酒	1.2		人参	5				白ワイン	2.5
水	1		大豆	3				ノンエッグマヨネーズ	7
白ごま	1.5		たけのこ	8				オリーブオイル	0.8
			メンマ	4				バジル	0.12
ほうれん草	30		干し椎茸	0.7				パン粉	7
白菜	20		サラダ油	1				トレー	10
人参	10		オイスターソース	1.2					
もやし	30		しょうゆ	3				コーン	8
白すりごま	3		本みりん	1.2				キャベツ	45
砂糖	2		酒	1.2				人参	8
しょうゆ	3		砂糖	0.5				きゅうり	20
			塩	0.2				サラダ油	2.5
さつまいも	40		白ごま	2				酢	3.6
大根	15		ごま油	0.7				砂糖	1.2
木綿豆腐	20							塩	0.4
油揚げ	8		生揚げ	60				こしょう	0.02
小松菜	10		豚肉	15				鶏肉	10
長ねぎ	10		人参	15				玉ねぎ	30
鰯だしパック	2		干し椎茸	0.8				人参	20
水	140		水	3.2				ぶなしめじ	10
白みそ	7.5		白菜	32				じゃがいも	30
麦みそ	5		チンゲン菜	12				小麦粉	6
お月見デザート	40		サラダ油	0.5				バター	5
			トウバンジャン	0.3				牛乳	50
			しょうゆ	4				鶏スープ	5
			砂糖	1.8				水	60
			赤みそ	1				人参ペースト	30
			ごま油	0.5				塩	0.9
			でん粉	0.8				こしょう	0.02
			水	0.8				パセリ	0.08
			鶏肉	12				生クリーム	2
			木綿豆腐	25					
			卵	20					
			玉ねぎ	25					
			小松菜	10					
			コーン	15					
			クリームコーン	15					
			鶏スープ	5					
			水	140					
			酒	1					
			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 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

