

## 食物アレルギー対応確認用詳細献立表

2月3日			2月4日			2月5日			2月6日			2月7日		
月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日		
牛乳 ご飯 イワシのかば焼き おひたし 豚汁 黒糖福豆			牛乳 かき混ぜ寿司 五目厚焼き玉子 アーモンド和え 豆腐のすまし汁 ヨーグルト			牛乳 根菜ピラフ タラフライ ミートボールのトマトスープ			牛乳 味噌ラーメン 鶏肉と白菜の中華炒め 肉まん			牛乳 ご飯 サバの塩焼き 肉じゃが かきたま汁		
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	206.00		牛乳	206.00		牛乳	206.00		牛乳	206.00		牛乳	206.00	
米	100.00		米	82.00		米	90.00		ラーメン	150.00		米	100.00	
水	120.00		麦	2.00		がらだきボーク	2.00		サラダ油	0.50		水	120.00	
			昆布	0.16		水	114.00		豚肉	25.00				
イワシ濃粉付	50.00		水	100.80		豚肉	12.00		にんにく	1.00		サバ	50.00	
揚げ油	6.00		米酢	6.00		サラダ油	1.00		しょうが	0.60		酒	1.80	
しょうが	1.00		砂糖	4.50		蓮根	10.00		トウバンジャン	0.30		塩	0.40	
しょうゆ	6.00		塩	0.45		人参	5.00		人参	15.00				
みりん	2.50		むきエビ	8.00		ごぼう	8.00		長ねぎ	15.00		豚肉	10.00	
砂糖	4.50		ごぼう	8.00		パセリ	0.08		もやし	25.00		じゃがいも	60.00	
酒	1.20		人参	5.00		バター	1.50		ホールコーン	8.00		人参	12.00	
水	4.00		高野豆腐	0.50		塩	0.20		にら	10.00		玉ねぎ	20.00	
白ごま	1.50		油揚げ	6.00		しょうゆ	2.00		酒	1.50		白滝	16.00	
			かんぴょう	0.50		酒	1.00		赤みそ	12.00		さやいんげん	4.00	
小松菜	20.00		砂糖	1.50		こしょう	0.04		がらだきボーク	3.00		サラダ油	0.80	
キャベツ	30.00		しょうゆ	4.00					がらだきチキン	2.00		しょうゆ	5.20	
もやし	20.00		みりん	2.00		タラフライ	50.00		しょうゆ	3.00		三温糖	2.40	
えのきたけ	10.00		塩	0.05		揚げ油	5.00		白ごま	2.00		みりん	0.80	
水	6.00		水	3.00		中濃ソース	3.00		ごま油	0.50		酒	0.80	
しょうゆ	3.00		さやいんげん	5.00					水	120.00		だし汁	6.40	
みりん	1.00		のり	0.50		肉団子	32.00							
かつお節	0.50					オリーブオイル	1.00		鶏肉	22.00		卵	20.00	
			五目たまご焼き	50.00		にんにく	0.30		酒	1.00		玉ねぎ	30.00	
豚肉	12.00					玉ねぎ	20.00		にんにく	0.50		人参	10.00	
じゃがいも	15.00		ほうれん草	20.00		人参	10.00		しょうが	0.50		木綿豆腐	25.00	
大根	15.00		人参	5.00		キャベツ	20.00		絹厚揚げ	20.00		わけねぎ	6.00	
人参	10.00		キャベツ	25.00		セロリ	5.00		玉ねぎ	20.00		うすくちしょうゆ	3.00	
こんにゃく	10.00		もやし	30.00		トマト	15.00		キャベツ	45.00		みりん	1.00	
木綿豆腐	20.00		アーモンド	3.00		トマトピューレ	5.00		たけのこ	10.00		酒	1.00	
油揚げ	8.00		アーモンド粉	3.00		赤ワイン	1.00		ピーマン	5.00		塩	0.40	
長ねぎ	5.00		砂糖	1.00		コンソメ	1.00		白ごま	1.50		鰹だしパック	2.00	
サラダ油	1.00		しょうゆ	2.50		塩	0.60		サラダ油	1.00		水	145.00	
白みそ	6.00		みりん	1.00		こしょう	0.03		トウバンジャン	0.15		でん粉	0.50	
赤みそ	6.50					砂糖	0.10		しょうゆ	3.00		水	0.50	
鰹だしパック	2.00		鶏肉	10.00		ローリエ	0.01		酒	1.00				
水	140.00		かまぼこ	10.00		水	160.00		砂糖	0.40				
			木綿豆腐	30.00					塩	0.30				
黒糖福豆	8.00		人参	8.00					こしょう	0.03				
			白菜	25.00					鶏スープ	2.00				
			干し椎茸	0.70					ごま油	0.50				
			水	2.80					でん粉	1.00				
			小松菜	10.00					水	0.50				
			うすくちしょうゆ	2.00										
			しょうゆ	1.20					肉まん	60.00				
			酒	1.00										
			みりん	1.00										
			塩	0.50										
			鰹だしパック	2.00										
			水	150.00										
			ヨーグルト	70.00										

## 食物アレルギー対応確認用詳細献立表

2月10日			2月11日			2月12日			2月13日			2月14日		
月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日		
牛乳 豚キムチ丼 ひじきのサラダ 水ぎょうざ 米粉のりんごタルト						牛乳 チキンカレーライス バリバリサラダ フルーツヨーグルト			牛乳 ピザトースト アーモンドサラダ クラムチャウダー			牛乳 サフランライスのクリームソースがけ かぼちゃと大豆の揚げサラダ バレンタインカップケーキ		
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	206.00					牛乳	206.00		牛乳	206.00		牛乳	206.00	
米	98.00					米	97.00		食パン	80.00		米	98.00	
水	117.60					麦	3.00		水	40.00		サフランライスの素	1.00	
豚肉	36.00					水	120.00		ベーコン	8.00		水	117.60	
しょうが	0.60					鶏肉	30.00		玉ねぎ	30.00		鶏肉	30.00	
酒	1.00					赤ワイン	3.00		人参	10.00		白ワイン	1.50	
サラダ油	1.00					しょうが	0.50		マッシュルーム	4.00		人参	10.00	
キャベツ	40.00					にんにく	0.50		コーン	6.00		玉ねぎ	40.00	
玉ねぎ	30.00					玉ねぎ	50.00		ピーマン	10.00		ぶなしめじ	10.00	
にら	5.00					人参	20.00		サラダ油	0.50		パセリ	0.05	
キムチ	15.00					じゃがいも	40.00		ピザソース	20.00		サラダ油	0.50	
白ごま	1.20					サラダ油	1.00		ケチャップ	6.00		バター	5.00	
しょうゆ	2.50					水	70.00		砂糖	0.60		小麦粉	5.00	
オイスターソース	1.20					とろけるカレーN	12.00		塩	0.10		牛乳	40.00	
ごま油	0.50					給食用カレーフレーク	2.00		シュレッドチーズ	15.00		塩	0.80	
						カレー粉	0.30					こしょう	0.03	
乾燥ひじき	1.00					ウスターソース	2.00		キャベツ	50.00		鶏スープ	1.00	
水	10.00					りんごソース	2.00		コーン	15.00		水	30.00	
酒	1.00					チャツネ	4.00		人参	10.00		生クリーム	1.00	
三温糖	1.00					ケチャップ	3.00		きゅうり	10.00				
しょうゆ	1.00					こしょう	0.03		アーモンド	4.00		かぼちゃ	25.00	
大豆	5.00								玉ねぎ	2.00		大豆	12.00	
大根	20.00					ワンタンの皮	8.00		サラダ油	2.00		てん粉	4.00	
キャベツ	25.00					揚げ油	1.00		酢	1.20		揚げ油	2.00	
コーン	8.00					キャベツ	55.00		レモン果汁	1.00		キャベツ	25.00	
人参	10.00					小松菜	15.00		砂糖	1.20		きゅうり	15.00	
ごま油	1.50					人参	10.00		塩	0.40		コーン	12.00	
酢	1.50					きゅうり	10.00		こしょう	0.03		酢	3.30	
しょうゆ	2.00					サラダ油	1.50					ごま油	1.10	
塩	0.20					酢	1.20		あさり	8.00		砂糖	0.55	
砂糖	0.30					レモン果汁	1.00		白ワイン	0.50		サラダ油	4.40	
白ごま	2.00					砂糖	1.20		じゃがいも	35.00		塩	0.33	
						塩	0.40		玉ねぎ	30.00		しょうゆ	1.10	
水ぎょうざ	32.00					こしょう	0.03		白菜	30.00				
しょうが	0.20								ぶなしめじ	5.00		バレンタインカップケーキ	30.00	
人参	12.00					ヨーグルトペースト	50.00		パセリ	0.08				
もやし	20.00					いちごゼリー	6.00		小麦粉	6.00				
椎茸	4.00					りんご缶	15.00		バター	6.00				
長ねぎ	10.00					パイン缶	15.00		鶏スープ	5.00				
小松菜	10.00					もも缶	15.00		水	70.00				
がらだきボーク	6.00					みかん缶	15.00		牛乳	45.00				
水	150.00								調整豆乳	15.00				
しょうゆ	3.00								塩	1.10				
塩	0.80								こしょう	0.03				
こしょう	0.03								生クリーム	1.50				
白ごま	1.00													
ごま油	0.50													
米粉りんごタルト	35.00													

## 食物アレルギー対応確認用詳細献立表

2月17日			2月18日			2月19日			2月20日			2月21日		
牛乳 五目チャーハン かみかみさつまごぼう 汁ビーフン			牛乳 コッペパン りんごジャム マカロニグラタン グリーンサラダ 白菜スープ			牛乳 親子丼 ほうれん草のごま和え わかめとじゃが芋のみそ汁			牛乳 きな粉揚げパン ペンのミートソース煮 ABCスープ			牛乳 すき焼き丼 わかさぎフリッター かぶのみそ汁 はちみつレモンゼリー		
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	206.00		牛乳	206.00		牛乳	206.00		牛乳	206.00		牛乳	206.00	
米	90.00		コッペパン	60.00		米	95.00		コッペパン	70.00		米	98.00	
麦	3.00		水	35.00		水	114.00		水	35.00		水	117.60	
がらだきポーク	2.20					鶏肉	35.00		揚げ油	7.00		豚肉	40.00	
水	110.00		りんごジャム	15.00		玉ねぎ	40.00		きな粉	8.00		焼き豆腐	30.00	
ロースハム	12.00					人参	20.00		砂糖	8.00		白菜	30.00	
にんにく	0.60		マカロニ	20.00		ぶなしめじ	5.00		塩	0.08		人参	10.00	
なると巻き	10.00		鶏肉	25.00		酒	2.00		パン袋	10.00		白滝	20.00	
人参	5.00		じゃがいも	20.00		三温糖	2.80					玉ねぎ	20.00	
わけねぎ	5.00		玉ねぎ	40.00		しょうゆ	7.00		マカロニ	20.00		長ねぎ	10.00	
塩	0.40		人参	15.00		塩	0.40		水	20.00		わけねぎ	5.00	
しょうゆ	0.80		マッシュルーム	8.00		みりん	2.00		豚肉	12.00		サラダ油	0.80	
ごま油	1.50		小麦粉	7.00		卵	50.00		大豆	8.00		しょうゆ	7.00	
			バター	7.00		わけねぎ	5.00		にんにく	0.30		みりん	2.00	
ごぼう	30.00		牛乳	60.00		水	25.00		玉ねぎ	50.00		三温糖	2.50	
てん粉	6.00		塩	0.70					人参	10.00		塩	0.20	
さつまいも	30.00		こしょう	0.03		ほうれん草	50.00		ピーマン	5.00		だし汁	25.00	
揚げ油	6.00		鶏スープ	0.80		人参	10.00		サラダ油	1.00		てん粉	2.00	
砂糖	0.40		水	20.00		もやし	40.00		赤ワイン	1.00		水	1.50	
水あめ	4.80		シュレッドチーズ	8.00		白すりごま	3.00		トマト	35.00				
しょうゆ	2.00		パン粉	2.50		砂糖	2.00		ケチャップ	4.00		わかさぎフリッター	22.00	
みりん	0.66		グラタントレイ	10.00		しょうゆ	3.00		ウスターソース	2.00		揚げ油	3.00	
酒	1.30								ハヤシフレックN	3.00				
水	2.60		キャベツ	45.00		カットわかめ	0.80		コンソメ	0.60		かぶ	30.00	
白ごま	2.00		小松菜	20.00		水	9.60		カレー粉	0.25		かぶ葉	5.00	
			きゅうり	15.00		じゃがいも	50.00		砂糖	0.30		人参	10.00	
フォー	10.00		サラダ油	2.00		長ねぎ	10.00		塩	0.20		カットわかめ	0.80	
鶏肉	15.00		酢	2.00		木綿豆腐	30.00		こしょう	0.02		水	9.60	
かまぼこ	8.00		レモン果汁	0.50		油揚げ	8.00					油揚げ	5.00	
干し椎茸	0.60		砂糖	0.60		白みそ	6.50		マカロニ	8.00		木綿豆腐	25.00	
人参	8.00		塩	0.40		赤みそ	6.00		鶏肉	10.00		長ねぎ	10.00	
キャベツ	25.00		こしょう	0.02		鰹だしパック	2.00		玉ねぎ	15.00		鰹だしパック	2.00	
もやし	20.00					水	130.00		人参	15.00		水	145.00	
長ねぎ	5.00		鶏肉	10.00					キャベツ	20.00		赤みそ	6.00	
小松菜	10.00		糸かまぼこ	6.00					じゃがいも	30.00		白みそ	6.50	
鶏スープ	5.00		人参	10.00					小松菜	10.00				
水	140.00		長ねぎ	10.00					バター	1.00		はちみつレモンゼリー	60.00	
しょうゆ	2.00		白菜	40.00					がらだきチキン	2.00				
塩	0.50		チンゲン菜	10.00					がらだきポーク	2.00				
こしょう	0.03		がらだきチキン	3.00					塩	0.70				
ごま油	0.60		がらだきポーク	2.00					こしょう	0.03				
			しょうゆ	0.80					白ワイン	2.00				
			酒	1.80					水	140.00				
			塩	0.48										
			こしょう	0.04										
			水	140.00										

# 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

2月24日 月曜日			2月25日 火曜日			2月26日 水曜日			2月27日 木曜日			2月28日 金曜日		
			牛乳 ご飯 ヤンニョムチキン 春雨サラダ わかめスープ			牛乳 小松菜のべベロンチーノ シーフードサラダ みりんマフィン			牛乳 ご飯 イナダの照り焼き 茎わかめのきんぴら 呉汁			牛乳 マーボー厚揚げ丼 ナムル 大根の中華スープ ミルマークコーヒー		
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	206.00		牛乳	206.00		牛乳	206.00		牛乳	206.00	
			米	100.00		スパゲティ	80.00		米	100.00		米	95.00	
			水	120.00		水	40.00		水	120.00		麦	3.00	
						サラダ油	3.00					水	116.00	
			鶏むね肉	50.00		ベーコン	10.00		イナダ照り焼き	50.00		生揚げ	70.00	
			酒	1.00		小松菜	30.00					豚肉	22.00	
			塩	0.10		エリンギ	5.00		茎わかめ	16.00		大豆	15.00	
			こしょう	0.02		人参	10.00		豚肉	10.00		酒	1.00	
			でん粉	5.00		にんにく	1.00		ごぼう	10.00		サラダ油	1.00	
			揚げ油	4.00		オリーブオイル	2.00		人参	15.00		しょうが	0.50	
			ごま油	0.30		とうがらし	0.03		つきこんにやく	12.00		にんにく	0.50	
			にんにく	0.30		塩	0.70		サラダ油	1.00		干し椎茸	0.60	
			しょうが	0.30		しょうゆ	1.70		しょうゆ	3.00		人参	15.00	
			ケチャップ	8.40					三温糖	1.40		長ねぎ	20.00	
			砂糖	0.60		むきエビ	10.00		みりん	1.00		たけのこ	15.00	
			水あめ	4.80		イカ短冊	10.00		酒	1.00		にら	5.00	
			酢	1.40		酒	1.50					テンメンジャン	10.00	
			しょうゆ	2.80		キャベツ	40.00		鶏肉	10.00		しょうゆ	1.00	
			コチジャン	0.15		きゅうり	10.00		油揚げ	8.00		トウバンジャン	0.15	
			水	3.00		人参	10.00		サラダ油	0.50		中華スープストック	1.00	
			白ごま	1.50		レモン果汁	0.50		大根	20.00		塩	0.40	
						サラダ油	1.50		人参	12.00		でん粉	3.00	
			緑豆春雨	5.00		しょうゆ	1.00		白菜	15.00		水	50.00	
			水	17.50		酢	1.00		小松菜	10.00		ごま油	0.50	
			ロースハム	8.00		塩	0.30		長ねぎ	10.00				
			コーン	10.00		こしょう	0.03		大豆	10.00		ほうれん草	25.00	
			きゅうり	8.00					白みそ	12.00		人参	15.00	
			人参	5.00		小麦粉	23.00		鰹だしパック	2.00		もやし	40.00	
			キャベツ	30.00		ベーキングパウダー	1.00		水	150.00		しょうゆ	3.00	
			酢	3.00		液卵	15.00					酢	2.50	
			ごま油	2.50		牛乳	8.00					ごま油	1.50	
			砂糖	1.00		バター	6.00					塩	0.20	
			しょうゆ	3.00		グラニュー糖	10.00					砂糖	0.80	
			塩	0.20		みりん	10.00							
			白ごま	2.00		マフィンカップ	10.00							
												鶏肉	10.00	
												大根	35.00	
			カットわかめ	1.00								えのきたけ	10.00	
			水	12.00								チンゲン菜	10.00	
			木綿豆腐	25.00								なると巻き	10.00	
			人参	15.00								きくらげ	0.20	
			もやし	25.00								長ねぎ	10.00	
			小松菜	10.00								がらだきボーク	2.00	
			長ねぎ	5.00								がらだきチキン	2.00	
			しょうが	0.20								水	150.00	
			しょうゆ	3.00								しょうゆ	2.00	
			塩	0.80								酒	1.00	
			こしょう	0.03								塩	0.40	
			鶏スープ	5.00								こしょう	0.03	
			白ごま	1.50								白ごま	1.00	
			水	150.00								ごま油	0.50	
			ごま油	0.50										
												ミルマークコーヒー	12.50	