

予定献立表 (アレルギー)

1、「予定献立表(アレルギー)」には、食品衛生法にさだめられている27品目を表示しています。

特定原材料(表示義務)7品目	特定原材料に準ずるもの(表示を推奨)20品目
えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生	あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、くるみ、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン

2、同一ライン上でのアレルギーの情報を確認したい方は、給食調理場までご連絡ください。

3、西原センターで使用している練り製品類には、卵は使用されていません。 ※使用されている食材には「(卵)」表示がありますのでご確認ください。

4、アーサーもずく、チリメンはエビ、カニ、貝が生息しているところでもとれたものを使用しているため、「エビ、カニ、貝」が混入することがあります。

5、天候や食材材料の都合により、献立の変更や食材を変更することがあります。(※特に葉野菜やくだものは天候や価格によって変動することが多くありますのでご理解ください)

日曜日	曜日	こ ん だ て	主な材料と体内での動き			調味料
			(あか) 血や肉や骨を作る	(きいろ) 働く力や体温となる	(みどり) 体の調子をととのえる	
1	火	ごはん かぼちのみそ汁 親子丼 マーヨット	厚揚げ(大豆)、みそ(大豆) 鶏肉、卵	米 三温糖	かぼち、かぼちのきだけ、長ねぎ たまねぎ、にんにく、しめじ、しいたけ ねぎ、グリーンピース、にんにく マーヨット	削り節 醤油(小麦・大豆)、みりん、酒、 シママース、削り節
2	水	中華系 しょうゆラーメン (汁・具) パンパンジー 肉まん	豚肉、なると、わかめ 鶏肉 大豆、豚肉 大豆たんぱく	小麦粉、なたね油、還元水あめ ごま油 三温糖、ごま油、ごま 小麦粉、さとう、ラード(豚肉) 植物油脂(ごま)、でんぷん	もやし、キャベツ、にんにく、たけのこ 長ねぎ、にんにく、しょうが きゅうり、大根、小松菜、長ねぎ しょうが 玉ねぎ、ねぎ、しょうが、しいたけ	食塩 削り節、だし昆布、シママース、醤油(小麦・大豆) スープのもと(小麦・大豆・鶏肉・豚肉)、鶏がら 醤油(小麦・大豆) 酢(小麦) 醤油(小麦・大豆)、食塩 乳化剤(大豆)、老酒(小麦)
3	木	ごはん もずくのみそ汁 ウカライチー	もずく 鶏肉、おから(大豆)	米 さとう、大豆油	だいこん、えのき、しいたけ、ねぎ にんにく、たまねぎ、きくらげ、ねぎ	削り節、だし昆布、シママース、醤油(小麦・大豆) 醤油(小麦・大豆)、シママース、みりん 削り節 シママース、醤油(小麦・大豆)、酢(小麦)
4	金	ごはん 五穀ごはん ベジタブルスープ チリコンガン ごまなしミニフィッシュ	ベーコン(豚肉) 赤いんげん豆、大豆、牛肉、豚肉 ウイナー(豚肉)、豚肉 大豆たんぱく かたくちいわし	米、むぎ、もちきび、丸麦 黒米、赤米 じゃがいも 三温糖、大豆油 さとう	たまねぎ、ごぼう、にんにく キャベツ、にんにく、パセリ たまねぎ、にんにく、ピーマン、トマト マッシュルーム、にんにく	鶏がら、醤油(小麦・大豆)、ローレル シママース、こしょう チリコンガン(大豆・リコ) パプリカ、デミグラス(小麦・鶏肉)、シママース
7	月	ごはん お休みのみそ汁 大根のそぼろ煮 厚焼き玉子	みそ(大豆) 豚肉、大豆たんぱく、大豆 厚揚げ(大豆) 卵	米 ごま油 三温糖、でんぷん 大豆油、さとう	冬瓜、ごぼう、人参、ねぎ、しいたけ 大根、にんにく、小松菜	削り節、みりん 醤油(小麦・大豆)、みりん、シママース 削り節 かつお昆布だし、みりん、酢(小麦) 醤油(小麦・大豆)、塩
8	火	ごはん アーサー汁 ヌンターグラー 納豆アンダーヌー	アーサー、豆腐(大豆)、かまぼこ 豚肉、油あげ(大豆)、かまぼこ 納豆(大豆)、みそ(大豆) 豚肉、ツナ(大豆)、かつお節	米 大豆油 大豆油 アーモンド、三温糖、大豆油	えのき、しょうが 大根、にんにく、しいたけ 小松菜 ねぎ、しょうが	削り節、だし昆布、シママース、醤油(小麦・大豆) 醤油(小麦・大豆)、みりん、酒 シママース、削り節 みりん
9	水	あげパン ABCスープ 野菜のカレーソテー チーズ	脱脂粉乳(乳)、きな粉(大豆) ベーコン(豚肉)、大豆 ツナ(大豆) チーズ(乳)	コハパン(小麦・乳・大豆) 大豆油、黒糖、アーモンド じゃがいも、マカロニ(小麦) 大豆油 大豆油	たまねぎ、だいこん、にんにく、トマト にんにく ブロッコリー、カリフラワー、キャベツ、しめじ にんにく、玉ねぎ	ウスター(大豆・リコ)、チリコンガン、シママース、ローレル 鶏がら、鶏がらスープ(鶏肉)、こしょう 醤油(小麦・大豆)、シママース、こしょう カレー粉
10	木	ごはん ひしきのきんぴら炒め かぼちのみそ汁 カエリの青のりがらめ	豚肉、豚肉、ひしき、チキアギ わかめ、みそ(大豆) カエリ、大豆、青のり	米 大豆油、三温糖、ごま、ごま油 アーモンド、三温糖、黒糖、水あめ	しょうが、ごぼう、にんにく、にら とうがんと、えのき、ねぎ	酒、醤油(小麦・大豆)、シママース、削り節 削り節 醤油(小麦・大豆)、みりん
11	金	ごはん ワンダンスープ 八宝菜 りんご	ウカ(小麦・大豆・豚肉・ごま) 豚肉、あさり、いか、えび うずらの卵	米 でんぷん、ごま油 ごま油、大豆油、でんぷん	玉ねぎ、にんにく、にら、長ねぎ しょうが にんにく、しょうが、にんにく 玉ねぎ、きくらげ、たけのこ、白菜 にんにくの芽、りんご	酒、鶏がら、鶏がらスープ(鶏肉)、シママース 醤油(小麦・大豆) 酒、醤油(小麦・大豆)、シママース オスターヌス、豚がらスープ(豚肉・鶏肉・リコ)
14	月	黒米ごはん シガムドラチ フーリチー あまがし 煮こぼろ ハヤシライス	豚肉、かまぼこ 豚肉、みそ(大豆) カエリ、大豆、青のり	米、黒米 大豆油、三温糖、ごま、ごま油 アーモンド、三温糖、黒糖、水あめ	冬瓜、ごんにやく、しいたけ、 しょうが にんにく、キャベツ、もやし 玉ねぎ、からしな	削り節、醤油(小麦・大豆)、シママース、酒 シママース、醤油(小麦・大豆) 食塩
15	火	ごはん ココロコザラダ ナッツと小魚 ごはん トマトのかきまスープ ホイコーロー れんごんじゅうまい	牛肉 ひよこ豆、赤いんげん豆 青いんげん豆 かたくちいわし 卵、豆腐(大豆) 豚肉、みそ(大豆) 豚肉、鶏肉、大豆たんぱく 小麦たんぱく、大豆	米、むぎ じゃがいも、小麦粉、大豆油 マカロン(乳・大豆)、三温糖 さつまいも、三温糖 アーモンド、枝豆の種、さとう、ごま でんぷん 大豆油、三温糖、でんぷん ラード(豚肉)、でんぷん、さとう 小麦粉	玉ねぎ、にんにく、しめじ、トマト マッシュルーム、セリ、グリーンピース、にんにく きゅうり、かぼち、赤ピーマン 枝豆(大豆)	赤ワイン、パプリカ(小麦・大豆・牛肉) 鶏がらスープ(鶏肉)、ウスター(大豆・リコ) デミグラス(小麦・鶏肉)、ブルベール シママース、チリコンガン、鶏がら、ローレル シママース、ドレッシング
16	水	ごはん トマトのかきまスープ ホイコーロー れんごんじゅうまい	卵、豆腐(大豆) 豚肉、みそ(大豆) 豚肉、鶏肉、大豆たんぱく 小麦たんぱく、大豆	米 でんぷん 大豆油、三温糖、でんぷん ラード(豚肉)、でんぷん、さとう 小麦粉	トマト、玉ねぎ、チンゲン菜 キャベツ、ピーマン、もやし、人参 長ねぎ、にんにく、しょうが 玉ねぎ、れんごん、しょうが	醤油(小麦・大豆)、シママース、削り節、鶏がら みりん、酒、醤油(小麦・大豆) オスターヌス、豆板醤 醤油(小麦・大豆)、食塩、こしょう
17	木	ごはん クーリジシ クーブイリチー いかのみそ汁 きんぴら さわらど小松菜のみそ汁 もずく	豚肉、かまぼこ、卵 昆布、豚肉、かまぼこ いか、卵白 さわら、豆腐(大豆)、みそ(大豆) もずく、豚肉、豚肉 大豆たんぱく かんてん、卵	米 三温糖、大豆油 小麦粉、ごま油、大豆油 米、もちきび 三温糖、でんぷん、大豆油 紅いも、さとう、小麦粉、パネ(乳)	ごんにやく、しいたけ、大根 にんにく 切干大根、ごんにやく 小松菜、玉ねぎ にんにく、しょうが にんにく、しょうが	削り節、豚がらスープ(豚肉、鶏肉、リコ) 醤油(小麦・大豆)、シママース 削り節、醤油(小麦・大豆)、みりん、酒、シママース 食塩 削り節、酒、みりん 醤油(小麦・大豆)、みりん、酒 削り節 食塩
21	月	ごはん あさりのみそ汁 豚肉と野菜のしょうが炒め	あさり、豆腐(大豆) みそ(大豆)、油あげ(大豆) 豚肉	米 三温糖、大豆油	玉ねぎ、小松菜、長ねぎ キャベツ、玉ねぎ、にんにく ピーマン、きくらげ	削り節 醤油(小麦・大豆)、みりん、シママース オスターヌス
22	火	マーヨット 赤いんげん豆 きゅうりのウサチ やまいも	豚肉 わかめ	米、むぎ 三温糖、ごま油 さつまいも	しいたけ、玉ねぎ きゅうり、キャベツ、にんにく	削り節、酒、シママース、みりん、醤油(小麦・大豆) 醤油(小麦・大豆)、酢(小麦)
24	木	サーモンパスタ れんごんサラダ キャベツのメンチカツ	さけ、ベーコン(豚肉)、かまぼこ イカ、チリメン(大豆) 豚肉、大豆	めん(小麦)、大豆油、オリーブ油 三温糖、大豆油 パン粉(小麦)、でんぷん、大豆油 さとう	にんにく、たまねぎ、キャベツ、しめじ 小松菜、にんにく れんごん、大根、にんにく、コーン きゅうり キャベツ、玉ねぎ	鶏がらスープ(鶏肉)、白ワイン、オスターヌス 醤油(小麦・大豆)、シママース、こしょう ドレッシング 食塩、チリコンガン(鶏肉)
25	金	ごはん 豚肉とわかめのスープ 厚揚げの中華炒め 甘薯	豚肉、豆腐(大豆)、わかめ 豚肉、厚揚げ(大豆) 甘薯	米 ごま油、でんぷん ごま油、大豆油、でんぷん	しいたけ、玉ねぎ にんにく、たまねぎ、キャベツ、しょうが にんにくの芽、きくらげ、にんにく 甘薯	鶏がら、削り節、醤油(小麦・大豆)、シママース 醤油(小麦・大豆)、シママース、オスターヌス 削り節
28	月	ごはん ほんべんのみそ汁 切干大根のうま煮	ほんべん(小麦・やまいも・大豆) わかめ 豚肉、昆布、かまぼこ	米 三温糖、大豆油	大根、長ねぎ、みつば にんにく、切干大根、小松菜 ごんにやく	削り節、だし昆布、酒、シママース 醤油(小麦・大豆) 醤油(小麦・大豆)、みりん、酒 削り節、シママース 食塩
29	火	アーモンド コッペパン ヌードルスープ ジンジャーサラダ りんご きなこクリーム ごはん チリメンパスタ ゴーヤのツナ和え エバのからあげ	脱脂粉乳(乳) 鶏肉、脱脂粉乳(乳) 白いんげん豆 鶏肉 きなこ(大豆) 豚肉、厚揚げ(大豆)、みそ(大豆) ツナ(大豆) エバ	アーモンド、油 小麦粉、ヨーロク(大豆)、さとう めん(小麦)、小麦粉、生クリーム(乳) マカロン(乳・大豆)、大豆油 じゃがいも ごま油 大豆油、水あめ、さとう 米 大豆油、さとう 三温糖、ごま でんぷん、小麦粉、大豆油	たまねぎ、セロリ、にんにく、しめじ コーン キャベツ、きゅうり、しょうが りんご 大根、にんにく、小松菜 ゴーヤ、もやし、きゅうり にんにく、キャベツ	シママース、こしょう、鶏がら 鶏がらスープ(鶏肉)、ローレル 醤油(小麦・大豆) 削り節、シママース 乳化剤(乳・ごま・大豆) 削り節、みりん ドレッシング(小麦・大豆・セラー) 醤油(小麦・大豆)、酢(小麦) シママース
30	水	ごはん チリメンパスタ ゴーヤのツナ和え エバのからあげ	豚肉、厚揚げ(大豆)、みそ(大豆) ツナ(大豆) エバ	米 大豆油、さとう 三温糖、ごま でんぷん、小麦粉、大豆油	大根、にんにく、小松菜 ゴーヤ、もやし、きゅうり にんにく、キャベツ	削り節、みりん ドレッシング(小麦・大豆・セラー) 醤油(小麦・大豆)、酢(小麦) シママース