

# 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)21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、アーモンド

- 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、アーサやもずく、チリメンはエビ、カニ、貝が生息しているところ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。(※特に葉野菜やくどものは天候や価格によって変動することが多くなっていますのでご理解ください)

※醤油・酢に含まれている「小麦・大豆」は省略しています。情報が必要な方は給食調理場までご連絡ください。

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	金	むぎごはん いしかりじる ひじきと大豆の煮貝煮 ちくさやき あわこぼん	さけ、みそ(大豆) ひじき、ぶたにく、大豆、ちくわ 卵、とりにく、チーズ(乳)	こめ、むぎ 里芋 大豆油 大豆油、砂糖、でんぷん	にんじん、だいこん、玉ねぎ、ごぼう、長ねぎ にんじん、こんにやく、だいこん、枝豆(大豆) 玉ねぎ、にんじん、ほうれん草、しいたけ	卵、乳、小麦、大豆、鶏肉
4	月	あわこぼん 豚汁 紅芋とナッツのかりんどう	ぶたにく、あぶらあげ(大豆) みそ(大豆)	こめ、あわ 里芋 べにいも、大豆油、アーモンド、三温糖 黒糖、ハチミツ	だいこん、ごぼう、にんじん、こんにやく、長ねぎ しいたけ	
5	火	納豆 トマトリゾット ファイバーサラダ オムレツ 蒸しケーキ	納豆(大豆) とりにく、あさり、チーズ(乳)	こめ、むぎ、三温糖、大豆油	玉ねぎ、アスパラガス、コーン、トマト にんにく、マッシュルーム	たね(小麦) 鶏肉
6	水	むぎごはん 冬瓜のすりながし汁 せんきりいりちー さばの塩焼き ひとくち黒糖	卵、とりにく ぶたにく、こんぶ さば	こめ でんぷん 三温糖、大豆油 さとうきび	とうがん、ねぎ きりぼし大根、こんにやく	鶏肉、豚肉、リンゴ 鶏肉、豚肉、リンゴ
7	木	<b>お弁当の日</b>				
8	金	むぎごはん あきのきのこカレー ピーンズサラダ ブルーベリーゼリー	とりにく、ぶたレバー 白いんげん豆 ツナ(大豆)、赤いんげん豆、ひよこまめ 青えんどう豆	こめ、むぎ じゃがいも、小麦粉、マーガリン(乳・大豆) 三温糖、でんぷん、大豆油	玉ねぎ、にんじん、しめじ、マッシュルーム エリンギ、トマト、グリーンピース、にんにく ブロッコリー、きゅうり	小麦、牛肉、鶏肉、大豆 リンゴ 小麦、大豆、ごま
12	火	黒米ごはん なかもみ汁 クーリエリチー ちんすこう	なかもみ、ぶたにく こんぶ、ぶたにく、かまぼこ	水あめ 三温糖、大豆油 砂糖、小麦粉、ラード ショートニング	ブルーベリー、りんご果汁 きりぼし大根	リンゴ 小麦、豚肉、大豆
13	水	悲鳴嬢さんの炊き込みご飯 煉獄さんのさつま汁 はりほりづけ ししやもの塩焼き	とりにく ぶたにく、みそ(大豆)、削り節	こめ、大豆油 さつまいも ごま、三温糖、ごま油 卵なしマヨネーズ(大豆)	ごぼう、にんじん、しいたけ こんにやく、にんじん、だいこん、こまつな 切り干し大根、きゅうり、もやし	小麦、さば、大豆、鶏肉
14	木	<b>お弁当の日</b>				
15	金	むぎごはん シフォンケーキ タコとわかめのウサチー	ぶたにく、あつあげ(大豆) こんぶ、みそ(大豆) たこ、わかめ	こめ、むぎ 三温糖 ごま、三温糖、ごま油	とうがん、こんにやく、にんじん、いんげん 大根、きゅうり	鶏肉
18	月	はいがぶりかけ なかよしパン カレースープ お芋のごまサラダ ミートボール	かつおぶし、のり、あおさ 脱脂粉乳(乳) いか、ベーコン(豚肉)	こめ、むぎ 三温糖 ごま、でんぷん、こめはいが、さとう 小麦粉、さとう、ショートニング(大豆) マカロニ(小麦)	まっちゃ はくさい、にんじん、たけのこ、セロリー、玉ねぎ いんげん、赤ピーマン	小麦、大豆、ごま 小麦、乳、大豆 小麦、牛肉、鶏肉、大豆 リンゴ 大豆、リンゴ
19	火	りんごジャム 沖縄そば(個人) やさいそば(具・汁) 厚揚げのアーサあんかけ	ぶたにく あつあげ(大豆)、とりにく	こめ、むぎ 三温糖 小麦粉、なたね油 大豆油	りんご キャベツ、にんにく、しょうが、にんじん 玉ねぎ、ニラ、もやし 枝豆(大豆)	鶏肉、豚肉、リンゴ ごま
20	水	紅芋のウムニー わかめごはん だいこんのそぼろ煮 ぶたしやぶサラダ	白いんげん豆 わかめ ぶたにく、あつあげ(大豆) 大豆たんぱく	こめ、さとう 三温糖、でんぷん、大豆油	しょうが だいこん、にんじん、玉ねぎ、いんげん、こんにやく こまつな、しょうが、しいたけ	
21	木	<b>お弁当の日</b>				
22	金	むぎごはん かきたまじる さかなのすぶたふういため	卵、とうふ(大豆) 赤魚	こめ、むぎ でんぷん 小麦粉、でんぷん、大豆油、ごま油 三温糖 アーモンド、油	こまつな、コーン 赤ピーマン、ピーマン、玉ねぎ、しめじ	鶏肉
25	月	アーモンド ごはん もずくとあさりのスープ ガバオライスの真 目玉焼き風オムレツ	もずく、あさり ぶたにく、とりにく、豚レバー 大豆、みそ(大豆) 卵、ゼラチン	こめ でんぷん 三温糖、ごま油 水あめ、でんぷん	だいこん、玉ねぎ、長ねぎ 玉ねぎ、にんにくのめ、ピーマン、赤ピーマン コーン、にんにく、しょうが、パジル	鶏肉 卵、乳、大豆、ゼラチン
26	火	むぎごはん どうにゅうみそじる アーモンドあえ きびなごのから揚げ	とりにく、あぶらあげ(大豆) みそ(大豆)、豆乳(大豆) ツナ(大豆) きびなご	こめ、むぎ 里芋 アーモンド、三温糖、ごま油 小麦粉、でんぷん、大豆油	だいこん、にんじん、ごぼう、こんにやく、しいたけ 長ねぎ もやし、こまつな	
27	水	こぼん クーリエリチー クンボウイリチー あまがし	ぶたにく、かまぼこ、卵 ぶたにく、みそ(大豆) 金時豆、緑豆	こめ ごま、三温糖、水あめ、大豆油 さとう、黒糖、むぎ	とうがん、しいたけ、こんにやく ごぼう、にんじん、いんげん、しょうが	豚肉、鶏肉、リンゴ
28	木	<b>お弁当の日</b>				
29	金	コッペパン パロウンスープ いるどりサラダ 魚のピザソース焼き	脱脂粉乳(乳) とりにく、脱脂粉乳(乳) 白いんげん豆 ひよこまめ、えんどう豆 いんげん豆 赤魚	小麦粉、さとう、ショートニング(大豆) じゃがいも、マカロニ(小麦) 小麦粉、マーガリン(乳・大豆)	かぼちゃ、玉ねぎ、パセリ ブロッコリー、カリフラワー、キャベツ、コーン にんじん コーン、グリーンピース、にんじん、トマト	小麦、乳、大豆 鶏肉 大豆、リンゴ