

令和3年度10月 詳細献立表（食物アレルギー対応給食）

※以下の点にご注意ください※

・ちりめんじゃこやわかめ、ひじきなどの海産物には同じ海域で生息する他の海洋生物（えびやいか、タコなど）が混入している可能性があります。

・揚げ油は同じ油を複数回使用するため、事前に揚げた食材の成分が微量混入することがあります。  
**揚げ油の使用回数は献立名の横に記載していますので、ご確認ください。**

・米酢の代わりに穀物酢、穀物酢の代わりに米酢を使用する場合があります。

・塩、砂糖、酒、でん粉（じゃがいもまたはとうもろこし）、油は本献立表に記載がなくても、調理の状況により追加する場合があります。

・すべての食品は同じ調理場内で扱っているため、意図せず混入する（コンタミネーション）場合があります。

・加工食品等の詳細な原材料は、年間・学期・月の使用食材料表ををご覧ください。  
月の原材表に記載のある食品名には「月」と表示してあります。

10/1 (金)		10/4 (月)		10/5 (火)		10/6 (水)		10/7 (木)	
ご飯 豆乳 じゃが芋と厚揚げの味噌汁 ムロアジのハンバーグ 東京産糸寒天のサラダ		ご飯 豆乳 さつま芋豚汁 鰯のコーンフレーク焼き ひじきと鶏肉の五目煮		ご飯 豆乳 トックスープ ブルコギ きゅうりの中華漬け		きなご揚げパン【揚げ油①】 豆乳 春雨スープ マセドアンサラダ ぶどうゼリー		ご飯 豆乳 すまし汁 鰯の山椒焼き 白菜ののり和え	
食品名	純使用g	食品名	純使用g	食品名	純使用g	食品名	純使用g	食品名	純使用g
精白米(慣行)	65.00	精白米(慣行)	65.00	精白米(慣行)	65.00	米粉丸パン 5個入	110.00	精白米(慣行)	65.00
大豆飲料 200ml	216.00	大豆飲料 200ml	216.00	大豆飲料 200ml	216.00	米粉丸パン 5個入	55.00	大豆飲料 200ml	216.00
水	110.00	サラダ油(米) 1.5kg	0.50	サラダ油(米) 1.5kg	0.50	米粉丸パン 5個入	110.00	水	115.00
煮干し だし用	2.20	豚かた小間	10.00	しょうが	0.50	米粉丸パン 5個入	165.00	かつお節 厚削り だし用	3.00
たまねぎ	15.00	しょうが	0.50	豚ももせん切り	20.00	揚げサラダ油	6.00	だし昆布	0.50
にんじん	5.00	ごぼう 洗い	5.00	清酒	1.00	上白糖	8.00	清酒	1.00
生揚げ	15.00	にんじん	10.00	スープストックチキン(学)	1.70	きな粉	7.00	食塩	0.40
じゃがいも	30.00	たまねぎ	15.00	白ごしょう	0.03	食塩	0.10	うすくちしょうゆ	2.00
カットわかめ	0.50	だいごん	25.00	水	130.00	大豆飲料 200ml	216.00	鶏もも皮なし小間	20.00
赤味噌(減塩)	3.50	糸こんにゃく カット	5.00	にんじん	10.00	サラダ油(米) 1.5kg	0.50	にんじん	7.00
白味噌(減塩)	3.50	冷凍焼き豆腐(さいの目)	10.00	たけのこ水煮	10.00	しょうが	0.50	えのきたけ 1/3カット バラ	5.00
ムロアジミンチ(学) 1kg	30.00	水	95.00	干しいたけ(スライス)	0.30	にんにく	0.30	木綿豆腐300g	25.00
鶏もも皮なし挽き	25.00	煮干し だし用	2.00	こいくちしょうゆ 1.8L	1.00	豚ももせん切り	15.00	でん粉	1.00
食塩	0.25	さつまいも	25.00	トックもち	15.00	清酒	1.00	月 ちらしかまぼこ(もみじ)	15.00
しょうが	1.00	赤味噌(減塩)	3.50	長ねぎ	8.00	たまねぎ	25.00	長ねぎ	10.00
清酒	0.80	白味噌(減塩)	3.50	食塩	0.15	スープストックチキン(学)	1.80	さば切り身 40g	40.00
コーンフレーク	8.00	こまつな	8.00	ごま油	0.50	水	110.00	さば切り身 40g	40.00
無調整豆乳 200ml	8.00	長ねぎ	4.00	サラダ油(米) 1.5kg	0.50	にんじん	10.00	さば切り身 40g	40.00
炒めたまねぎ(冷凍) 1kg	15.00	いわし開き 40g	40.00	豚ばら小間	10.00	食塩	0.10	さば切り身 60g	60.00
トマトケチャップ 285g	5.00	いわし開き 40g	40.00	豚かた小間	20.00	白ごしょう	0.03	清酒	3.00
白ごしょう	0.02	いわし開き 50g	50.00	しょうが	0.50	こいくちしょうゆ 1.8L	1.50	さんしょうパウダー	0.10
サラダ油(米) 1.5kg	1.00	清酒	2.00	にんにく	0.30	緑豆はるさめ 5cmカット	7.00	食塩	0.30
糸寒天(学) 100g	0.50	しょうが	0.50	清酒	1.00	緑豆もやし	15.00	にんじん	5.00
にんじん	5.00	サラダ油(米) 1.5kg	0.30	たまねぎ	30.00	チンゲンサイ	5.00	はくさい	40.00
キャベツ	35.00	粒入りマスタード 90g	2.00	にんじん	10.00	長ねぎ	5.00	こまつな	10.00
こまつな	10.00	コーンフレーク	7.00	緑豆もやし	25.00	じゃがいも	30.00	サラダ油(米) 1.5kg	2.00
サラダ油(米) 1.5kg	2.50	サラダ油(米) 1.5kg	0.50	ぶなしめじ バラ	5.00	にんじん	7.00	こいくちしょうゆ 1.8L	2.00
こいくちしょうゆ 1.8L	2.00	鶏もも皮なし 1.5cm角	10.00	緑豆はるさめ 5cmカット	2.00	むき枝豆(冷凍)	8.00	食塩	0.10
米酢	2.50	清酒	0.50	月 コチユジャン	1.20	まぐろ油漬レトルト(フレーク、ライト)	10.00	白ごしょう	0.02
食塩	0.05	油揚げ 100g	7.00	上白糖	1.20	ピュアオリーブ油 0.91kg	2.80	上白糖	0.16
白ごしょう	0.02	にんじん	5.00	こいくちしょうゆ 1.8L	4.00	米酢	2.50	刻みのり 20g袋	1.00
粉からし	0.02	乾燥ひじき	1.20	チンゲンサイ	7.00	上白糖	0.75		
上白糖	0.16	水	10.00	きゅうり	40.00	粉からし	0.01		
		上白糖	1.50	こいくちしょうゆ 1.8L	2.40	白ごしょう	0.02		
		こいくちしょうゆ 1.8L	3.70	米酢	2.40	食塩	0.40		
		大豆水煮	7.00	上白糖	0.80	月 国産ぶどうゼリー	40.00		
		むき枝豆(冷凍)	5.00	ごま油	1.60				
				一味唐辛子	0.01				



令和3年度10月 詳細献立表（食物アレルギー対応給食）

10/18 (月)		10/19 (火)		10/20 (水)		10/21 (木)		10/22 (金)		10/25 (月)	
高野豆腐とほたてのあんかけ丼 (麦ご飯)(あんかけ丼の具) 豆乳 野菜とひじきのごま和え 栗げんざい		ご飯 豆乳 すき焼き風煮 ちくわのマヨネーズ焼き 切り干し大根の炒り煮		スパゲッティミートソース (スパゲッティ)(ミートソース) 豆乳 きのこツナのサラダ みかん		ご飯 豆乳 中華コーンスープ いかのチリソースがけ【揚げ油④】 春雨の中華サラダ		さつま芋ご飯 豆乳 なめこ汁 鯖の塩焼き おひたし		ご飯 豆乳 チンゲンサイと豆腐のスープ 酢豚【揚げ油⑤】 フルーツ杏仁豆腐	
食品名	純使用g	食品名	純使用g	食品名	純使用g	食品名	純使用g	食品名	純使用g	食品名	純使用g
精白米(慣行)	60.00	精白米(慣行)	65.00	玄米麺 200g	60.00	精白米(慣行)	65.00	精白米(慣行)	55.00	精白米(慣行)	65.00
米粒麦	5.00	大豆飲料 200ml	216.00	ビュアオリブ油 0.91kg	6.00	大豆飲料 200ml	216.00	さつまいも	20.00	大豆飲料 200ml	216.00
サラダ油(米) 1.5kg	0.30	豚かた小間	30.00	サラダ油(米) 1.5kg	0.30	サラダ油(米) 1.5kg	0.50	清酒	1.00	水	115.00
豚かた小間	20.00	清酒	2.00	にんにく	0.80	しょうが	1.00	食塩	0.20	スープストックチキン(学)	1.90
清酒	1.00	干しいたけ(スライス)	0.30	しょうが	0.80	鶏もも皮なし1cm角	10.00	大豆飲料 200ml	216.00	にんじん	10.00
水	30.00	水	40.00	セロリー	1.60	たまねぎ	20.00	水	100.00	えのきたけ 1/3カット バラ	7.00
かつお節 厚削り だし用	1.20	上白糖	3.50	豚もも挽き	15.00	えのきたけ 1/3カット バラ	5.00	煮干し だし用	2.40	木綿豆腐 300g	15.00
干しいたけ(スライス)	1.00	こいくちしょうゆ 1.8L	6.50	ナツメグパウダー	0.04	スープストックチキン(学)	1.00	なめこ(レトルト)	20.00	こいくちしょうゆ 1.8L	2.00
にんじん	15.00	冷凍焼き豆腐(さいの目)	30.00	白ごしょう	0.04	水	100.00	木綿豆腐 300g	25.00	白ごしょう	0.03
たまねぎ	40.00	はくさい	35.00	赤ワイン	1.60	クリームコーン 1kg袋	30.00	油揚げ 100g	13.00	しょうが	0.50
月 ちらしかまぼこ(月見)	8.00	しらたき カット	30.00	たまねぎ	48.00	うすくちしょうゆ	1.00	赤味噌(減塩)	7.80	清酒	1.00
清酒	1.00	長ねぎ	15.00	食塩	0.20	白ごしょう	0.03	カットわかめ	0.90	カットわかめ	0.60
本みりん	1.00	焼きちくわ(1/4カット) チルド	25.00	にんじん	24.00	ホールコーン	5.00	長ねぎ	8.00	チンゲンサイ	10.00
上白糖	1.00	焼きちくわ(1/4カット) チルド	25.00	大豆ミート(ミンチ)	7.00	ホー乳コーン	40.00	さば切り身 40g	40.00	ごま油	0.50
うすくちしょうゆ	4.00	焼きちくわ(1/4カット) チルド	25.00	トマトケチャップ 285g	24.00	でん粉	0.80	さば切り身 40g	40.00	豚かた1.5cm角	30.00
水	20.00	焼きちくわ(1/4カット) チルド	50.00	トマトピューレ 1kg	24.00	こまつな	15.00	さば切り身 60g	60.00	しょうが	0.60
上白糖	2.00	ノンエッグマヨネーズ 205g(エッグケア)	6.00	カットトマト 1.5kg	12.00	長ねぎ	10.00	食塩	0.30	こいくちしょうゆ 1.8L	1.00
こいくちしょうゆ 1.8L	2.00	清酒	0.15	無着色ウスターソース(学)	1.60	いか切り身 40g	40.00	清酒	3.00	清酒	1.00
月 凍り豆腐(細切り)	4.00	青のり	0.12	無着色中濃ソース(学)	3.20	いか切り身 40g	40.00	にんじん	7.00	でん粉	7.50
酒蒸しほたてが(冷凍)	15.00	サラダ油(米) 1.5kg	0.30	上白糖	0.16	いか切り身 60g	40.00	キャベツ	35.00	揚げサラダ油	2.00
でん粉	2.00	にんじん	10.00	大豆飲料 200ml	216.00	清酒	60.00	きゅうり	15.00	サラダ油(米) 1.5kg	0.70
むき枝豆(冷凍)	3.00	切り干し大根	7.00	キャベツ	25.00	清酒	1.00	こいくちしょうゆ	3.00	たまねぎ	40.00
大豆飲料 200ml	216.00	油揚げ 100g	5.00	ぶなしめじ バラ	5.00	でん粉	5.30	本みりん	2.00	スープストックチキン(学)	0.30
にんじん	5.00	水	20.00	えのきたけ 1/3カット バラ	5.00	揚げサラダ油	6.00	白みりん	3.00	にんじん	7.00
緑豆もやし	25.00	本みりん	0.80	まぐろ水煮レトルト(フレーク、ライト)	10.00	サラダ油(米) 1.5kg	0.10	白すりごま	2.00	ピーマン	5.00
乾燥ひじき	0.80	上白糖	1.00	白すりごま	2.00	にんにく	0.10	こいくちしょうゆ 1.8L	3.00	トマトケチャップ 285g	7.50
きゅうり	15.00	こいくちしょうゆ 1.8L	3.00	こいくちしょうゆ 1.8L	3.00	しょうが	0.10	上白糖	3.50	上白糖	3.50
白すりごま	3.00			米酢	1.50	長ねぎ	7.00	こいくちしょうゆ 1.8L	2.00	こいくちしょうゆ 1.8L	2.00
こいくちしょうゆ 1.8L	3.00			上白糖	1.00	水	16.00	水	5.00	水	5.00
上白糖	2.00			ごま油	0.75	上白糖	0.40	米酢	7.00	米酢	7.00
本みりん	2.30			白ねりごま	1.50	トウバンジャン	0.05	でん粉	0.70	でん粉	0.70
白ねりごま	1.00			みかん S	60.00	トマトケチャップ 285g	2.50	かつお節糸削り 30g袋	1.00	水	10.00
あずき(乾)	9.00					こいくちしょうゆ 1.8L	0.50			粉寒天	0.25
上白糖	7.00					でん粉	0.30			上白糖	3.00
水	30.00					きくらげ(乾) 短冊切り	0.50			上白糖	3.00
むき栗(生)	10.00					緑豆はるさめ 5cmカット	7.00			無調整豆乳 1L	20.00
食塩	0.10					にんじん	5.00			ミックスフルーツ(りんご・桃・洋梨)	40.00
トックもち	20.00					チンゲンサイ	20.00			水	20.00
						こいくちしょうゆ 1.8L	3.00			上白糖	3.00
						米酢	3.00			レモン汁 120ml	0.70
						上白糖	0.75				
						ごま油	1.75				

令和3年度10月 詳細献立表（食物アレルギー対応給食）

10/26 (火)		10/27 (水)		10/28 (木)		10/29 (金)	
ご飯 豆乳 鶏肉のポトフ メルルーサのトマトソースかけ ポテトサラダ		米粉丸パン 豆乳 チリビーンズ 大根ときゅうりのサラダ かぼちゃ豆乳ゼリー		ご飯 豆乳 呉汁 豚肉とごぼうの生姜炒め りんご		ご飯 豆乳 パンプキンポタージュ ハニーマスタードチキン カラフルサラダ	
食品名	純使用g	食品名	純使用g	食品名	純使用g	食品名	純使用g
精白米(慣行)	65.00	米粉丸パン 5個入	110.00	精白米(慣行)	65.00	精白米(慣行)	65.00
大豆飲料 200ml	216.00	米粉丸パン 5個入	55.00	大豆飲料 200ml	216.00	大豆飲料 200ml	216.00
サラダ油(米) 1.5kg	0.30	米粉丸パン 5個入	110.00	水	100.00	ベーコンせん切り(ぼち)	7.00
鶏もも皮なし 2cm角	15.00	米粉丸パン 5個入	165.00	煮干し だし用	2.00	白ワイン	1.00
白ワイン	1.00	大豆飲料 200ml	216.00	にんじん	7.00	たまねぎ	50.00
セロリー	5.00	ピュアオリーブ油 0.91kg	1.00	だいごん	15.00	スープストックチキン(学)	1.70
たまねぎ	30.00	にんにく	0.50	糸こんにゃく カット	7.00	水	40.00
スープストックチキン(学)	1.70	豚もも挽き	30.00	さといも	20.00	かぼちゃペースト	45.00
水	56.00	白ワイン	2.00	油揚げ 100g	10.00	米粉	1.50
にんじん	16.00	チリパウダー	0.02	大豆水煮	10.00	調製豆乳 1L	50.00
だいごん	32.00	オールスパイス 100g	0.02	調製豆乳 1L	15.00	食塩	0.30
キャベツ	20.00	クミンパウダー 100g	0.02	白味噌(減塩)	3.90	白ごしょう	0.03
月カットウインナー 1cm	15.00	ナツメグパウダー	0.01	赤味噌(減塩)	3.90	パセリ	0.10
食塩	0.20	ブラックペッパー	0.03	しょうが	0.30	鶏もも皮なし切り身 50g 開き	50.00
ブラックペッパー	0.03	セロリー	1.00	長ねぎ	8.00	鶏もも皮なし切り身 50g 開き	50.00
メルルーサ切り身 40g	40.00	たまねぎ	50.00	豚かた小間	25.00	鶏もも皮なし切り身 50g 開き	50.00
メルルーサ切り身 40g	40.00	スープストックチキン(学)	1.00	豚もも小間	20.00	鶏もも皮なし切り身 60g 開き	60.00
メルルーサ切り身 40g	40.00	にんじん	10.00	しょうが	1.00	食塩	0.10
メルルーサ切り身 60g	60.00	水	30.00	清酒	1.00	白ごしょう	0.01
白ワイン	3.00	ぶなしめじ バラ	10.00	ささがきごぼう	25.00	粒入りマスタード 90g	2.50
白ごしょう	0.02	白いんげん豆(ゆで)	12.00	たまねぎ	30.00	こいくちしょうゆ 1.8L	1.00
ピュアオリーブ油 0.91kg	0.30	カットトマト 1.5kg	20.00	こいくちしょうゆ 1.8L	5.50	はちみつ	2.00
にんにく	0.30	トマトケチャップ 285g	12.00	上白糖	2.00	白ワイン	2.00
たまねぎ	5.00	食塩	0.30	本みりん	2.00	サラダ油(米) 1.5kg	0.50
トマトピューレ 1kg	8.00	だいごん	30.00	りんご	40.00	にんじん	7.00
トマトケチャップ 285g	3.00	きゅうり	20.00	食塩	0.10	だいごん	25.00
こいくちしょうゆ 1.8L	1.00	サラダ油(米) 1.5kg	1.80			きゅうり	12.00
上白糖	0.50	上白糖	0.80			ホールコーン	5.00
バジルチップ	0.03	白ごしょう	0.02			白すりごま	2.00
じゃがいも	50.00	食塩	0.40			こいくちしょうゆ 1.8L	2.00
にんじん	7.00	レモン汁 120ml	1.60			米酢	2.00
きゅうり	10.00	たまねぎ	2.00			上白糖	1.00
ノンエッグマヨネーズ 205g(エッグケア)	8.00	粉寒天	0.55			ごま油	0.75
食塩	0.20	水	16.00			白ねりごま	1.50
白ごしょう	0.01	上白糖	15.00				
		無調整豆乳 1L	55.00				
		かぼちゃペースト	15.00				