令和3年度3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・月の使用食材原材料表をご覧ください。
月の原材料表に記載のある食品名には「月」と表示してあります。

3/1　（火）

ご飯
豆乳
麻婆豆腐
春雨の中華サラダ
いちごゼリー

食　品　名	純使用g
精白米(慣行)	65.00
大豆飲料 200ml	216.00
サラダ油(米) 1.5kg	0.50
しょうが	0.50
にんにく	0.50
長ねぎ	15.00
トウバンジャン	0.20
豚もも挽き	20.00
大豆ミート(ミンチ)	5.00
たけのこ水煮	20.00
干ししいたけ(スライス)	1.00
水	40.00
スープストックチキン(学)	0.70
八丁味噌 300g	1.00
テンメンジャン	3.00
こいくちしょうゆ 1.8L	4.00
清酒	1.00
上白糖	1.00
長ねぎ	15.00
木綿豆腐 300g	100.00
でん粉	2.00
ごま油	0.50
きくらげ(乾) 短冊切り	0.50
緑豆はるさめ 5㎝カット	7.00
にんじん	10.00
チンゲンサイ	20.00
こいくちしょうゆ 1.8L	2.50
米酢	2.50
上白糖	0.75
ごま油	1.75
月 いちごゼリー	40.00

3/2　（水）

きなこ揚げパン【揚げ油①】
豆乳
コーンポタージュ
ベーコンポテト

食　品　名	純使用g
米粉丸パン 5個入	110.00
米粉丸パン 5個入	55.00
米粉丸パン 5個入	110.00
米粉丸パン 5個入	165.00
揚げサラダ油	5.00
上白糖	8.00
月 きな粉	5.00
食塩	0.10
大豆飲料 200ml	216.00
たまねぎ	50.00
水	55.00
スープストックチキン(学)	1.70
ホールコーン	25.00
クリームコーン 1kg袋	30.00
乾燥マッシュポテト	3.00
調製豆乳 1L	50.00
白こしょう	0.03
パセリ	0.20
月 ベーコンせん切り(ばら)	5.00
にんじん	5.00
食塩	0.20
白こしょう	0.02
じゃがいも	55.00
むき枝豆(冷凍)	5.00

3/3　（木）

ちらし寿司
豆乳
豆腐のすまし汁
沖めだいの照り焼き
厚揚げのそぼろ煮

食　品　名	純使用g
精白米(慣行)	60.00
米酢	7.00
上白糖	2.60
食塩	0.09
清酒	1.00
にんじん	5.00
油揚げ 100g	7.00
干ししいたけ(スライス)	0.50
れんこん	5.00
うすくちしょうゆ	2.00
清酒	1.00
上白糖	1.00
本みりん	1.00
大豆飲料 200ml	216.00
水	130.00
かつお節 厚削り だし用	3.00
だし昆布	0.50
月 ちらしかまぼこ(梅)	10.00
食塩	0.20
うすくちしょうゆ	2.50
清酒	1.00
でん粉	1.00
長ねぎ	10.00
木綿豆腐 300g	20.00
糸みつば	1.00
沖めだい切り身(ｼﾙﾊﾞｰ) 40g	40.00
沖めだい切り身(ｼﾙﾊﾞｰ) 40g	40.00
沖めだい切り身(ｼﾙﾊﾞｰ) 40g	40.00
沖めだい切り身(ｼﾙﾊﾞｰ) 50g	50.00
しょうが	1.00
本みりん	1.00
こいくちしょうゆ 1.8L	1.00
こいくちしょうゆ 1.8L	1.80
本みりん	1.20
上白糖	0.70
水	9.00
でん粉	0.35
サラダ油(米) 1.5kg	0.50
しょうが	0.30
豚もも挽き	10.00
たまねぎ	30.00
大豆ミート(ミンチ)	3.00
水	10.00
本みりん	0.70
上白糖	1.00
こいくちしょうゆ 1.8L	3.00
生揚げ	40.00
むき枝豆(冷凍)	3.00
でん粉	0.60

3/4　（金）

カレーライス(麦ご飯)(カレー)
豆乳
海藻サラダ
ミニトマト(2個)

食　品　名	純使用g
精白米(慣行)	70.00
米粒麦	5.00
サラダ油(米) 1.5kg	0.50
にんにく	0.50
しょうが	0.50
カレー粉 100g	0.10
豚かた小間	25.00
豚レバーチップ 500g	1.00
たまねぎ	45.00
にんじん	15.00
じゃがいも	50.00
食塩	0.20
白こしょう	0.02
水	75.00
スープストックチキン(学)	0.50
炒めたまねぎ(冷凍) 1kg	20.00
おろしりんご(レトルト)	2.00
無着色中濃ソース(学)	3.00
トマトケチャップ 285g	2.00
レンズ豆	5.00
カレーフレーク(アレルギー用)	10.00
大豆飲料 200ml	216.00
海藻ミックス	1.00
にんじん	10.00
キャベツ	40.00
サラダ油(米) 1.5kg	2.50
こいくちしょうゆ 1.8L	2.00
りんご酢	2.50
食塩	0.10
白こしょう	0.02
上白糖	0.16
ミニトマト	30.00

3/7　（月）

かりかり梅ご飯
豆乳
チンゲンサイと豆腐のスープ
豚キムチ炒め
フルーツ白玉

食　品　名	純使用g
精白米(慣行)	65.00
月 乾燥カリカリ梅 200g	1.00
大豆飲料 200ml	216.00
水	115.00
スープストックチキン(学)	1.70
にんじん	5.00
たまねぎ	30.00
木綿豆腐 300g	20.00
清酒	1.00
こいくちしょうゆ 1.8L	1.70
白こしょう	0.03
でん粉	1.00
チンゲンサイ	7.00
ごま油	0.50
サラダ油(米) 1.5kg	0.50
にんにく	0.50
しょうが	0.50
トウバンジャン	0.10
豚ばら小間	40.00
清酒	1.00
たまねぎ	20.00
緑豆もやし	10.00
こいくちしょうゆ 1.8L	0.80
オイスターソース	0.40
赤味噌(減塩)	1.50
月 白菜キムチ	20.00
長ねぎ	10.00
にら	5.00
白玉もち(冷凍)	25.00
水	10.00
上白糖	2.00
白ワイン	1.00
ミックスフルーツ(りんご・桃・洋梨)	45.00

令和3年度3月　詳細献立表（食物アレルギー対応給食）

3/8　(火)

ご飯
豆乳
里芋とわかめの味噌汁
コーン入りハンバーグ
ほうれん草とえのきののり和え

食　品　名	純使用g
精白米(慣行)	65.00
大豆飲料 200ml	216.00
水	120.00
煮干し だし用	3.00
さといも	20.00
油揚げ 100g	5.00
白味噌(減塩)	3.60
赤味噌(減塩)	3.80
カットわかめ	0.50
長ねぎ	10.00
豚もも挽き	60.00
コーンフレーク	4.00
無調整豆乳 200ml	3.50
炒めたまねぎ(冷凍) 1kg	20.00
食塩	0.15
白こしょう	0.03
ナツメグパウダー	0.03
ホールコーン	8.00
サラダ油(米) 1.5kg	0.30
にんにく	0.30
炒めたまねぎ(冷凍) 1kg	7.00
トマトピューレ　1kg	5.00
上白糖	0.30
こいくちしょうゆ 1.8L	1.00
白ワイン	1.00
でん粉	0.50
ほうれんそう	15.00
キャベツ	25.00
えのきたけ 1/3カット バラ	13.00
サラダ油(米) 1.5kg	2.00
こいくちしょうゆ 1.8L	2.00
米酢	2.00
白こしょう	0.02
上白糖	0.16
刻みのり 20g袋	1.00

3/9　(水)

米粉丸パン
フルーツミックス豆乳
ミネストローネ
鮭の香草焼き
クリーミーポテト

食　品　名	純使用g
米粉丸パン 5個入	110.00
米粉丸パン 5個入	55.00
米粉丸パン 5個入	110.00
米粉丸パン 5個入	165.00
月 大豆飲料(フルーツミックス味) 200ml	133.00
月 ベーコンせん切り(ばら)	10.00
にんにく	0.20
セロリー	2.00
たまねぎ	30.00
にんじん	7.00
キャベツ	30.00
食塩	0.10
白こしょう	0.03
ローリエパウダー	0.02
スープストックチキン(学)	1.70
水	78.00
トマトピューレ　1kg	4.00
トマトケチャップ 285g	4.00
無着色ウスターソース(学)	1.50
カットトマト 1.5kg	15.00
上白糖	1.00
米粉マカロニ(星形)	8.00
レンズ豆	3.00
さけ切り身 50g	50.00
さけ切り身 50g	40.00
さけ切り身 50g	40.00
さけ切り身 60g	60.00
にんにく	0.20
白ワイン	2.00
食塩	0.10
白こしょう	0.02
ピュアオリーブ油 0.91kg	3.00
乾燥マッシュポテト	2.00
オレガノチップ	0.03
バジルチップ	0.03
パセリチップ	0.03
じゃがいも	45.00
無調整豆乳 200ml	8.00
食塩	0.20
白こしょう	0.02

3/10　(木)

救給カレー
豆乳
白玉汁
大学芋【揚げ油②】
きゅうりの中華漬け

食　品　名	純使用g
月 救給カレー 150g	150.00
月 救給カレー 150g	150.00
月 救給カレー 150g	150.00
月 救給カレー 250g	250.00
大豆飲料 200ml	216.00
水	100.00
煮干し だし用	2.40
にんじん	10.00
だいこん	20.00
生揚げ	20.00
こいくちしょうゆ 1.8L	2.40
食塩	0.10
清酒	1.00
白玉もち(冷凍)	35.00
カットわかめ	0.30
さつまいも(皮つき) 乱切り 25g	50.00
揚げサラダ油	6.00
三温糖	6.00
月 水あめ(酵素糖化)	2.20
水	6.00
こいくちしょうゆ 1.8L	0.60
でん粉	0.20
きゅうり	30.00
こいくちしょうゆ 1.8L	1.70
米酢	1.70
上白糖	0.70
ごま油	1.00
一味唐辛子	0.01

3/11　(金)

豚肉のあんかけ丼
(麦ご飯)(あんかけ丼の具と刻みのり)
豆乳
災害備蓄用みそ汁
焼きししゃも(2本)

食　品　名	純使用g
精白米(慣行)	65.00
米粒麦	5.00
サラダ油(米) 1.5kg	0.50
豚かた小間	20.00
たまねぎ	60.00
水	30.00
かつお節 厚削り だし用	0.75
にんじん	25.00
ホールコーン	15.00
木綿豆腐 300g	25.00
焼きちくわ(1/4カット) チルド	15.00
こいくちしょうゆ	6.00
本みりん	1.00
上白糖	1.00
食塩	0.20
でん粉	2.00
刻みのり 20g袋	1.00
大豆飲料 200ml	216.00
水	110.00
煮干し だし用	3.00
FD非常用野菜お味噌汁(粉末みそ)	4.45
キャベツ	10.00
カットわかめ	0.20
えのきたけ 1/3カット バラ	15.00
油揚げ 100g	5.00
さつまいも	20.00
のらぼう菜	10.00
からふとししゃも(メス、卵あり) 生干し	40.00

3/14　(月)

ビビンバ(肉ご飯)(茹で野菜と味噌だれ)
豆乳
トックスープ
豆乳アイス

食　品　名	純使用g
精白米(慣行)	70.00
ごま油	0.50
にんにく	0.20
しょうが	0.30
豚もも挽き	35.00
三温糖	1.20
こいくちしょうゆ 1.8L	2.00
本みりん	1.00
トウバンジャン	0.10
緑豆もやし	37.00
ほうれんそう	10.00
にんじん	10.00
赤味噌(減塩)	7.00
三温糖	3.00
本みりん	1.80
水	5.00
大豆飲料 200ml	216.00
サラダ油(米) 1.5kg	0.50
しょうが	0.30
豚かたせん切り	10.00
水	120.00
スープストックチキン(学)	2.00
にんじん	10.00
こいくちしょうゆ 1.8L	1.00
食塩	0.10
大豆ミート(ミンチ)	3.00
白こしょう	0.03
清酒	1.00
トックもち	10.00
はくさい	20.00
にら	5.00
長ねぎ	10.00
ごま油	0.50
月 豆乳アイスクリーム	60.00

3/15　(火)

赤飯
豆乳
豆腐とわかめのスープ
鶏肉のから揚げ【揚げ油③】
筑前煮

食　品　名	純使用g
精白米(慣行)	35.00
もち米	35.00
食塩	0.40
あずき(乾)	3.00
大豆飲料 200ml	216.00
水	100.00
かつお節 厚削り だし用	3.00
だし昆布	0.50
清酒	1.00
食塩	0.40
うすくちしょうゆ	2.00
木綿豆腐 300g	30.00
でん粉	1.00
月 ちらしかまぼこ(桜ピンク)	15.00
カットわかめ	0.50
長ねぎ	10.00
鶏むね皮なし切り身 40g	40.00
鶏むね皮なし切り身 40g	40.00
鶏むね皮なし切り身 40g	40.00
鶏むね皮なし切り身 50g	50.00
しょうが	0.50
こいくちしょうゆ 1.8L	2.00
清酒	2.00
でん粉	10.00
揚げサラダ油	5.00
サラダ油(米) 1.5kg	0.50
にんじん	15.00
こんにゃく(1.5cm角切り)	15.00
ごぼう 洗い	10.00
たけのこ水煮	15.00
生しいたけ　バラ	1.00
れんこん	10.00
月 揚げボール	20.00
だし汁	15.00
三温糖	1.50
こいくちしょうゆ 1.8L	2.00
本みりん	1.00

令和3年度3月　詳細献立表（食物アレルギー対応給食）

3/16　(水)

カレーうどん
豆乳
いかのねぎソースがけ
こんにゃくサラダ
米粉メープルかぼちゃパン

食　品　名	純使用g
サラダ油(米) 1.5kg	0.50
豚かた小間	10.00
清酒	1.00
たまねぎ	20.00
水	120.00
かつお節 厚削り だし用	4.00
油揚げ 100g	5.00
こいくちしょうゆ 1.8L	1.70
本みりん	1.00
カレー粉 100g	0.10
カレーフレーク(アレルギー用)	8.00
でん粉	1.30
こまつな	5.00
玄米麺　200g	26.00
サラダ油(米) 1.5kg	0.50
大豆飲料 200ml	216.00
いか切り身 50g	50.00
いか切り身 50g	50.00
いか切り身 50g	50.00
いか切り身 60g	60.00
白こしょう	0.02
サラダ油(米) 1.5kg	0.50
清酒	1.00
長ねぎ	10.00
こいくちしょうゆ 1.8L	2.20
上白糖	0.80
ごま油	0.50
でん粉	0.20
水	4.00
三色サラダこんにゃく	15.00
だいこん	20.00
にんじん	5.00
キャベツ	15.00
白すりごま	2.00
こいくちしょうゆ 1.8L	2.50
米酢	1.50
上白糖	1.00
ごま油	0.75
白ねりごま	1.50
米粉メープルかぼちゃパン 8枚入	67.50
米粉メープルかぼちゃパン 8枚入	45.00
米粉メープルかぼちゃパン 8枚入	90.00
米粉メープルかぼちゃパン 8枚入	112.50

3/17　(木)

ご飯
豆乳
白菜の味噌汁
コロコロかじきの竜田揚げ【揚げ油④】
肉じゃが

食　品　名	純使用g
精白米(慣行)	65.00
大豆飲料 200ml	216.00
水	110.00
煮干し だし用	2.40
えのきたけ 1/3カット バラ	7.00
木綿豆腐 300g	15.00
油揚げ(コンテナ)	7.00
はくさい	30.00
白味噌(減塩)	3.60
赤味噌(減塩)	3.60
めかじき 1.5㎝角切り	50.00
こいくちしょうゆ 1.8L	2.00
清酒	1.00
本みりん	1.00
しょうが	1.00
食塩	0.20
でん粉	8.00
揚げサラダ油	4.00
サラダ油(米) 1.5kg	0.30
しょうが	0.30
豚かた小間	10.00
たまねぎ	20.00
にんじん	10.00
しらたき カット	7.00
じゃがいも	40.00
水	6.00
本みりん	0.60
三温糖	1.00
こいくちしょうゆ 1.8L	3.00
清酒	0.60

3/18　(金)

ご飯
豆乳
けんちょう(山口県の料理)
飛龍頭(ひりょうず)(山口県の料理)【揚げ油⑤】
もやしとのらぼう菜のごま和え

食　品　名	純使用g
精白米(慣行)	65.00
大豆飲料 200ml	216.00
サラダ油(米) 1.5kg	2.00
だいこん	80.00
にんじん	20.00
こんにゃく(色紙切り)	15.00
水	50.00
さば節 厚削り だし用	1.00
本みりん	3.00
上白糖	3.00
油揚げ 100g	5.00
こいくちしょうゆ 1.8L	4.50
月 押し豆腐（80%）	40.00
すけそうたらすり身	40.00
鶏むね皮なし挽き	15.00
月 押し豆腐（80%）	15.00
炒めたまねぎ(冷凍) 1㎏	10.00
にんじん	3.00
乾燥ひじき	0.30
食塩	0.24
こいくちしょうゆ 1.8L	0.30
でん粉	7.00
サラダ油(米) 1.5kg	1.00
揚げサラダ油	3.00
緑豆もやし	25.00
はくさい	15.00
のらぼう菜	15.00
白すりごま	3.00
こいくちしょうゆ 1.8L	2.40
上白糖	1.50
本みりん	1.50
白ねりごま	1.00

3/22　(火)

ハヤシライス(麦ご飯)(ハヤシソース)
豆乳
ポテトサラダ
ごま豆乳ゼリー

食　品　名	純使用g
精白米(慣行)	70.00
米粒麦	5.00
サラダ油(米) 1.5kg	0.50
セロリー	4.00
にんにく	0.50
豚もも小間	30.00
白こしょう	0.04
赤ワイン	1.00
たまねぎ	55.00
スープストックチキン(学)	1.40
にんじん	30.00
マッシュルーム	10.00
豚レバーチップ 500g	1.00
水	85.00
トマトケチャップ 285g	2.00
トマトピューレ　1kg	3.00
無着色中濃ソース(学)	3.00
ハヤシフレーク(アレルギー用)	10.00
大豆飲料 200ml	216.00
にんじん	10.00
じゃがいも	30.00
きゅうり	10.00
月 ポークハム色紙切り	5.00
食塩	0.10
ノンエッグマヨネーズ 205g(エッグケア)	6.00
粉寒天	0.55
水	16.00
上白糖	8.00
無調整豆乳 1L	55.00
白ねりごま	8.00

3/23　(水)

スパゲッティミートソース
(玄米スパゲッティ)(ミートソース)
豆乳
ツナサラダ
米粉ココアケーキ

食　品　名	純使用g
玄米麺　200g	60.00
ピュアオリーブ油 0.91㎏	6.00
サラダ油(米) 1.5kg	0.30
にんにく	0.80
しょうが	0.80
セロリー	1.60
豚もも挽き	15.00
ナツメグパウダー	0.04
赤ワイン	1.60
たまねぎ	48.00
にんじん	15.00
マッシュルーム	10.00
大豆ミート(ミンチ)	7.00
食塩	0.20
白こしょう	0.04
トマトケチャップ 285g	24.00
トマトピューレ　1kg	24.00
カットトマト 1.5kg	12.00
無着色ウスターソース(学)	1.60
無着色中濃ソース(学)	3.20
上白糖	0.16
大豆飲料 200ml	216.00
キャベツ	35.00
にんじん	5.00
こまつな	5.00
まぐろ油漬レトルト(フレーク，ライト)	10.00
ピュアオリーブ油 0.91㎏	2.80
米酢	1.90
食塩	0.30
白こしょう	0.02
上白糖	0.20
こいくちしょうゆ 1.8L	0.60
にんにく	0.05
粉からし	0.02
米粉	20.00
サラダ油(米) 1.5kg	5.00
上白糖	5.00
無調整豆乳 200ml	10.00
ピュアココア	0.60
月 ベーキングパウダー	0.60
紙カップ 100ml	1.00