

令和4年度7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。

| 7/1 (金)  |        | 7/4 (月)                            |        | 7/5 (火)  |        | 7/6 (水)  |        | 7/7 (木)   |        |
|--|--------|------------------------------------|--------|--|--------|--|--------|---|--------|
| ご飯<br>豆乳<br>鶏ごぼう汁<br>コロコロたこの竜田揚げ【揚げ油①】<br>小松菜ともやしののり和え |        | ご飯<br>豆乳<br>肉じゃが<br>鯖の塩焼き<br>海藻サラダ |        | ご飯<br>豆乳<br>小松菜と厚揚げの味噌汁<br>チキンカツ【揚げ油②】<br>なすの炒め煮 |        | 米粉スライスパン<br>豆乳<br>キャベツとベーコンのスープ<br>鰯の香草焼き<br>スパゲッティナポリタン |        | とうもろこしご飯<br>豆乳<br>七夕汁<br>白身魚のごまだれがけ【揚げ油③】<br>フルーツミックス |        |
| 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)  | 68.00  | 精白米(慣行)                            | 68.00  | 精白米(慣行)  | 65.00  | 米粉スライスパン 16枚入  | 63.75  | 精白米(慣行)   | 60.00  |
| 大豆飲料 200ml   | 216.00 | 大豆飲料 200ml                         | 216.00 | 大豆飲料 200ml                                       | 216.00 | 米粉スライスパン 16枚入  | 42.50  | サラダ油(米) 1.5kg   | 0.70   |
| サラダ油(米) 1.5kg  | 0.50   | サラダ油(米) 1.5kg                      | 0.40   | 水  | 110.00 | 米粉スライスパン 16枚入  | 85.00  | 鶏もも皮なし挽き  | 10.00  |
| しょうが   | 0.50   | しょうが                               | 0.60   | 煮干し だし用  | 2.20   | 米粉スライスパン 16枚入  | 106.25 | 清酒  | 0.50   |
| 鶏もも皮なし小間   | 20.00  | 豚かた小間                              | 25.00  | えのきたけ 1/3カット パラ                                  | 10.00  | 大豆飲料 200ml   | 216.00 | ホールコーン  | 15.00  |
| 清酒   | 0.50   | たまねぎ                               | 50.00  | 切り干し大根   | 3.00   | 月 ベーコンせん切り(ぼら) 1cm幅                                      | 12.00  | うすくちしょうゆ  | 1.50   |
| にんじん   | 10.00  | にんじん                               | 20.00  | 生揚げ  | 25.00  | たまねぎ   | 20.00  | 食塩  | 0.30   |
| ごぼう 洗い   | 15.00  | しらたき カット                           | 30.00  | 白味噌(減塩)  | 3.80   | 白ワイン   | 1.00   | 大豆飲料 200ml  | 216.00 |
| だいこん   | 20.00  | じゃがいも                              | 60.00  | 赤味噌(減塩)  | 3.80   | にんじん   | 5.00   | 水   | 120.00 |
| さといも   | 15.00  | 水                                  | 20.00  | こまつな   | 15.00  | じゃがいも  | 30.00  | だし昆布  | 0.60   |
| 水  | 110.00 | 清酒                                 | 1.50   | 長ねぎ  | 10.00  | 鶏むね皮なし切り身 40g  | 110.00 | かつお節 薄削り だし用  | 3.60   |
| かつお節 厚削り だし用   | 2.40   | 本みりん                               | 1.50   | 鶏むね皮なし切り身 40g                                    | 40.00  | レンズ豆   | 3.00   | にんじん  | 7.00   |
| 油揚げ 100g   | 10.00  | 三温糖                                | 2.00   | 鶏むね皮なし切り身 40g                                    | 40.00  | スープストックチキン(学)  | 1.42   | えのきたけ 1/3カット パラ                                       | 5.00   |
| こいくちしょうゆ 1.8L  | 5.00   | こいくちしょうゆ 1.8L                      | 5.80   | 鶏むね皮なし切り身 40g                                    | 40.00  | キャベツ   | 30.00  | 油揚げ 100g  | 10.00  |
| 食塩   | 0.20   | むぎ枝豆(冷凍)                           | 10.00  | 鶏むね皮なし切り身 50g                                    | 50.00  | 食塩   | 0.10   | うすくちしょうゆ  | 2.70   |
| 長ねぎ  | 10.00  | さば切り身 40g                          | 40.00  | 清酒   | 2.00   | ブラックペッパー   | 0.01   | 月 ビーフン  | 4.00   |
| たご(ゆで)2cm  | 50.00  | さば切り身 40g                          | 40.00  | 食塩   | 0.20   | こいくちしょうゆ 1.8L  | 0.50   | 食塩  | 0.20   |
| こいくちしょうゆ 1.8L  | 2.40   | さば切り身 40g                          | 40.00  | 白こしょう  | 0.03   | ホールコーン   | 10.00  | 清酒  | 1.00   |
| 清酒   | 1.00   | さば切り身 60g                          | 60.00  | 米粉   | 4.50   | あじフィレ 30g  | 30.00  | 月 ちらしまぼこ(星)   | 10.00  |
| 本みりん   | 1.00   | 食塩                                 | 0.10   | コーンフレーク  | 8.00   | あじフィレ 30g  | 30.00  | こまつな  | 10.00  |
| しょうが   | 1.00   | 清酒                                 | 3.00   | 揚げサラダ油   | 6.00   | あじフィレ 30g  | 30.00  | 長ねぎ   | 10.00  |
| でん粉  | 8.00   | 海藻ミックス                             | 1.20   | サラダ油(米) 1.5kg                                    | 1.50   | あじフィレ 40g  | 40.00  | カットわかめ  | 0.30   |
| 揚げサラダ油   | 5.00   | きゅうり                               | 20.00  | しょうが   | 0.50   | にんにく   | 0.20   | ホキ切り身 40g   | 40.00  |
| こまつな   | 20.00  | 緑豆もやし                              | 10.00  | 豚もも挽き  | 20.00  | 白ワイン   | 3.00   | ホキ切り身 40g   | 40.00  |
| 緑豆もやし  | 25.00  | こまつな                               | 10.00  | たまねぎ   | 15.00  | 食塩   | 0.25   | ホキ切り身 40g   | 40.00  |
| えのきたけ 1/3カット パラ  | 10.00  | こいくちしょうゆ 1.8L                      | 3.60   | にんじん   | 10.00  | 白こしょう  | 0.02   | ホキ切り身 60g   | 60.00  |
| サラダ油(米) 1.5kg  | 2.40   | 米酢                                 | 3.60   | 長なす  | 30.00  | ピュアオリーブ油 0.91kg  | 3.00   | 清酒  | 1.00   |
| こいくちしょうゆ 1.8L  | 2.40   | 上白糖                                | 0.90   | 清酒   | 0.80   | コーンフレーク  | 3.00   | でん粉   | 8.00   |
| 米酢   | 2.40   | ごま油                                | 2.10   | こいくちしょうゆ 1.8L                                    | 2.50   | オレガノチップ  | 0.05   | 揚げサラダ油  | 5.00   |
| 食塩   | 0.12   |                                    |        | でん粉  | 0.50   | バジルチップ   | 0.05   | 水   | 8.00   |
| 白こしょう  | 0.02   |                                    |        | 水  | 8.00   | パセリチップ   | 0.05   | しょうが  | 0.20   |
| 上白糖  | 0.19   |                                    |        | ごま油  | 0.50   | 玄米糰子 200g  | 20.00  | こいくちしょうゆ 1.8L   | 2.50   |
| 刻みのり 20g袋  | 1.00   |                                    |        |  |        | サラダ油(米) 1.5kg  | 1.00   | 本みりん  | 1.00   |
|  |        |                                    |        |  |        | サラダ油(米) 1.5kg  | 1.00   | 上白糖   | 1.00   |
|  |        |                                    |        |  |        | 月 カットウィンナー 5mm   | 5.00   | 白すりごま   | 1.00   |
|  |        |                                    |        |  |        | たまねぎ   | 15.00  | でん粉   | 0.30   |
|  |        |                                    |        |  |        | 水  | 2.00   | 水   | 15.00  |
|  |        |                                    |        |  |        | 食塩   | 0.10   | 上白糖   | 2.50   |
|  |        |                                    |        |  |        | 白こしょう  | 0.01   | レモン汁 500ml  | 0.70   |
|  |        |                                    |        |  |        | トマトクチャップ 285g  | 7.00   | ミックスフルーツ(りんご・桃・洋梨)                                    | 30.00  |
|  |        |                                    |        |  |        | トマトピューレ 1kg  | 6.00   | 月 星形 寒天   | 20.00  |
|  |        |                                    |        |  |        | 無着色ウスターソース(学)  | 0.70   | 月 カットゼリー(白桃)  | 20.00  |

令和4年度7月 詳細献立表（食物アレルギー対応給食）

| 7/8 (金)   |        | 7/11 (月)   |        | 7/12 (火)                                   |        | 7/13 (水)   |        | 7/14 (木)                                       |        | 7/15 (金)  |        |
|---|--------|--|--------|--|--------|--|--------|--|--------|---|--------|
| ピビンバ(肉ご飯)(茹で野菜と味噌だれ)<br>豆乳<br>中華風もずくスープ<br>はちみつレモンゼリー |        | ご飯<br>豆乳<br>じゃが芋とわかめの味噌汁<br>厚揚げのそぼろ煮<br>こんにやくサラダ |        | ご飯<br>豆乳<br>沢煮椀<br>鰯の蒲焼き【揚げ油④】<br>ゴーヤのごま和え |        | ナスとトマトのスパゲッティ<br>(玄米スパゲッティ)(トマトソース)<br>豆乳<br>キャベツとコーンのサラダ<br>冷凍みかん |        | ご飯<br>豆乳<br>夏野菜麻婆<br>ちくわのマヨネーズ焼き<br>切り干し大根のサラダ |        | ジャンバラヤ<br>コーヒー豆乳<br>コーンチャウダー<br>フライドチキン【揚げ油⑤】<br>アーモンドサラダ |        |
| 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   | 食品名  | 純使用g   | 食品名   | 純使用g   |
| 精白米(慣行)   | 68.00  | 精白米(慣行)  | 70.00  | 精白米(慣行)                                    | 68.00  | 玄米麺 200g   | 60.00  | 精白米(慣行)  | 70.00  | 精白米(慣行)   | 53.00  |
| 米粒麦   | 5.00   | 大豆飲料 200ml                                       | 216.00 | 大豆飲料 200ml                                 | 216.00 | ピュアオリーブ油 0.91kg  | 6.00   | 大豆飲料 200ml                                     | 216.00 | パブリカパウダー  | 0.12   |
| ごま油   | 0.50   | 煮干し だし用  | 3.00   | サラダ油(米) 1.5kg                              | 0.50   | ピュアオリーブ油 0.91kg  | 0.50   | サラダ油(米) 1.5kg                                  | 0.50   | サラダ油(米) 1.5kg   | 0.50   |
| にんにく  | 0.20   | 水  | 120.00 | 豚ももせん切り                                    | 8.00   | にんにく   | 0.75   | しょうが   | 0.50   | にんにく  | 0.30   |
| しょうが  | 0.30   | じゃがいも  | 40.00  | 水  | 130.00 | 豚もも挽き  | 20.00  | にんにく   | 0.50   | 月カットウインナー 5mm   | 7.00   |
| 豚もも挽き   | 35.00  | 白味噌(減塩)  | 3.80   | かつお節 厚削り だし用                               | 3.00   | 白ワイン   | 0.50   | 長ねぎ  | 15.00  | たまねぎ  | 5.00   |
| 三温糖   | 1.20   | 赤味噌(減塩)  | 3.80   | 切り干し大根                                     | 5.00   | たまねぎ   | 60.00  | トウバンジャン  | 0.20   | 白ワイン  | 1.00   |
| こいくちしょうゆ 1.8L   | 2.50   | 月 備前乾燥貝材(わかめ ほうれん草 油揚げ)100g                      | 1.00   | にんじん                                       | 10.00  | スープストックチキン(学)  | 1.50   | 豚もも挽き  | 20.00  | スープストックチキン(学)   | 0.75   |
| 本みりん  | 1.00   | ごまつな   | 10.00  | えのきたけ 1/3カット バラ                            | 10.00  | エリンギ 短冊切り  | 10.00  | 水  | 40.00  | 食塩  | 0.10   |
| トウバンジャン   | 0.10   | サラダ油(米) 1.5kg                                    | 0.50   | 食塩   | 0.40   | 大豆ミート(ミンチ)   | 5.00   | 木綿豆腐 300g                                      | 20.00  | チリパウダー  | 0.15   |
| 緑豆もやし   | 30.00  | しょうが   | 0.30   | うすくちしょうゆ                                   | 3.00   | 長なす  | 30.00  | 白こしょう  | 30.00  | 白こしょう   | 0.02   |
| ごまつな  | 15.00  | 豚もも挽き  | 20.00  | 白こしょう                                      | 0.02   | トマトピューレ 1kg  | 30.00  | ズッキーニ  | 30.00  | カレー粉 100g   | 0.15   |
| にんじん  | 10.00  | たまねぎ   | 20.00  | ごまつな                                       | 10.00  | トマトケチャップ 285g  | 28.00  | 大豆ミート(ミンチ)                                     | 3.00   | トマトケチャップ 285g   | 5.00   |
| 赤味噌(減塩)   | 8.00   | 大豆ミート(ミンチ)                                       | 3.00   | いわし開き 40g                                  | 40.00  | 食塩   | 0.10   | 大豆ミート(ミンチ)                                     | 0.70   | パセリチップ  | 0.03   |
| 三温糖   | 4.00   | 水  | 7.00   | 清酒   | 2.00   | 食塩   | 0.36   | 赤味噌(減塩)  | 2.00   | 大豆飲料(コーヒー味) 200ml   | 216.00 |
| 本みりん  | 2.50   | 本みりん   | 0.70   | しょうが                                       | 1.00   | 白こしょう  | 0.04   | テンメンジャン  | 2.00   | サラダ油(米) 1.5kg   | 1.00   |
| 水   | 6.00   | 上白糖  | 1.00   | でん粉  | 7.00   | パセリ  | 0.50   | スープストックチキン(学)                                  | 5.00   | 月 ベーコンせん切り(ばら) 1cm幅                                       | 10.00  |
| 大豆飲料 200ml  | 216.00 | こいくちしょうゆ 1.8L                                    | 3.50   | 揚げサラダ油                                     | 5.00   | 大豆飲料 200ml   | 216.00 | 清酒   | 1.00   | たまねぎ  | 20.00  |
| サラダ油(米) 1.5kg   | 1.00   | 冷凍生揚げ(さいの目)                                      | 45.00  | こいくちしょうゆ 1.8L                              | 2.50   | キャベツ   | 33.00  | 上白糖  | 2.00   | 水   | 30.00  |
| 豚ももせん切り   | 10.00  | でん粉  | 0.60   | 本みりん                                       | 1.00   | にんじん   | 5.00   | むき枝豆(冷凍)                                       | 10.00  | スープストックチキン(学)   | 1.00   |
| 清酒  | 1.00   | むき枝豆(冷凍)   | 8.00   | 上白糖  | 2.00   | きゅうり   | 10.00  | でん粉  | 2.00   | にんじん  | 5.00   |
| スープストックチキン(学)   | 1.70   | 三色サラダこんにやく                                       | 15.00  | 水  | 8.50   | ホールコーン   | 8.00   | ごま油  | 0.50   | じゃがいも   | 35.00  |
| 水   | 105.00 | だいこん   | 20.00  | にんじん                                       | 10.00  | ピュアオリーブ油 0.91kg  | 4.20   | 焼きちくわ(1/4カット) チルド                              | 25.00  | 米粉  | 4.00   |
| たけのこ水煮  | 10.00  | きゅうり   | 15.00  | にがり  | 4.00   | 米酢   | 2.90   | 焼きちくわ(1/4カット) チルド                              | 25.00  | 乾燥マッシュポテト   | 5.00   |
| 木綿豆腐 300g   | 15.00  | にんじん   | 5.00   | 緑豆もやし                                      | 30.00  | 食塩   | 0.40   | 焼きちくわ(1/4カット) チルド                              | 25.00  | 無調整豆乳 1L  | 60.00  |
| 白こしょう   | 0.03   | サラダ油(米) 1.5kg                                    | 3.75   | 月 まぐろ油漬レトルト(フレック、ライト)                      | 10.00  | 白こしょう  | 0.02   | 焼きちくわ(1/4カット) チルド                              | 50.00  | クリームコーン 1kg袋  | 15.00  |
| うすくちしょうゆ  | 1.80   | こいくちしょうゆ 1.8L                                    | 3.00   | 白すりごま                                      | 3.00   | 上白糖  | 0.30   | ノンエッグマヨネーズ 205g(エッグケア)                         | 6.00   | ホールコーン  | 15.00  |
| でん粉   | 1.00   | 米酢   | 3.75   | こいくちしょうゆ 1.8L                              | 3.60   | こいくちしょうゆ 1.8L  | 0.90   | 清酒   | 0.15   | 食塩  | 0.10   |
| もずく   | 5.00   | 食塩   | 0.10   | 上白糖  | 2.40   | にんにく   | 0.05   | 青のり  | 0.12   | 白こしょう   | 0.03   |
| チンゲンサイ  | 10.00  | 白こしょう  | 0.02   | 本みりん                                       | 2.70   | 粉からし   | 0.02   | 切り干し大根   | 3.00   | ほうれんそう  | 10.00  |
| 長ねぎ   | 10.00  | 上白糖  | 0.24   | 白ねりごま                                      | 1.00   | 冷凍みかんSS  | 60.00  | 鶏もも皮なし切り身 40g 開き                               | 10.00  | 鶏もも皮なし切り身 40g 開き  | 40.00  |
| しょうが  | 0.30   |  |        |  |        |  |        | 鶏もも皮なし切り身 40g 開き                               | 10.00  | 鶏もも皮なし切り身 40g 開き  | 40.00  |
| ごま油   | 0.50   |  |        |  |        |  |        | 鶏もも皮なし切り身 50g 開き                               | 3.60   | こいくちしょうゆ 1.8L   | 1.70   |
| 月 はちみつレモンゼリー  | 40.00  |  |        |  |        |  |        | 米酢   | 3.60   | 清酒  | 2.00   |
|   |        |  |        |  |        |  |        | 上白糖  | 0.90   | 食塩  | 0.15   |
|   |        |  |        |  |        |  |        | ごま油  | 2.10   | しょうが  | 0.20   |
|   |        |  |        |  |        |  |        |  |        | にんにく  | 0.30   |
|   |        |  |        |  |        |  |        |  |        | パブリカパウダー  | 0.05   |
|   |        |  |        |  |        |  |        |  |        | オレガノパウダー  | 0.05   |
|   |        |  |        |  |        |  |        |  |        | オールのスパイス 100g   | 0.02   |
|   |        |  |        |  |        |  |        |  |        | カレー粉 100g   | 0.03   |
|   |        |  |        |  |        |  |        |  |        | ナツメグパウダー  | 0.03   |
|   |        |  |        |  |        |  |        |  |        | でん粉   | 3.00   |
|   |        |  |        |  |        |  |        |  |        | 米粉  | 3.00   |
|   |        |  |        |  |        |  |        |  |        | 揚げサラダ油  | 5.00   |
|   |        |  |        |  |        |  |        |  |        | キャベツ  | 15.00  |
|   |        |  |        |  |        |  |        |  |        | にんじん  | 25.00  |
|   |        |  |        |  |        |  |        |  |        | きゅうり  | 10.00  |
|   |        |  |        |  |        |  |        |  |        | 細切りアーモンド  | 3.00   |
|   |        |  |        |  |        |  |        |  |        | サラダ油(米) 1.5kg   | 3.60   |
|   |        |  |        |  |        |  |        |  |        | 米酢  | 3.00   |
|   |        |  |        |  |        |  |        |  |        | 食塩  | 0.40   |
|   |        |  |        |  |        |  |        |  |        | 白こしょう   | 0.02   |
|   |        |  |        |  |        |  |        |  |        | 粉からし  | 0.02   |
|   |        |  |        |  |        |  |        |  |        | 上白糖   | 0.19   |

令和4年度7月 詳細献立表（食物アレルギー対応給食）

| 7/19 (火)   |        |
|--|--------|
| ターメリックライス<br>豆乳<br>チキンカレー<br>マセドアンサラダ<br>フルーツ豆乳ヨーグルト |        |
| 食品名  | 純使用g   |
| 精白米(慣行)  | 70.00  |
| ターメリックパウダー   | 0.04   |
| カレー粉 100g  | 0.04   |
| 大豆飲料 200ml   | 216.00 |
| サラダ油(米) 1.5kg  | 0.50   |
| にんにく   | 0.50   |
| しょうが   | 0.50   |
| 鶏もも皮なし1.5cm角   | 40.00  |
| カレー粉 100g  | 0.30   |
| 白ワイン   | 1.00   |
| たまねぎ   | 30.00  |
| スープストックチキン(学)  | 0.50   |
| にんじん   | 15.00  |
| 水  | 55.00  |
| 蒸しひよこまめ  | 15.00  |
| レンズ豆   | 3.00   |
| 無着色中濃ソース(学)  | 1.00   |
| トマトケチャップ 285g  | 2.70   |
| カットトマト 1.5kg   | 15.00  |
| カレーフレーク(アレルギー用)                                      | 10.00  |
| 食塩   | 0.04   |
| 白ごしょう  | 0.04   |
| 無調整豆乳 1L   | 15.00  |
| じゃがいも  | 25.00  |
| にんじん   | 5.00   |
| きゅうり   | 10.00  |
| 月まぐろ油漬レトルト(フレーク, ライト)                                | 10.00  |
| むき枝豆(冷凍)   | 5.00   |
| ピュアオリーブ油 0.91kg                                      | 2.80   |
| 米酢   | 1.90   |
| 食塩   | 0.30   |
| 白ごしょう  | 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   |
| 月豆乳ヨーグルト   | 50.00  |
| ミックスフルーツ(りんご・桃・洋梨)                                   | 30.00  |