

令和5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※

・料理名の前に記載されているマーク(○●●●□)は、個別食缶のふたの色(または形)です。

・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。

・果物、野菜の料理のうち、加熱調理を行っていない食品には、料理名に「(生)」と表示してあります。

10/2 (月)		10/3 (火)		10/4 (水)		10/5 (木)		10/6 (金)	
○ ご飯 豆乳 ● じゃが芋と厚揚げの味噌汁 □ いかのかりんとうがらめ【揚げ油①】 ● 東京産糸寒天のサラダ		○ ご飯 豆乳 ● 肉じゃが □ 鶏肉のさっぱり焼き ● 切り干し大根のサラダ		○ 米粉スライスパン 豆乳 ● ポトフ □ イワシのコーンフレーク焼きトマトソース ● ミックスフルーツ		○ ご飯 豆乳 ● 肉豆腐 ● じゃこサラダ ● ぶどう(2粒)(生)		○ ビビンバ(肉ご飯) ● (茹で野菜と味噌だれ) 豆乳 ● トックススープ ● 青りんごゼリー	
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)	70.00	精白米(慣行)	70.00	米粉スライスパン 16枚入	63.75	精白米(慣行)	70.00	精白米(慣行)	65.00
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	大豆飲料 200ml	216.00	米粒麦	5.00
水	110.00	サラダ油(米) 1.5kg	0.40	米粉スライスパン 16枚入	85.00	サラダ油(米) 1.5kg	0.50	ごま油	0.50
だし昆布	0.60	しょうが	0.60	米粉スライスパン 16枚入	106.25	しょうが	0.80	にんにく	0.20
かつお節 厚削り だし用	3.00	豚かた小間	25.00	大豆飲料 200ml	216.00	豚ばら小間	10.00	しょうが	0.30
じゃがいも	25.00	たまねぎ	60.00	月 ベーコンせん切り 8mm幅	10.00	豚かた小間	20.00	豚もも挽き	38.00
生揚げ	25.00	にんじん	20.00	たまねぎ	35.00	たまねぎ	50.00	三温糖	1.30
なめこ(レトルト)	15.00	しらたき カット	30.00	白ワイン	1.00	しらたき カット	15.00	こいくちしょうゆ 1.8L	2.70
赤味噌(減塩)	3.80	じゃがいも	60.00	セロリ	5.00	干しいたけ(スライス)	1.00	本みりん	1.30
白味噌(減塩)	3.80	水	15.00	スープストックチキン(学)	1.10	上白糖	3.00	トウバンジャン 130g	0.10
カットわかめ	0.50	清酒	1.50	蒸しひよこめ	5.00	こいくちしょうゆ 1.8L	7.00	緑豆ちやし	30.00
長ねぎ	5.00	本みりん	1.50	水	65.00	清酒	1.50	ごまつな	10.00
冷凍いか短冊	40.00	三温糖	2.00	じゃがいも	45.00	本みりん	1.00	にんじん	10.00
清酒	2.00	こいくちしょうゆ 1.8L	6.00	にんじん	10.00	水	30.00	赤味噌(減塩)	12.00
でん粉	10.00	さやいんげん(生)	3.00	食塩	0.20	冷凍焼き豆腐(さいの目)	80.00	三温糖	6.00
揚げサラダ油	5.00	鶏もも皮なし切り身 50g 開き	50.00	ブラックペッパー	0.03	ごま油	1.00	本みりん	3.75
清酒	1.50	鶏もも皮なし切り身 50g 開き	50.00	月 カットウインナー 4mm幅	10.00	水	3.00	水	5.20
こいくちしょうゆ 1.8L	3.00	鶏もも皮なし切り身 50g 開き	50.00	キャベツ	25.00	月 ちりめんじゃこ	35.00	大豆飲料 200ml	216.00
上白糖	1.50	鶏もも皮なし切り身 60g 開き	60.00	いむし開き 30g	30.00	だいこん	5.00	サラダ油(米) 1.5kg	0.50
しょうが	0.15	しょうが	0.50	白ワイン	2.00	にんじん	10.00	しょうが	0.30
水	9.00	清酒	1.00	食塩	0.10	きゅうり	3.00	豚ももせん切り	20.00
糸寒天(学) 100g	0.50	こいくちしょうゆ 1.8L	2.00	白ごしょう	0.03	こいくちしょうゆ 1.8L	3.00	清酒	1.00
にんじん	10.00	上白糖	1.00	ノンエッグマヨネーズ 1kg(エッグケア)	1.80	米酢	3.00	スープストックチキン(学)	1.70
キャベツ	25.00	本みりん	1.00	コーンフレーク	10.00	上白糖	0.75	白ごしょう	0.03
ごまつな	15.00	米酢	1.00	ピュアオリーブ油 0.91kg	0.45	ごま油	1.75	水	130.00
サラダ油(米) 1.5kg	3.00	サラダ油(米) 1.5kg	0.50	にんにく	0.30	ぶどう	20.00	にんじん	10.00
こいくちしょうゆ 1.8L	2.40	切り干し大根	4.00	炒めたまねぎ(冷凍) 1kg	12.00			たけのこ水煮	10.00
米酢	3.00	にんじん	10.00	トマトピューレ 1kg	6.00			干しいたけ(スライス)	0.30
食塩	0.12	ごまつな	20.00	トマトケチャップ 285g	6.00			こいくちしょうゆ 1.8L	1.00
白ごしょう	0.02	白すりごま	2.00	こいくちしょうゆ 1.8L	1.05			トックもち	20.00
上白糖	0.19	こいくちしょうゆ 1.8L	3.90	上白糖	0.60			長ねぎ	8.00
		米酢	1.95	バジルチップ	0.04			食塩	0.15
		上白糖	1.30	ミックスフルーツ(りんご・桃・洋梨)	55.00			ごま油	0.50
		ごま油	0.98	水	15.00			月 青りんごゼリー	40.00
		白ねりごま	1.50	上白糖	3.00				
				レモン汁 120ml	0.45				

令和5年度10月 詳細献立表（食物アレルギー対応給食）

10/18 (水)		10/19 (木)		10/20 (金)		10/23 (月)		10/24 (火)		10/25 (水)	
○スパゲッティミートソース(玄米麺) ●(ミートソース) 豆乳 ●ひよこ豆のサラダ ●みかん(生)		○ご飯 豆乳 ●もずくのスープ □めばるの甘辛あんかけ【揚げ油④】 ●にんじんしりしり シークワーサーゼリー		○キムチチャーハン 豆乳 ●中華コーンスープ ●春雨入り中華野菜炒め ●フルーツ白玉		○鶏肉のあんかけ丼(ご飯) ●(あんかけ丼の具) 豆乳 ●こんにゃくサラダ □大学芋【揚げ油⑤】		○キーマカレーライス(麦ご飯) ●(カレー) 豆乳 ●コールスローサラダ		○米粉丸パン 豆乳 ●ジュリエヌスープ □ハンバーグイタリアンソース ●ごぼうのごまマヨサラダ	
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
玄米麺 200g	60.00	精白米(慣行)	70.00	精白米(慣行)	55.00	精白米(慣行)	70.00	精白米(慣行)	65.00	米粉丸パン 5個入	55.00
ピュアオリーブ油 0.91kg	6.00	大豆飲料 200ml	216.00	こいくちしょうゆ 1.8L	0.60	サラダ油(米) 1.5kg	0.50	米粒麦	5.00	米粉丸パン 5個入	55.00
サラダ油(米) 1.5kg	0.30	水	115.00	清酒	0.60	鶏もも皮なし1.5cm角	30.00	サラダ油(米) 1.5kg	0.50	米粉丸パン 5個入	110.00
にんにく	0.80	かつお節 厚削り だし用	3.50	豚ばら小間	12.00	たまねぎ	60.00	豚もも挽き	30.00	米粉丸パン 5個入	110.00
しょうが	0.80	だし昆布	1.00	にんにく	0.20	水	30.00	豚レバーチップ 500g	1.00	大豆飲料 200ml	216.00
セロリー	1.60	清酒	1.00	清酒	0.20	かつお節 厚削り だし用	0.75	にんにく	0.30	月ペーコンせん切り 8mm幅	10.00
豚もも挽き	20.00	食塩	0.40	長ねぎ	6.00	にんじん	25.00	しょうが	0.50	たまねぎ	25.00
ナツメグパウダー	0.04	うすくちしょうゆ	2.70	白菜キムチ	18.00	国産冷凍ホールコーン	15.00	清酒	0.50	スープストックチキン(学)	1.70
食塩	0.20	木綿豆腐 300g	15.00	生揚げ	0.35	三温糖	25.00	カレー粉 100g	0.70	食塩	0.20
白ごしょう	0.04	えのきたけ 1/3カット バラ	10.00	赤味噌(減塩)	1.10	こいくちしょうゆ 1.8L	7.00	たまねぎ	40.00	白ごしょう	0.02
赤ワイン	1.60	こまつな	8.00	こいくちしょうゆ 1.8L	1.00	本みりん	1.00	じゃがいも	20.00	水	110.00
大豆ミート(ミンチ)	5.00	長ねぎ	5.00	大豆飲料 200ml	216.00	上白糖	1.00	スープストックチキン(学)	0.40	にんじん	10.00
たまねぎ	48.00	もずく	15.00	月ペーコンせん切り 8mm幅	10.00	食塩	0.20	にんじん	30.00	えのきたけ 1/3カット バラ	10.00
にんじん	24.00	めばる切り身 40g	40.00	しょうが	0.30	でん粉	2.00	白ごしょう	0.03	キャベツ	25.00
マッシュルーム	5.00	めばる切り身 40g	40.00	たまねぎ	20.00	刻みのり 20g袋	1.00	オールスパイス 100g	0.03	レンズ豆	3.00
レンズ豆	5.00	めばる切り身 60g	40.00	スープストックチキン(学)	1.00	大豆飲料 200ml	216.00	食塩	0.20	こまつな	7.00
トマトケチャップ 285g	24.00	水	60.00	水	100.00	三色サラダこんにゃく	15.00	水	45.00	豚もも挽き	62.00
トマトピューレ 1kg	24.00	食塩	0.10	クリームコーン 1kg	30.00	だいごん	25.00	コーンフレーク	3.00	コーンフレーク	5.00
カットトマト 1.5kg	12.00	清酒	3.00	うすくちしょうゆ	1.00	きゅうり	10.00	トマトケチャップ 285g	3.00	調製豆乳 1L	9.00
無着色ウスターソース(学)	1.60	しょうが	1.00	白ごしょう	0.03	にんじん	5.00	無着色ウスターソース(学)	3.00	炒めたまねぎ(冷凍) 1kg	25.00
無着色中濃ソース(学)	3.20	でん粉	8.00	国産冷凍ホールコーン	5.00	サラダ油(米) 1.5kg	3.00	大豆ミート(ミンチ)	3.00	食塩	0.25
上白糖	0.16	揚げサラダ油	4.00	でん粉	0.80	うすくちしょうゆ	2.40	蒸しひよこまめ	10.00	白ごしょう	0.03
大豆飲料 200ml	216.00	こいくちしょうゆ 1.8L	3.30	サラダ油(米) 1.5kg	0.40	米酢	3.00	カレーフレーク(アレルギー用) 1kg	7.00	ナツメグパウダー	0.03
蒸しひよこまめ	8.00	本みりん	1.50	にんにく	0.10	食塩	0.12	大豆飲料 200ml	216.00	ピュアオリーブ油 0.91kg	0.45
キャベツ	25.00	上白糖	3.00	豚もも挽き	10.00	白ごしょう	0.02	キャベツ	30.00	にんにく	0.38
にんじん	7.00	水	12.00	にんじん	10.00	上白糖	0.19	きゅうり	15.00	たまねぎ	9.00
きゅうり	15.00	でん粉	0.45	緑豆もやし	20.00	さつまいも(皮つき)2cm角切り	47.00	国産冷凍ホールコーン	10.00	トマトピューレ 1kg	9.00
ピュアオリーブ油 0.91kg	3.36	サラダ油(米) 1.5kg	0.50	緑豆はるさめ 5cmカット	7.00	揚げサラダ油	5.50	ピュアオリーブ油 0.91kg	3.64	トマトケチャップ 285g	3.75
米酢	2.28	にんじん	40.00	水	5.00	三温糖	9.00	米酢	3.25	こいくちしょうゆ 1.8L	1.05
食塩	0.36	清酒	1.00	食塩	0.30	水あめ(酵素糖化)	3.30	上白糖	0.98	でん粉	0.10
白ごしょう	0.02	食塩	0.20	白ごしょう	0.02	水	9.00	粉からし	0.01	上白糖	0.60
上白糖	0.24	まぐる油漬レトルト(フレーク, ライト)	20.00	清酒	1.00	こいくちしょうゆ 1.8L	0.90	白ごしょう	0.03	バジルチップ	0.03
こいくちしょうゆ 1.8L	0.72	上白糖	0.60	こいくちしょうゆ 1.8L	1.00	でん粉	0.45	食塩	0.52	切りごぼう サラダ用	20.00
にんにく	0.06	本みりん	1.50	チンゲンサイ	5.00					にんじん	15.00
粉からし	0.02	こいくちしょうゆ 1.8L	1.00	ごま油	0.50					国産冷凍ホールコーン	8.00
みかん S	60.00	月 シークワーサーゼリー	40.00	水	22.50					ノンエッグマヨネーズ 1kg(エッグケア)	5.00
				上白糖	4.50					白すりごま	1.50
				白ワイン	2.25					こいくちしょうゆ 1.8L	1.95
				白玉もち(冷凍)	25.00					米酢	0.91
				ミックスフルーツ(りんご・桃・洋梨)	45.00					上白糖	0.65
										ごま油	0.52
										白ねりごま	0.80

令和5年度10月 詳細献立表（食物アレルギー対応給食）

10/26 (木)		10/27 (金)		10/30 (月)		10/31 (火)	
○ ご飯 豆乳 ● 麻婆豆腐 ● 春雨の中華サラダ ● はちみつレモンゼリー		○ 十三夜ご飯 豆乳 ● 沢煮椀 □ ししゃものから揚げ(2本)【揚げ油⑥】 ● 厚揚げのそぼろ煮		○ ご飯 豆乳 ● けんちん汁 ● 豚肉の生姜炒め ● 小松菜ともやしののり和え		○ カレーピラフ コーヒー豆乳 ● かぼちゃスープ □ 鮭のオーロラソースがけ ● マセドアンサラダ	
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)	68.00	精白米(慣行)	55.00	精白米(慣行)	70.00	精白米(慣行)	57.00
大豆飲料 200ml	216.00	むき栗(生)	8.00	大豆飲料 200ml	216.00	カレー粉 100g	0.10
サラダ油(米) 1.5kg	1.00	清酒	1.00	ごま油	0.50	ピュアオリーブ油 0.91kg	0.50
にんにく	0.50	食塩	0.50	ごぼう 洗い	5.00	豚もも挽き	10.00
しょうが	0.50	むき枝豆(冷凍)	5.00	糸こんにゃく カット	8.00	大豆ミート(ミンチ)	2.00
長ねぎ	15.00	大豆飲料 200ml	216.00	水	110.00	炒めたまねぎ(冷凍) 1kg	7.00
トウバンジャン 130g	0.20	サラダ油(米) 1.5kg	0.50	だし昆布	1.10	スープストックチキン(学)	0.70
豚もも挽き	30.00	豚ももせん切り	10.00	かつお節 厚削り だし用	2.20	食塩	0.40
豚レバーチップ 500g	1.00	水	120.00	にんじん	5.00	白ごしょう	0.01
干しいたけ(スライス)	1.00	かつお節 厚削り だし用	3.00	だいこん	20.00	カレー粉 100g	0.40
大豆ミート(ミンチ)	3.00	切り干し大根	3.00	干しいたけ(スライス)	0.30	大豆飲料(コーヒー味) 200ml	216.00
水	40.00	にんじん	10.00	さといも	25.00	ピュアオリーブ油 0.91kg	2.00
スープストックチキン(学)	0.70	えのきたけ 1/3カット パラ	10.00	油揚げ 100g	8.00	たまねぎ	35.00
白ごしょう	0.04	食塩	0.40	木綿豆腐 300g	15.00	水	40.00
清酒	2.00	うすくちしょうゆ	3.40	食塩	0.17	スープストックチキン(学)	1.60
上白糖	1.50	白ごしょう	0.02	こいくちしょうゆ 1.8L	4.50	無調整豆乳 1L	50.00
こいくちしょうゆ 1.8L	4.50	ごまつな	10.00	長ねぎ	5.00	かぼちゃペースト	30.00
テンメンジャン	4.50	からふとししゃも(メス、卵あり) 生干し	40.00	豚かた小間	30.00	かぼちゃ	20.00
食塩	0.10	清酒	1.50	豚もも小間	30.00	食塩	0.20
冷凍豆腐(さいの目)	100.00	でん粉	7.00	清酒	1.50	白ごしょう	0.03
でん粉	2.50	揚げサラダ油	8.00	たまねぎ	60.00	米粉	2.00
ごま油	0.30	サラダ油(米) 1.5kg	0.30	こいくちしょうゆ 1.8L	5.50	秋鮭切り身(骨取り) 40g チルド	40.00
くきわかめ(塩抜き・冷凍)	3.00	しょうが	0.30	上白糖	2.00	秋鮭切り身(骨取り) 40g チルド	40.00
緑豆はるさめ 5cmカット	5.00	豚もも挽き	10.00	本みりん	2.00	秋鮭切り身(骨取り) 40g チルド	40.00
にんじん	10.00	たまねぎ	30.00	しょうが	1.00	秋鮭切り身(骨取り) 50g チルド	50.00
チンゲンサイ	20.00	大豆ミート(ミンチ)	3.00	ごまつな	15.00	食塩	0.10
こいくちしょうゆ 1.8L	3.60	水	7.00	緑豆もやし	30.00	白ごしょう	0.04
米酢	3.60	本みりん	0.70	えのきたけ 1/3カット パラ	10.00	白ワイン	2.00
上白糖	0.90	上白糖	1.00	サラダ油(米) 1.5kg	2.40	サラダ油(米) 1.5kg	0.50
ごま油	2.10	こいくちしょうゆ 1.8L	3.00	こいくちしょうゆ 1.8L	2.40	米粉	2.00
月 はちみつレモンゼリー	40.00	生揚げ	40.00	米酢	2.40	ピュアオリーブ油 0.91kg	0.45
		でん粉	0.60	食塩	0.12	にんにく	0.20
		さやいんげん(生)	4.00	白ごしょう	0.02	トマトケチャップ 285g	6.00
				上白糖	0.19	ノンエッグマヨネーズ 1kg(エッグケア)	6.00
				刻みのり 20g袋	1.00	無着色ウスターソース(学)	2.55
						上白糖	3.60
						水	7.50
						でん粉	0.20
						じゃがいも	30.00
						にんじん	10.00
						むき枝豆(冷凍)	8.00
						まぐろ油漬レトルト(フレック、ライト)	8.00
						サラダ油(米) 1.5kg	3.00
						米酢	2.50
						食塩	0.30
						白ごしょう	0.02
						粉からし	0.02
						上白糖	0.16