

令和7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。

・以下のような海産物には同じ海域で生息する他の海洋生物(えびやかに、いか、たこなど)が混入している可能性があります。  
(例)ちりめんじゃこ、煮干し、海藻類(わかめ、ひじき、刻みのみり、海藻ミックス、もずく、青のり)等

・魚肉練り製品(かまぼこやさつま揚げ等)の原料となる魚肉にはえびやかに、いか、たこ等を捕食している魚を使用している場合があります。

・ちりめんじゃこや煮干し等には魚卵が含まれることがあります。

・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。

| 10/1 (水)                                                   |        | 10/2 (木)                                                           |        | 10/3 (金)                                               |        | 10/6 (月)                                            |        | 10/7 (火)                                                      |        |
|------------------------------------------------------------|--------|--------------------------------------------------------------------|--------|--------------------------------------------------------|--------|-----------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------|--------|
| ○ きなこ揚げパン【揚げ油①】<br>豆乳<br>● チンゲン菜の豆乳クリームスープ<br>● 東京産糸寒天のサラダ |        | ○ 鶏肉のあんかけ丼(ご飯)<br>● (あんかけ丼の具)<br>豆乳<br>● 小松菜とひじきのおひたし<br>● 花みかん(生) |        | ○ わかめご飯<br>豆乳<br>● しめじと小松菜の味噌汁<br>□ いわしハンバーグ<br>● 肉じゃが |        | ○ 十五夜ご飯<br>豆乳<br>● 沢煮椀<br>□ さんまの蒲焼き【揚げ油②】<br>● 月見団子 |        | ○ ご飯<br>豆乳<br>● 厚揚げといかの中華煮<br>● 白菜とわかめのサラダ<br>● 手作りヨーグルト風味ゼリー |        |
| 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  |
| 米粉丸パン 5個入                                                  | 55.00  | 精白米(慣行)                                                            | 75.00  | 精白米(慣行)                                                | 65.00  | 精白米(慣行)                                             | 55.00  | 精白米(慣行)                                                       | 65.00  |
| 米粉丸パン 5個入                                                  | 110.00 | 水                                                                  | 30.00  | わかめご飯の素(減塩) 200g                                       | 2.00   | さといも                                                | 15.00  | 大豆飲料 200ml                                                    | 216.00 |
| 米粉丸パン 5個入                                                  | 110.00 | かつお節 厚削り だし用                                                       | 0.75   | 大豆飲料 200ml                                             | 216.00 | 水                                                   | 3.00   | サラダ油(米) 1.5kg                                                 | 0.50   |
| 米粉丸パン 5個入                                                  | 110.00 | 鶏もも皮なし1cm角                                                         | 45.00  | 水                                                      | 120.00 | こいくちしょうゆ 1.8L                                       | 3.00   | しょうが                                                          | 0.50   |
| 揚げサラダ油                                                     | 5.00   | たまねぎ                                                               | 60.00  | 煮干し だし用                                                | 2.60   | 清酒                                                  | 1.50   | トウバンジャン 130g                                                  | 0.15   |
| 上白糖                                                        | 8.00   | にんじん                                                               | 25.00  | ぶなしめじ バラ                                               | 12.50  | 本みりん                                                | 1.00   | 豚かた小間                                                         | 10.00  |
| きな粉                                                        | 5.00   | 冷凍ホールコーン                                                           | 15.00  | 木綿豆腐 300g                                              | 20.00  | 和風だしの素                                              | 0.80   | にんじん                                                          | 10.00  |
| 食塩                                                         | 0.10   | さつま揚げ                                                              | 12.00  | 油揚げ                                                    | 7.00   | むき枝豆(冷凍)                                            | 5.00   | たまねぎ                                                          | 40.00  |
| 大豆飲料 200ml                                                 | 216.00 | 冷凍生揚げ(さいの目)                                                        | 30.00  | 赤味噌(減塩)                                                | 3.80   | 大豆飲料 200ml                                          | 216.00 | 水                                                             | 30.00  |
| 鶏むね皮なし小間                                                   | 5.00   | こいくちしょうゆ1.8L                                                       | 6.00   | 白味噌(減塩)                                                | 3.80   | サラダ油(米) 1.5kg                                       | 0.50   | スープストックチキン(学)                                                 | 1.00   |
| たまねぎ                                                       | 40.00  | 本みりん                                                               | 1.00   | ごまつな                                                   | 10.00  | 豚ももせん切り                                             | 5.00   | 食塩                                                            | 0.30   |
| スープストックチキン(学)                                              | 1.70   | 上白糖                                                                | 1.00   | 長ねぎ                                                    | 5.00   | 水                                                   | 130.00 | こしょう 100g                                                     | 0.03   |
| 水                                                          | 45.00  | 食塩                                                                 | 0.20   | いわしミンチ(冷凍)1kg                                          | 30.00  | だしパック                                               | 2.60   | こいくちしょうゆ 1.8L                                                 | 4.00   |
| にんじん                                                       | 10.00  | でん粉                                                                | 2.00   | 鶏むね皮なし挽き                                               | 30.00  | だいごん                                                | 20.00  | 冷凍いか短冊                                                        | 25.00  |
| じゃがいも                                                      | 35.00  | 刻みのみり 20g袋                                                         | 1.00   | しょうが                                                   | 0.10   | にんじん                                                | 10.00  | 清酒                                                            | 1.00   |
| 無調整豆乳 1L                                                   | 50.00  | 大豆飲料 200ml                                                         | 216.00 | 炒めたたまねぎ(冷凍) 1kg                                        | 25.00  | えのきたけ 1/3カット バラ                                     | 8.00   | 生揚げ                                                           | 80.00  |
| 米粉                                                         | 3.50   | はくさい                                                               | 40.00  | 赤味噌(減塩)                                                | 1.00   | 食塩                                                  | 0.50   | でん粉                                                           | 2.00   |
| 豆乳クリーム油 500g                                               | 3.50   | 油揚げ                                                                | 8.00   | 清酒                                                     | 1.00   | うすくちしょうゆ                                            | 3.00   | チンゲンサイ                                                        | 10.00  |
| サラダ油(米) 1.5kg                                              | 3.50   | ごまつな                                                               | 12.00  | 無調整豆乳 200ml                                            | 5.00   | こしょう 100g                                           | 0.02   | ごま油                                                           | 0.50   |
| 食塩                                                         | 0.20   | 乾燥ひじき                                                              | 0.30   | 白いりごま                                                  | 2.00   | ごまつな                                                | 15.00  | にんじん                                                          | 5.00   |
| こしょう 100g                                                  | 0.03   | こいくちしょうゆ 1.8L                                                      | 3.00   | 食塩                                                     | 0.23   | さんま開き 30g                                           | 30.00  | はくさい                                                          | 35.00  |
| チンゲンサイ                                                     | 10.00  | 本みりん                                                               | 2.00   | こしょう 100g                                              | 0.02   | さんま開き 30g                                           | 30.00  | ごまつな                                                          | 10.00  |
| 糸寒天(学) 100g                                                | 0.50   | かつお節糸削り 30g袋                                                       | 1.00   | サラダ油(米) 1.5kg                                          | 0.10   | さんま開き 30g                                           | 30.00  | カットわかめ                                                        | 0.50   |
| にんじん                                                       | 5.00   | みかん S                                                              | 30.00  | こいくちしょうゆ 1.8L                                          | 2.40   | さんま開き 40g                                           | 40.00  | サラダ油(米) 1.5kg                                                 | 2.50   |
| キャベツ                                                       | 30.00  |                                                                    |        | 本みりん                                                   | 1.08   | 清酒                                                  | 1.00   | こいくちしょうゆ 1.8L                                                 | 2.00   |
| 冷凍ホールコーン                                                   | 5.00   |                                                                    |        | 上白糖                                                    | 2.00   | しょうが                                                | 1.00   | 穀物酢                                                           | 2.50   |
| ごまつな                                                       | 10.00  |                                                                    |        | 水                                                      | 8.40   | でん粉                                                 | 10.00  | 食塩                                                            | 0.10   |
| ピュアオリーブ油 0.91kg                                            | 1.40   |                                                                    |        | でん粉                                                    | 0.31   | 揚げサラダ油                                              | 4.00   | こしょう 100g                                                     | 0.02   |
| サラダ油(米) 1.5kg                                              | 1.40   |                                                                    |        | しょうが                                                   | 0.20   | こいくちしょうゆ 1.8L                                       | 2.00   | 粉からし                                                          | 0.02   |
| 穀物酢                                                        | 1.90   |                                                                    |        | サラダ油(米) 1.5kg                                          | 0.30   | 本みりん                                                | 1.00   | 上白糖                                                           | 0.16   |
| 食塩                                                         | 0.30   |                                                                    |        | しょうが                                                   | 0.30   | 上白糖                                                 | 1.50   | 水                                                             | 15.00  |
| こしょう 100g                                                  | 0.02   |                                                                    |        | 豚かた小間                                                  | 12.00  | 水                                                   | 6.00   | 粉寒天                                                           | 0.15   |
| 上白糖                                                        | 0.20   |                                                                    |        | たまねぎ                                                   | 20.00  | さんしょうパウダー                                           | 0.01   | 上白糖                                                           | 8.00   |
| こいくちしょうゆ1.8L                                               | 0.60   |                                                                    |        | にんじん                                                   | 10.00  | あずき(乾)                                              | 9.00   | レモン汁 120ml                                                    | 1.00   |
| にんにく                                                       | 0.05   |                                                                    |        | しらたき カット                                               | 7.00   | 上白糖                                                 | 8.00   | 無調整豆乳 1L                                                      | 33.00  |
| 粉からし                                                       | 0.02   |                                                                    |        | じゃがいも                                                  | 40.00  | 水                                                   | 30.00  | 水                                                             | 10.00  |
|                                                            |        |                                                                    |        | 水                                                      | 6.00   | 食塩                                                  | 0.10   | いちごジャム 1kg                                                    | 12.00  |
|                                                            |        |                                                                    |        | 本みりん                                                   | 0.60   | 白玉もち(冷凍)                                            | 20.00  | レモン汁 120ml                                                    | 3.00   |
|                                                            |        |                                                                    |        | 三温糖                                                    | 1.00   |                                                     |        |                                                               |        |
|                                                            |        |                                                                    |        | こいくちしょうゆ 1.8L                                          | 3.00   |                                                     |        |                                                               |        |
|                                                            |        |                                                                    |        | 清酒                                                     | 0.60   |                                                     |        |                                                               |        |

令和7年度10月 詳細献立表（食物アレルギー対応給食）

| 10/8 (水)                                                           |        | 10/9 (木)                                       |        | 10/10 (金)                                                                                   |        | 10/14 (火)                                                    |        | 10/15 (水)                                                     |        | 10/16 (木)                                              |        |
|--------------------------------------------------------------------|--------|------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------|--------|--------------------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------|--------|--------------------------------------------------------|--------|
| ○ 米粉スライスパン<br>豆乳<br>● 白いんげん豆のトマトスープ<br>□ かぼちゃのグラタン<br>● ミックスゼリーポンチ |        | ○ ご飯<br>豆乳<br>● さつま汁<br>□ 秋鮭のバター醤油焼き<br>● ごま和え |        | ○ ターメリックライスの豆乳クリームソースがけ(ターメリックライス)<br>● (豆乳クリームソース)<br>フルーツミックス豆乳<br>● にんじんサラダ<br>● 花みかん(生) |        | ○ キンパ風まぜご飯(肉ご飯)<br>● (ナムルとのり)<br>豆乳<br>● トックスープ<br>● 花みかん(生) |        | ○ 米粉丸パン<br>豆乳<br>● 手作りいちごソース<br>● 皮つき野菜のポトフ<br>□ 鶏肉のマッシュポテト焼き |        | ○ ご飯<br>豆乳<br>● 肉豆腐<br>□ ちくわの磯辺焼き(2本)<br>● 大根ときゅうりのサラダ |        |
| 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  |
| 米粉スライスパン 16枚入                                                      | 50.63  | 精白米(慣行)                                        | 70.00  | 精白米(慣行)                                                                                     | 65.00  | 精白米(慣行)                                                      | 67.00  | 米粉丸パン 5個入                                                     | 55.00  | 精白米(慣行)                                                | 65.00  |
| 米粉スライスパン 16枚入                                                      | 67.50  | 大豆飲料 200ml                                     | 216.00 | 米粒麦                                                                                         | 5.00   | ごま油                                                          | 0.50   | 米粉丸パン 5個入                                                     | 110.00 | 大豆飲料 200ml                                             | 216.00 |
| 米粉スライスパン 16枚入                                                      | 84.38  | サラダ油(米) 1.5kg                                  | 0.50   | ターメリックパウダー                                                                                  | 0.12   | にんにく                                                         | 0.20   | 米粉丸パン 5個入                                                     | 110.00 | サラダ油(米) 1.5kg                                          | 0.50   |
| 米粉スライスパン 16枚入                                                      | 101.25 | しょうが                                           | 0.30   | 豆乳クリーム油 500g                                                                                | 1.00   | しょうが                                                         | 0.30   | 米粉丸パン 5個入                                                     | 165.00 | しょうが                                                   | 0.80   |
| 大豆飲料 200ml                                                         | 216.00 | 鶏むね皮なし小間                                       | 10.00  | サラダ油(米) 1.5kg                                                                               | 0.50   | 豚かた挽き                                                        | 35.00  | 大豆飲料 200ml                                                    | 216.00 | 豚ばら小間                                                  | 10.00  |
| 豚ばら小間                                                              | 10.00  | ささがきごぼう(短)                                     | 5.00   | 鶏むね皮なし小間                                                                                    | 20.00  | 三温糖                                                          | 1.20   | 月 ベクチン                                                        | 1.50   | 豚かた小間                                                  | 20.00  |
| 月 カットウインナー 4mm幅                                                    | 5.00   | 糸こんにゃく カット                                     | 7.00   | 白ワイン                                                                                        | 1.00   | スープストックチキン(学)                                                | 0.50   | 水                                                             | 20.00  | たまねぎ                                                   | 50.00  |
| 白ワイン                                                               | 1.00   | 水                                              | 100.00 | たまねぎ                                                                                        | 40.00  | こいくちしょうゆ 1.8L                                                | 2.00   | いちご(冷凍)                                                       | 8.00   | しらたき カット                                               | 15.00  |
| セロリー                                                               | 2.00   | 煮干し だし用                                        | 2.00   | じゃがいも                                                                                       | 30.00  | 本みりん                                                         | 1.00   | 上白糖                                                           | 8.00   | 干しいたけ(スライス)                                            | 1.00   |
| たまねぎ                                                               | 30.00  | にんじん                                           | 7.00   | スープストックチキン(学)                                                                               | 1.50   | 月 つば漬けたくあん (刻み)                                              | 5.00   | いちごジャム 1kg                                                    | 5.00   | 上白糖                                                    | 3.00   |
| スープストックチキン(学)                                                      | 1.50   | だいごん                                           | 20.00  | エリンギ ホール                                                                                    | 10.00  | コチュジャン                                                       | 0.50   | レモン汁 120ml                                                    | 2.00   | こいくちしょうゆ 1.8L                                          | 7.00   |
| 水                                                                  | 80.00  | 木綿豆腐 300g                                      | 15.00  | 水                                                                                           | 30.00  | にんじん                                                         | 10.00  | サラダ油(米) 1.5kg                                                 | 0.30   | 清酒                                                     | 1.50   |
| 白いんげん豆(ゆで)                                                         | 25.00  | 油揚げ                                            | 7.00   | にんじん                                                                                        | 10.00  | 緑豆もやし                                                        | 20.00  | 豚ばら小間                                                         | 8.00   | 本みりん                                                   | 1.00   |
| じゃがいも                                                              | 35.00  | さつまいも                                          | 30.00  | 米粉                                                                                          | 2.00   | ほうれんそう                                                       | 10.00  | にんにく                                                          | 0.30   | 水                                                      | 30.00  |
| カットトマト 1.5kg                                                       | 15.00  | 赤味噌(減塩)                                        | 3.60   | 豆乳クリーム油 500g                                                                                | 2.00   | 水                                                            | 1.50   | セロリー                                                          | 5.00   | 冷凍焼き豆腐(さいの目)                                           | 80.00  |
| トマトピューレ 1kg                                                        | 4.00   | 白味噌(減塩)                                        | 3.60   | サラダ油(米) 1.5kg                                                                               | 2.00   | 食塩                                                           | 0.32   | 白ワイン                                                          | 1.00   | 焼きちくわ(1/4カット)                                          | 50.00  |
| トマトケチャップ 285g                                                      | 4.00   | 長ねぎ                                            | 5.00   | 調製豆乳 1L                                                                                     | 40.00  | スープストックチキン(学)                                                | 0.25   | たまねぎ                                                          | 35.00  | ノンエッグマヨネーズ 305g(エッグケア)                                 | 7.00   |
| 無着色ウスターソース(学)                                                      | 1.50   | 秋鮭切り身 40g                                      | 40.00  | 冷凍いか短冊                                                                                      | 20.00  | ごま油                                                          | 4.00   | スープストックチキン(学)                                                 | 1.50   | 清酒                                                     | 0.80   |
| ローリエパウダー                                                           | 0.02   | 秋鮭切り身 40g                                      | 40.00  | 白ワイン                                                                                        | 0.50   | 刻みりのり 20g袋                                                   | 2.00   | 水                                                             | 60.00  | 青のり                                                    | 0.15   |
| 食塩                                                                 | 0.05   | 秋鮭切り身 40g                                      | 40.00  | 食塩                                                                                          | 0.60   | 大豆飲料 200ml                                                   | 216.00 | にんじん                                                          | 10.00  | だいごん                                                   | 30.00  |
| こしょう 100g                                                          | 0.02   | 秋鮭切り身 50g                                      | 60.00  | こしょう 100g                                                                                   | 0.03   | サラダ油(米) 1.5kg                                                | 0.50   | かぶ(茎葉付き)                                                      | 15.00  | にんじん                                                   | 5.00   |
| 上白糖                                                                | 1.00   | 清酒                                             | 2.00   | ローリエパウダー                                                                                    | 0.01   | しょうが                                                         | 0.30   | レンズ豆                                                          | 5.00   | きゅうり                                                   | 20.00  |
| パセリチップ                                                             | 0.03   | こいくちしょうゆ 1.8L                                  | 1.00   | パセリチップ                                                                                      | 0.03   | 豚かた小間                                                        | 17.00  | じゃがいも                                                         | 40.00  | サラダ油(米) 1.5kg                                          | 2.50   |
| サラダ油(米) 1.5kg                                                      | 0.50   | サラダ油(米) 1.5kg                                  | 0.50   | 大豆飲料(フルーツミックス味) 200ml                                                                       | 216.00 | 水                                                            | 130.00 | キャベツ                                                          | 25.00  | こいくちしょうゆ 1.8L                                          | 2.00   |
| たまねぎ                                                               | 20.00  | 米粉                                             | 0.50   | キャベツ                                                                                        | 15.00  | スープストックチキン(学)                                                | 2.20   | 食塩                                                            | 0.25   | 穀物酢                                                    | 2.50   |
| 月 ベーコンせん切り 8mm幅                                                    | 8.00   | こいくちしょうゆ 1.8L                                  | 1.80   | にんじん                                                                                        | 20.00  | だいごん                                                         | 20.00  | ブラックペッパー                                                      | 0.03   | こしょう 100g                                              | 0.02   |
| かぼちゃ                                                               | 25.00  | 本みりん                                           | 1.20   | きゅうり                                                                                        | 10.00  | にんじん                                                         | 10.00  | 鶏むね皮なし切り身 40g                                                 | 40.00  | 上白糖                                                    | 0.16   |
| 調製豆乳 1L                                                            | 25.00  | 上白糖                                            | 0.70   | まぐろ油漬レトルト(フレーク、ライト)                                                                         | 10.00  | こいくちしょうゆ 1.8L                                                | 1.00   | 鶏むね皮なし切り身 40g                                                 | 40.00  |                                                        |        |
| スープストックチキン(学)                                                      | 0.30   | 水                                              | 9.00   | サラダ油(米) 1.5kg                                                                               | 3.00   | 食塩                                                           | 0.15   | 鶏むね皮なし切り身 40g                                                 | 40.00  |                                                        |        |
| 白味噌(減塩)                                                            | 0.40   | 豆乳クリーム油 500g                                   | 1.00   | 穀物酢                                                                                         | 2.50   | こしょう 100g                                                    | 0.03   | 鶏むね皮なし切り身 50g                                                 | 50.00  |                                                        |        |
| 食塩                                                                 | 0.10   | でん粉                                            | 0.30   | 食塩                                                                                          | 0.30   | 清酒                                                           | 1.00   | 食塩                                                            | 0.05   |                                                        |        |
| こしょう 100g                                                          | 0.02   | にんじん                                           | 5.00   | こしょう 100g                                                                                   | 0.02   | トックもち                                                        | 30.00  | こしょう 100g                                                     | 0.03   |                                                        |        |
| 乾燥マッシュポテト                                                          | 3.00   | 緑豆もやし                                          | 35.00  | 粉からし                                                                                        | 0.02   | にら                                                           | 5.00   | 白ワイン                                                          | 1.00   |                                                        |        |
| 紙カップ 100ml                                                         | 1.00   | こまつな                                           | 15.00  | 上白糖                                                                                         | 0.16   | 長ねぎ                                                          | 5.00   | ノンエッグマヨネーズ 305g(エッグケア)                                        | 6.50   |                                                        |        |
| 月 カットゼリー(りんご)(冷凍) 1kg袋                                             | 25.00  | 白すりごま                                          | 3.00   | みかん S                                                                                       | 30.00  | ごま油                                                          | 0.50   | 粒入りマスタートド 90g                                                 | 1.50   |                                                        |        |
| カットゼリー(シャインマスカット)(冷凍) 1kg袋                                         | 25.00  | こいくちしょうゆ 1.8L                                  | 3.60   |                                                                                             |        | みかん S                                                        | 30.00  | 乾燥マッシュポテト                                                     | 5.00   |                                                        |        |
| パインチビットシロップ漬け 2kg                                                  | 20.00  | 上白糖                                            | 2.40   |                                                                                             |        |                                                              |        |                                                               |        |                                                        |        |
| 水                                                                  | 20.00  | 本みりん                                           | 2.76   |                                                                                             |        |                                                              |        |                                                               |        |                                                        |        |
| 上白糖                                                                | 3.20   | 白ねりごま                                          | 1.20   |                                                                                             |        |                                                              |        |                                                               |        |                                                        |        |
| レモン汁 120ml                                                         | 0.90   |                                                |        |                                                                                             |        |                                                              |        |                                                               |        |                                                        |        |

令和7年度10月 詳細献立表（食物アレルギー対応給食）

| 10/17 (金)                                                    |        | 10/20 (月)                                                        |        | 10/21 (火)                                      |        | 10/22 (水)                                                                  |        | 10/23 (木)                                                                    |        | 10/24 (金)                                           |        |
|--------------------------------------------------------------|--------|------------------------------------------------------------------|--------|------------------------------------------------|--------|----------------------------------------------------------------------------|--------|------------------------------------------------------------------------------|--------|-----------------------------------------------------|--------|
| ○ ご飯<br>豆乳<br>● しっぽく汁<br>□ ホキのごまだれがけ【揚げ油③】<br>● 小松菜とえのきの和えもの |        | ○ さつま芋ご飯<br>豆乳<br>● すまし汁<br>□ コロコロぶりの竜田揚げ【揚げ油④】<br>● れんこんと豚肉の炒め煮 |        | ○ ご飯<br>豆乳<br>● けんちん汁<br>□ 鯖のさざれ焼き<br>● 五目きんぴら |        | ○ ジャージャー麺(米粉中華麺)<br>● (ジャージャー麺の具)<br>豆乳<br>● きゅうりともやしの塩昆布和え<br>□ 大学芋【揚げ油⑤】 |        | ○ 秋野菜のカレーライス(麦ご飯)<br>● (秋野菜カレー)<br>フルーツミックス豆乳<br>● キャベツとコーンのサラダ<br>● 花みかん(生) |        | ○ ご飯<br>豆乳<br>● 豆乳ごま担々風スープ<br>● 豚肉の生姜炒め<br>● りんご(生) |        |
| 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)                                                      | 70.00  | 精白米(慣行)                                                          | 57.00  | 精白米(慣行)                                        | 67.00  | 中華めん(米粉)                                                                   | 90.00  | 精白米(慣行)                                                                      | 65.00  | 精白米(慣行)                                             | 65.00  |
| 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                                                              | 6.00   | 米粒麦                                                                          | 7.00   | 大豆飲料 200ml                                          | 216.00 |
| サラダ油(米) 1.5kg                                                | 3.00   | 清酒                                                               | 1.00   | サラダ油(米) 1.5kg                                  | 0.50   | サラダ油(米) 1.5kg                                                              | 0.50   | サラダ油(米) 1.5kg                                                                | 0.50   | ごま油                                                 | 0.50   |
| ささがきごぼう(短)                                                   | 5.00   | 食塩                                                               | 0.20   | 糸こんにゃく カット                                     | 10.00  | トウバンジャン 130g                                                               | 0.10   | にんにく                                                                         | 0.30   | にんにく                                                | 0.50   |
| 糸こんにゃく カット                                                   | 8.00   | 大豆飲料 200ml                                                       | 216.00 | 水                                              | 100.00 | にんにく                                                                       | 0.50   | しょうが                                                                         | 0.30   | トウバンジャン 130g                                        | 0.10   |
| にんじん                                                         | 10.00  | 水                                                                | 120.00 | だし昆布                                           | 1.10   | しょうが                                                                       | 0.50   | クミンパウダー 100g                                                                 | 0.07   | 大豆ミート(ミンチ)                                          | 5.00   |
| だいこん                                                         | 20.00  | かつお節 厚削り だし用                                                     | 3.00   | かつお節 厚削り だし用                                   | 2.20   | 長ねぎ                                                                        | 10.00  | コリアンダーパウダー 100g                                                              | 0.07   | 水                                                   | 80.00  |
| ぶなしめじ バラ                                                     | 7.00   | だし昆布                                                             | 0.50   | 干ししいたけ(スライス)                                   | 0.40   | 豚もも挽き                                                                      | 15.00  | カレー粉 100g                                                                    | 0.20   | スープストックチキン(学)                                       | 1.80   |
| 干ししいたけ(スライス)                                                 | 0.30   | 木綿豆腐300g                                                         | 30.00  | にんじん                                           | 5.00   | こしょう 100g                                                                  | 0.05   | 豚かた小間                                                                        | 20.00  | はくさい                                                | 30.00  |
| 水                                                            | 100.00 | たまねぎ                                                             | 10.00  | だいこん                                           | 15.00  | たけのこ水煮                                                                     | 10.00  | 白ワイン                                                                         | 1.00   | 木綿豆腐 300g                                           | 20.00  |
| だし昆布                                                         | 1.00   | 清酒                                                               | 1.00   | じゃがいも                                          | 30.00  | にんじん                                                                       | 10.00  | 豚レバーチップ 500g                                                                 | 1.20   | 緑豆はるさめ 5cmカット                                       | 4.00   |
| さといも                                                         | 20.00  | うすくちしょうゆ                                                         | 2.00   | 木綿豆腐 300g                                      | 20.00  | たまねぎ                                                                       | 50.00  | たまねぎ                                                                         | 35.00  | こいくちしょうゆ 1.8L                                       | 1.00   |
| 生揚げ                                                          | 30.00  | こんにゃく寒天 100g                                                     | 0.30   | 油揚げ                                            | 8.00   | 水                                                                          | 20.00  | スープストックチキン(学)                                                                | 1.50   | 食塩                                                  | 0.10   |
| 食塩                                                           | 0.12   | 食塩                                                               | 0.40   | 備前乾燥貝材(わかめ ほうれん草 油揚げ)100g                      | 0.80   | 干ししいたけ(スライス)                                                               | 0.50   | 大豆ミート(ミンチ)                                                                   | 5.00   | 調製豆乳 1L                                             | 25.00  |
| うすくちしょうゆ                                                     | 4.00   | こまつな                                                             | 10.00  | 食塩                                             | 0.17   | 大豆ミート(ミンチ)                                                                 | 5.00   | 水                                                                            | 60.00  | 白ねりごま                                               | 7.00   |
| 長ねぎ                                                          | 5.00   | ぶり 2cm角切り                                                        | 53.00  | こいくちしょうゆ 1.8L                                  | 4.50   | 赤味噌(減塩)                                                                    | 5.40   | 炒めたまねぎ(冷凍) 1kg                                                               | 20.00  | チンゲンサイ                                              | 10.00  |
| 一味唐辛子 10g                                                    | 0.01   | こいくちしょうゆ 1.8L                                                    | 1.35   | 長ねぎ                                            | 5.00   | 八丁味噌 300g                                                                  | 0.90   | りんご                                                                          | 2.00   | 豚かた小間                                               | 35.00  |
| ホキ切り身 40g                                                    | 40.00  | 清酒                                                               | 0.90   | さわら切り身 40g                                     | 40.00  | 上白糖                                                                        | 0.45   | レンズ豆                                                                         | 5.00   | 豚もも小間                                               | 20.00  |
| ホキ切り身 40g                                                    | 40.00  | 本みりん                                                             | 0.90   | さわら切り身 40g                                     | 40.00  | こいくちしょうゆ 1.8L                                                              | 2.30   | トマトケチャップ 285g                                                                | 3.00   | 清酒                                                  | 0.50   |
| ホキ切り身 40g                                                    | 40.00  | しょうが                                                             | 0.90   | さわら切り身 40g                                     | 40.00  | 本みりん                                                                       | 1.80   | 無着色中濃ソース(学)                                                                  | 3.00   | たまねぎ                                                | 40.00  |
| ホキ切り身 50g                                                    | 50.00  | でん粉                                                              | 10.00  | さわら切り身 50g                                     | 50.00  | スープストックチキン                                                                 | 0.23   | こしょう 100g                                                                    | 0.02   | 切干大根                                                | 4.50   |
| 清酒                                                           | 1.00   | 揚げサラダ油                                                           | 4.00   | ノンエッグマヨネーズ 305g(エッグケア)                         | 4.00   | テンメンジャン                                                                    | 1.50   | 食塩                                                                           | 0.45   | にんじん                                                | 5.00   |
| でん粉                                                          | 8.00   | サラダ油(米) 1.5kg                                                    | 0.50   | 粒入りマスタード 90g                                   | 2.00   | オイスターソース                                                                   | 0.45   | 米粉                                                                           | 5.00   | こいくちしょうゆ 1.8L                                       | 5.50   |
| 揚げサラダ油                                                       | 4.00   | 豚かた小間                                                            | 13.00  | 食塩                                             | 0.10   | でん粉                                                                        | 1.40   | サラダ油(米) 1.5kg                                                                | 5.00   | 上白糖                                                 | 2.00   |
| 水                                                            | 8.00   | しょうが                                                             | 0.50   | こしょう 100g                                      | 0.01   | ごま油                                                                        | 0.50   | カレー粉 100g                                                                    | 0.45   | 本みりん                                                | 2.00   |
| しょうが                                                         | 0.20   | 清酒                                                               | 1.00   | コーンフレーク                                        | 10.00  | 大豆飲料 200ml                                                                 | 216.00 | ビュアココア                                                                       | 0.20   | しょうが                                                | 1.00   |
| こいくちしょうゆ 1.8L                                                | 2.50   | にんじん                                                             | 7.00   | パセリチップ                                         | 0.04   | 緑豆もやし                                                                      | 30.00  | ガラムマサラパウダー 100g                                                              | 0.02   | りんご                                                 | 28.00  |
| 本みりん                                                         | 1.00   | れんこん                                                             | 15.00  | サラダ油(米) 1.5kg                                  | 0.50   | きゅうり                                                                       | 20.00  | れんこん                                                                         | 10.00  | 食塩                                                  | 0.05   |
| 上白糖                                                          | 1.00   | こんにゃく(1.5cm角切り)                                                  | 20.00  | 豚かた挽き                                          | 3.00   | 塩昆布(刻み)300g                                                                | 1.50   | かぼちゃ                                                                         | 20.00  |                                                     |        |
| 白ねりごま                                                        | 1.00   | 水                                                                | 8.00   | 清酒                                             | 1.00   | 食塩                                                                         | 0.05   | エリンギ ホール                                                                     | 10.00  |                                                     |        |
| 白すりごま                                                        | 0.60   | 和風だしの素                                                           | 0.20   | ささがきごぼう(短)                                     | 25.00  | ごま油                                                                        | 1.10   | 米粉                                                                           | 0.50   |                                                     |        |
| でん粉                                                          | 0.30   | 本みりん                                                             | 0.50   | にんじん                                           | 20.00  |                                                                            |        |                                                                              |        |                                                     |        |
| えのきたけ 1/3カット バラ                                              | 8.00   | 三温糖                                                              | 0.50   | さつま揚げ                                          | 10.00  | さつままいも                                                                     | 40.00  | 大豆飲料(フルーツミックス味) 200ml                                                        | 216.00 |                                                     |        |
| はくさい                                                         | 42.00  | こいくちしょうゆ 1.8L                                                    | 2.00   | 大豆ミート(ミンチ)                                     | 2.50   | 揚げサラダ油                                                                     | 5.00   | キャベツ                                                                         | 30.00  |                                                     |        |
| こまつな                                                         | 15.00  | 冷凍さやいんげん 3cmカット                                                  | 5.00   | こいくちしょうゆ 1.8L                                  | 2.70   | 三温糖                                                                        | 4.50   | にんじん                                                                         | 10.00  |                                                     |        |
| サラダ油(米) 1.5kg                                                | 2.50   |                                                                  |        | 上白糖                                            | 1.00   | 水あめ(酵素糖化)                                                                  | 7.00   | きゅうり                                                                         | 5.00   |                                                     |        |
| こいくちしょうゆ 1.8L                                                | 2.00   |                                                                  |        | 本みりん                                           | 1.00   | 水                                                                          | 3.50   | 冷凍ホールコーン                                                                     | 10.00  |                                                     |        |
| 穀物酢                                                          | 2.50   |                                                                  |        | 一味唐辛子 10g                                      | 0.01   | こいくちしょうゆ 1.8L                                                              | 0.40   | たまねぎ                                                                         | 3.00   |                                                     |        |
| 食塩                                                           | 0.10   |                                                                  |        |                                                |        |                                                                            |        | サラダ油(米) 1.5kg                                                                | 3.00   |                                                     |        |
| こしょう 100g                                                    | 0.02   |                                                                  |        |                                                |        |                                                                            |        | りんご酢                                                                         | 3.00   |                                                     |        |
| 上白糖                                                          | 0.16   |                                                                  |        |                                                |        |                                                                            |        | 食塩                                                                           | 0.30   |                                                     |        |
|                                                              |        |                                                                  |        |                                                |        |                                                                            |        | こしょう 100g                                                                    | 0.03   |                                                     |        |
|                                                              |        |                                                                  |        |                                                |        |                                                                            |        | 上白糖                                                                          | 0.16   |                                                     |        |
|                                                              |        |                                                                  |        |                                                |        |                                                                            |        | みかん S                                                                        | 30.00  |                                                     |        |

令和7年度10月 詳細献立表（食物アレルギー対応給食）

| 10/27 (月)                                                    |        | 10/28 (火)                                       |        | 10/29 (水)                                                        |        | 10/30 (木)                                    |        | 10/31 (金)                                                 |        |
|--------------------------------------------------------------|--------|-------------------------------------------------|--------|------------------------------------------------------------------|--------|----------------------------------------------|--------|-----------------------------------------------------------|--------|
| ○ ご飯<br>豆乳<br>● もずくの和風スープ<br>□ ジャンボぎょうざ【揚げ油⑥】<br>● きゅうりの中華漬け |        | ○ ご飯<br>豆乳<br>● 麻婆豆腐<br>● 春雨の中華サラダ<br>● 花みかん(生) |        | ○ スパゲッティミートソース(玄米麺)<br>● (ミートソース)<br>豆乳<br>● ポテトサラダ<br>● 青りんごゼリー |        | ○ ご飯<br>豆乳<br>● 豚汁<br>□ 鯖の山椒焼き<br>● こんにゃくサラダ |        | ○ チキンピラフ<br>コーヒー豆乳<br>● 野菜スープ<br>● カラフルサラダ<br>□ 米粉かぼちゃケーキ |        |
| 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)                                                      | 67.00  | 精白米(慣行)                                         | 68.00  | 月 玄米パスタスパゲッティ                                                    | 60.00  | 精白米(慣行)                                      | 65.00  | 精白米(慣行)                                                   | 55.00  |
| 大豆飲料 200ml                                                   | 216.00 | 大豆飲料 200ml                                      | 216.00 | サラダ油(米) 1.5kg                                                    | 6.00   | 大豆飲料 200ml                                   | 216.00 | 豆乳クリーム油 500g                                              | 2.00   |
| 水                                                            | 100.00 | サラダ油(米) 1.5kg                                   | 0.50   | サラダ油(米) 1.5kg                                                    | 0.30   | サラダ油(米) 1.5kg                                | 0.50   | 鶏むね皮なし1cm角                                                | 15.00  |
| さば節 厚削り だし用                                                  | 2.50   | にんにく                                            | 0.50   | にんにく                                                             | 0.80   | 豚かた小間                                        | 15.00  | 鶏もも皮なし1cm角                                                | 10.00  |
| だし昆布                                                         | 0.80   | しょうが                                            | 0.50   | しょうが                                                             | 0.80   | しょうが                                         | 0.50   | 白ワイン                                                      | 1.00   |
| たまねぎ                                                         | 30.00  | 長ねぎ                                             | 15.00  | セロリー                                                             | 1.60   | こぼろ 洗い                                       | 5.00   | にんじん                                                      | 5.00   |
| えのきたけ 1/3カット バラ                                              | 10.00  | トウバンジャン 130g                                    | 0.20   | 豚もも挽き                                                            | 5.00   | にんじん                                         | 10.00  | 炒めたたまねぎ(冷凍) 1kg                                           | 10.00  |
| 生揚げ                                                          | 30.00  | 豚もも挽き                                           | 18.00  | 鶏むね皮なし挽き                                                         | 10.00  | だいこん                                         | 20.00  | スープストックチキン(学)                                             | 0.30   |
| こんにゃく寒天 100g                                                 | 0.50   | 清酒                                              | 1.00   | ナツメグパウダー                                                         | 0.04   | じゃがいも                                        | 30.00  | 食塩                                                        | 0.60   |
| 清酒                                                           | 1.00   | 豚レバーチップ 500g                                    | 1.00   | 赤ワイン                                                             | 1.60   | 水                                            | 100.00 | こしょう 100g                                                 | 0.02   |
| 食塩                                                           | 0.60   | たけのこ水煮                                          | 20.00  | たまねぎ                                                             | 55.00  | だしパック                                        | 2.30   | 豆乳クリーム油 500g                                              | 0.50   |
| うすくちしょうゆ                                                     | 1.30   | 干ししいたけ(スライス)                                    | 1.00   | にんじん                                                             | 18.00  | 油揚げ                                          | 5.00   | パセリチップ                                                    | 0.05   |
| こまつな                                                         | 10.00  | スープストックチキン(学)                                   | 0.70   | 大豆ミート(ミンチ)                                                       | 7.00   | 木綿豆腐 300g                                    | 15.00  | 大豆飲料(コーヒー味) 200ml                                         | 216.00 |
| もずく                                                          | 10.00  | 水                                               | 40.00  | 食塩                                                               | 0.20   | 白味噌(減塩)                                      | 3.80   | 月 カットワインナー 4mm幅                                           | 5.00   |
| 豚もも挽き                                                        | 30.00  | 大豆ミート(ミンチ)                                      | 6.00   | こしょう 100g                                                        | 0.04   | 赤味噌(減塩)                                      | 3.80   | たまねぎ                                                      | 20.00  |
| 月 おから                                                        | 1.00   | 八丁味噌 300g                                       | 1.00   | トマトケチャップ 285g                                                    | 24.00  | 長ねぎ                                          | 8.00   | 水                                                         | 110.00 |
| 食塩                                                           | 0.10   | デンメンジャン                                         | 3.00   | トマトピューレ 1kg                                                      | 24.00  | さば切り身 40g                                    | 40.00  | スープストックチキン(学)                                             | 1.80   |
| こいくちしょうゆ 1.8L                                                | 1.50   | こいくちしょうゆ 1.8L                                   | 6.00   | カットトマト 1.5kg                                                     | 12.00  | えのきたけ 1/3カット バラ                              | 40.00  | さば切り身 40g                                                 | 5.00   |
| 清酒                                                           | 0.30   | 上白糖                                             | 1.00   | 無着色ウスターソース(学)                                                    | 1.60   | じゃがいも                                        | 20.00  | さば切り身 50g                                                 | 0.28   |
| 炒めたたまねぎ(冷凍) 1kg                                              | 5.00   | 長ねぎ                                             | 15.00  | 無着色中濃ソース(学)                                                      | 3.20   | 食塩                                           | 60.00  | 清酒                                                        | 0.03   |
| キャベツ                                                         | 10.00  | 木綿豆腐 300g                                       | 100.00 | 上白糖                                                              | 0.16   | こしょう 100g                                    | 3.00   | キャベツ                                                      | 15.00  |
| しょうが                                                         | 0.05   | でん粉                                             | 2.50   | 大豆飲料 200ml                                                       | 216.00 | さんしょうパウダー                                    | 0.10   | だいこん                                                      | 25.00  |
| ごま油                                                          | 0.02   | ごま油                                             | 0.30   | じゃがいも                                                            | 35.00  | 食塩                                           | 0.30   | きゅうり                                                      | 15.00  |
| でん粉                                                          | 2.00   | きくらげ(乾) 短冊切り                                    | 0.50   | にんじん                                                             | 10.00  | 三色サラダこんにゃく                                   | 15.00  | にんじん                                                      | 10.00  |
| 月 ライスペーパー(25枚入り)                                             | 10.00  | 緑豆はるさめ 5cmカット                                   | 7.00   | きゅうり                                                             | 10.00  | キャベツ                                         | 25.00  | 冷凍ホールコーン                                                  | 5.00   |
| 米粉                                                           | 1.00   | にんじん                                            | 10.00  | ノンエッグマヨネーズ 305g(エッグケア)                                           | 7.00   | きゅうり                                         | 10.00  | ピュアオリーブ油 0.91kg                                           | 1.40   |
| 揚げサラダ油                                                       | 4.00   | きゅうり                                            | 10.00  | 食塩                                                               | 0.05   | にんじん                                         | 5.00   | サラダ油(米) 1.5kg                                             | 1.40   |
| 水                                                            | 4.00   | こいくちしょうゆ 1.8L                                   | 3.00   | 月 青りんごゼリー                                                        | 40.00  | 白すりごま                                        | 1.00   | 穀物酢                                                       | 1.90   |
| こいくちしょうゆ                                                     | 1.50   | 穀物酢                                             | 3.00   |                                                                  |        | サラダ油(米) 1.5kg                                | 2.50   | 食塩                                                        | 0.30   |
| 本みりん                                                         | 0.75   | 上白糖                                             | 0.74   |                                                                  |        | こいくちしょうゆ 1.8L                                | 2.00   | こしょう 100g                                                 | 0.02   |
| 上白糖                                                          | 1.50   | ごま油                                             | 1.80   |                                                                  |        | 穀物酢                                          | 2.50   | 上白糖                                                       | 0.20   |
| でん粉                                                          | 0.23   | みかん S                                           | 30.00  |                                                                  |        | 食塩                                           | 0.10   | こいくちしょうゆ 1.8L                                             | 0.60   |
|                                                              |        |                                                 |        |                                                                  |        | こしょう 100g                                    | 0.02   | にんにく                                                      | 0.05   |
| きゅうり                                                         | 40.00  |                                                 |        |                                                                  |        | 上白糖                                          | 0.16   | 粉からし                                                      | 0.02   |
| こいくちしょうゆ 1.8L                                                | 3.60   |                                                 |        |                                                                  |        |                                              |        | 米粉                                                        | 15.00  |
| 穀物酢                                                          | 3.60   |                                                 |        |                                                                  |        |                                              |        | サラダ油(米) 1.5kg                                             | 5.00   |
| 上白糖                                                          | 1.20   |                                                 |        |                                                                  |        |                                              |        | 上白糖                                                       | 8.00   |
| ごま油                                                          | 2.40   |                                                 |        |                                                                  |        |                                              |        | 無調整豆乳 200ml                                               | 12.50  |
| 一味唐辛子 10g                                                    | 0.01   |                                                 |        |                                                                  |        |                                              |        | かぼちゃペースト                                                  | 12.50  |
|                                                              |        |                                                 |        |                                                                  |        |                                              |        | 月 ベーキングパウダー                                               | 0.50   |
|                                                              |        |                                                 |        |                                                                  |        |                                              |        | 西洋かぼちゃ 5mm角                                               | 3.00   |
|                                                              |        |                                                 |        |                                                                  |        |                                              |        | 紙カップ 100ml                                                | 1.00   |