

# 2019 年度 11 月分 学校給食予定献立表（アレルギー用）



※○印または由来する食品を記載しています。調味料欄、備考欄、注意事項も併せてご確認ください。

日 曜 日	こんだて	卵	乳 乳製品	小麦	そば	落花生 ナッツ類	大豆		ごま	鶏肉 牛肉	えび かに	いか たこ	魚	貝類	米	野菜	やまいも さといも	果物	調味料類	備考
							大豆 大豆製品	豆乳												
1  金	背割りロールパン		○	○																
	ウィンナーのピザソース			ピザソース			ピザソース									ピザソース(ト マト)			ケチャップ コンソメ 大豆油	焼いたウィンナーに、ピザソー スをかけます。
	ポイルキャベツ																			
	ぎゅうにゅう		○																	
	さつまいものポタージュ		牛乳 脱脂粉乳 生クリーム																大豆油 ブイオン スープストック ベシャメルソース	
5  火	ごてんばコシヒカリごはん														○					
	ぎゅうにゅう		○																	
	いわしの土佐煮			○			○						いわし かつお節 かつおエキス							
	にんじんしりしり	炒り玉子		炒り玉子			炒り玉子						まぐろ かつおだし(かつお 節、かつおエキス) 炒り玉子(かつお節 エキス)						しょうゆ 大豆油	
	すいとん			すいとん						鶏肉									大豆油 だし汁 しょうゆ	
火	栗のムース		○			栗	○													
6  水	黒糖入り角型食パン		○	○																パンに黒糖が練りこまれていま す。
	ぎゅうにゅう		○																	
	とり肉のハーブ焼き						○			鶏肉										
	ペンネのきのこクリームソース		粉チーズ	マカロニ				○											ベシャメルソース 白ワイン	
	トマトとたまごのスープ	鶏卵								鶏肉						トマト			大豆油 コンソメ ブイオン しょうゆ	
7  木	ごてんばコシヒカリごはん		○												○					
	ぎゅうにゅう		○																	
	えびシュウマイ			○							えび		たら	ほたてエキス						
	麻婆豆腐			麻婆豆腐の素			豆腐 麻婆豆腐の素 ねぎ油			麻婆豆腐の 素(鶏肉)				麻婆豆腐の素 (ほたてエキス)					大豆油 みそ 中華スープ	
	チャプチェ								ごま油							もやし			しょうゆ 中華スープ	
8  金	ごてんばコシヒカリごはん														○					
	ぎゅうにゅう		○																	
	いかの天ぷら			○								いか							大豆油	
	筑前煮									鶏肉			ちくわ(たら、ぐち、き んどきだい、いわし、 魚醤)			れんこん		大豆油 だし汁 しょうゆ	いわし入りのちくわを使いま す。	
	切干大根のみそ汁						豆腐 油揚げ												だし汁 みそ	
金	アーモンド小魚			○		アーモンド	○		ごま		▲えび、かに		かたくちいわし							▲かたくちいわしは、「えび・ かに」を食べています。 アーモンドと小魚が1食用の 袋に入っています。

日 曜日	こんだて	卵	乳 乳製品	小麦	そば	落花生 ナッツ類	大豆		ごま	鶏肉 牛肉	えび かに	いか たこ	魚	貝類	米	野菜	やまいも さといも	果物	調味料類	備考
							大豆 大豆製品	豆乳												
11 月	ごてんばコシヒカリごはん ぎゅうにゅう		○												○					
	かますのお茶フライ												かます		米粉				大豆油	かますにお茶が入った衣をつ けて揚げます。
	肉じゃが												さつまあげ(すけとう だら)						大豆油 だし汁 しょうゆ	
	ピリ辛みそ汁						豆腐 キムチの素			鶏肉	キムチの素 (えび)		キムチの素(煮干し)			もやし キムチの素(ト マト)	キムチの素(りん ご)	大豆油 だし汁 みそ	みそ汁にキムチの素が入って います。	
12 火	ごてんばコシヒカリごはん														○					
	ビビンバの具(肉炒め)																		しょうゆ 大豆油 みそ	
	ビビンバの具(ナムル)								ごま ごま油							もやし			しょうゆ	もやしを、ごま油やごま、しょう ゆなどで和えます。
	ビビンバの具(錦糸たまご)	○					○													
	ぎゅうにゅう		○																	
火	わかめスープ						豆腐 ねぎ油						かまぼこ(すけとうだ ら、えそ、ぐち、ちり めん)						チンタン 中華スープ しょうゆ	
13 水	角型食パン		○	○																
	チョコクリーム			○		ココア カカオ	○													
	ぎゅうにゅう		○																	
	白身魚のフリッター			○			○				▲沖あみ、 あおさ(え び、かに)		たら						大豆油	▲沖あみとあおさは、「えび・ かに」が混ざる漁法で採取し ています。
	カラフルソテー		バター																大豆油 しょうゆ	
水	ポークビーンズ						大豆									トマト			大豆油 コンソメ 赤ワイン トマトビュレ クッキングトマトソース しょうゆ	
14 木	ごてんばコシヒカリごはん														○					
	ぎゅうにゅう		○																	
	つくね									鶏肉			かつお節							
	きんぴらごぼう								ごま油										しょうゆ	
	さつま汁						豆腐			鶏肉									大豆油 みそ だし汁	
金	りんご																	りんご		
15 金	りんごチップロールパン		○	○														りんご		パンにりんごチップが練りこま れています。
	ぎゅうにゅう		○																	
	さけのレモン風味												さけ					レモン	大豆油 しょうゆ 白ワイン	揚げたさけのフライに、レモン 果汁やしょうゆが入ったソース をかけます。
	こふきいも																			
	白菜と肉団子のスープ			肉団子	肉団子			肉団子			肉団子(鶏 肉)									大豆油 ブイヨン コンソメ しょうゆ

日曜日	こんだて	卵	乳乳製品	小麦	そば	落花生ナッツ類	大豆		ごま	鶏肉牛肉	えびかに	いかたこ	魚	貝類	米	野菜	やまいもさといも	果物	調味料類	備考
							大豆大豆製品	豆乳												
18月	中華めん			○	▲															▲めん工場では、「そば」も製造しています。
	海鮮五目ラーメンスープ						ねぎ油					いか	なると(すけとうだら、いとよりだい)						大豆油 とりがらスープ 中華スープ しょうゆ	
	ぎゅうにゅう		○																	
	鶏肉のから揚げ わさびソース			小麦粉			大豆			鶏肉									大豆油 しょうゆ	揚げた鶏肉に、わさびの茎やしょうゆで作ったソースをかけます。
	もやしの塩ダレあえ								ごま ごま油							もやし			しょうゆ	もやしを、ごま油やごま、塩などが入ったダレで和えます。
19火	みかんゼリー																	みかん		
	ごてんばコシヒカリごはん														○					
	二色そばろ	炒り玉子		炒り玉子			炒り玉子			鶏肉			炒り玉子(かつお節エキス)						大豆油 しょうゆ	
	ぎゅうにゅう		○																	
	みしまコロッケ			○			○												大豆油	
20水	根っこ野菜のごまみそ汁						豆腐		ごま							もやし			大豆油 だし汁 みそ	
	ごてんばコシヒカリごはん														○					
	手作りみずかけなふりかけ			みずかけなふりかけ			みずかけなふりかけ		ごま		▲かたくちいわし(えび、かに)		かたくちいわし					ゆかり(梅酢)		▲かたくちいわしは、「えび・かに」が混ざる漁法で採取しています。 みずかけなふりかけ、ちりめんじゃこ、ゆかり、ごまを合わせて作ります。
	ぎゅうにゅう		○																	
	静岡おでん	うずら卵					がんもどき			鶏肉	▲こんぶ(えび、かに)		黒はんぺん(さば、いわし) ちくわ(すけとうだら、いとよりだい) だし粉(さば、いわし)				さといも		大豆油 とりがらスープ だし汁 しょうゆ	▲こんぶが分布している海域には、「えび・かに」も生息しています。
21木	キャベツとコーンのあえもの																		大豆油 しょうゆ	野菜を、油、砂糖、しょうゆで和えます。
	ごてんばコシヒカリごはん														○					
	ぎゅうにゅう		○																	
	さばのねぎみそ焼き												さば						しょうゆ みそ	焼いたさばに、ねぎみそダレをかけます。
	大根と厚揚げの煮物						厚揚げ												だし汁 しょうゆ	
22金	もみじのすまし汁			白玉ふ			豆腐						かまぼこ(すけとうだら) かつお節						しょうゆ	だし汁がいつもと違い、かつお節のだし汁を使います。 もみじ型のかまぼこが入っています。
	丸型横割りパン		○	○																
	トマトソースメンチカツ			○			○									トマト			大豆油	トマトソースを豚肉で包んだメンチカツです。
	ぎゅうにゅう		○																	
	キャベツと御殿場ハムのソテー		バター																大豆油 しょうゆ	
金	秋味シチュー		牛乳 脱脂粉乳 生クリーム							鶏肉									大豆油 ベシャメルソース コンソメ	
	ごてんばこめこのタルト	○	○	○			○								米粉					ごてんばコシヒカリの米粉を使ったタルトです。

日曜日	こんだて	卵	乳乳製品	小麦	そば	落花生ナッツ類	大豆		ごま	鶏肉牛肉	えびかに	いかたこ	魚	貝類	米	野菜	やまいもさといも	果物	調味料類	備考
							大豆大豆製品	豆乳												
25月	ごてんばコシヒカリごはん														○					ごてんばコシヒカリの米粉で作ったカレー粉を使用します。
	ごてんばこめこカレー														こめこカレーのルウ(米粉)	こめこカレーのルウ(トマト)			赤ワイン	
	緑茶																			
	きのこのソテー																			
	ぶどうゼリー																	ぶどう		
26火	ごてんばコシヒカリごはん														○					広島県の郷土料理です。揚げたもうかざめに、しょうゆなどのタレをかけます。
	ぎゅうにゅう		○																大豆油しょうゆ	
	わに（さめ）のから揚げ												もうかざめ							
	野菜のさっぱりあえ															もやし		レモン	しょうゆ	
	大根のみそ汁						豆腐油揚げ												だし汁みそ	
27水	もみじまんじゅう（クリーム）	○	○	○			○													トマトソースが入ったオムレツです。
	角型食パン		○	○																
	みかんジャム																	みかん		
	ぎゅうにゅう		○																	
	オムレツ	○					○											りんご		
28木	ジャーマンポテト																		大豆油	しょうゆ味の炊き込みごはんです。
	白菜のミルクスープ		牛乳脱脂粉乳																大豆油スープストック白ワインベシヤメルソース	
	さくらごはん			○			○						かつお節エキス		○					
	さんまのしょうが煮			○			○						さんま							
	ぎゅうにゅう		○																	
木	もやしの南蛮漬け								ごま油							もやし			しょうゆ	もやしを、しょうゆや酢、ごま油で作ったタレで和えます。
	かきたま汁	鶏卵					豆腐						かまぼこ(すけとうだら、えそ、ぐち、ちりめん)						しょうゆだし汁	

【アレルギー献立表についての注意事項】 必ずお読みください。

魚：魚全般について表示します。

貝類：ほたて、あさり、かき、しじみなどの二枚貝について表示します。

野菜：なす、れんこん、トマト、もやし、きゅうり、かぼちゃ、セロリーについて表示します。

果物：果物全般について表示します。

[米]は、原材料で使用している場合のみ記載しています。調味料やエキス等の場合は記載していません。

よく使用する調味料類については、下記の表の原材料を使用しています。これらの食品については、各項目への○印の表示はしていません。使用の際は、調味料類欄に記入してありますのでご確認ください。

だし汁	さば節、かつお節、いわし節、むろ節、まぐろ	スープストック	大豆、トマト、鶏肉	クッキングトマトソース	トマト	赤ワイン・白ワイン	ぶどう	ハヤシフレーク	小麦、大豆、トマト	ブイヨン	鶏肉・セロリー
パイタン	大豆、鶏肉	コンソメ	トマト、魚醤パウダー、鶏肉	中濃ソース	トマト、りんご	ハイレードカレールウ	小麦、乳、大豆、トマトココナッツミルクパウダー	しょうゆ	小麦、大豆	チンタン	鶏肉
中華スープ	大豆、ごま、トマト魚醤パウダー、鶏肉	ケチャップ	トマト	ｸﾗｽ付 中濃ｼｰｽ	りんご、トマト	ベシヤメルソース	乳、大豆、小麦ほたてエキス	みそ	大豆	とりがらスープ	鶏肉
		トマトピューレ	トマト	ウスターソース	トマト、りんご	エブリィカレールウ	小麦、大豆				

- ・いくら、学校給食では基本的に使用しませんので、チェックの項目に入っていません。もし使用する場合は備考欄に記載します。
- ・給食センターでは、油は大豆油を使用しています。
- ・揚げ油は、使用後はろ過し、足りない分は次回継ぎ足して使用しています。汚れ具合を見て廃油にしています。次の揚げ物も、同じ油を使用しますので、重度のアレルギーの方は、前回の揚げ物の内容にご注意ください。
- ・麺類は、そばが原材料には入りませんが、同じ工場ですばを使用した製品を製造しています。麺類はそばが混入する可能性もあるので、重度のそばアレルギーの方は避けてください。
- ・パンや麺類は、たまごが原材料には入りませんが、製造工場ではたまごを使用した製品を製造しています。
- ・魚介エキスが調味料や加工食品に含まれているものもあります。詳しくはお問い合わせください。
- ・給食センターでは、現在、除去食等の提供はしておりません。すべての食材を同じ調理場内で取り扱っていますので、重度のアレルギーの方はご注意ください。
- ・アレルギー物質が原材料に入らなくても、同じ工場アレルギー物質を含む製品を製造している場合があります。献立表には特に記載していませんので、重度のアレルギーの方は、お問い合わせください。
- ・この献立表は、コンタミ(※)については特に表示していません。

※コンタミ:コンタミネーションの略で、原材料には使用していないが、食物アレルギーとなる食材が、意図せず、ごく微量に混入してしまうこと。

★ 詳しくは南学校給食センター（0550-78-6689）までお問い合わせください。

