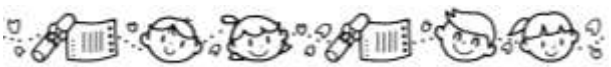


2019 年度 3 月分 学校給食予定献立表（アレルギー用）



※○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<br>曜<br>日 | こんだて               | 卵     | 乳<br>乳製品 | 小麦                  | そば | 落花生<br>ナッツ類 | 大豆              |          | ごま            | 鶏肉<br>牛肉 | えび<br>かに                | いか<br>たこ | 魚   | 貝類                  | 米             | 野菜             | やまいも<br>さといも | 果物                            | 調味料類  | 備考   |
|-------------|--------------------|-------|----------|---------------------|----|-------------|-----------------|----------|---------------|----------|-------------------------|----------|---|---------------------|---------------|----------------|--------------|-------------------------------|---|--|
|             |                    |       |          |                     |    |             | 大豆<br>大豆製品      | 豆乳       |               |          |                         |          |   |                     |               |                |              |                               |   |  |
| 2<br>月      | うどん                |       |          | ○                   | ▲  |             |                 |          |               |          |                         |          |   |                     |               |                |              |                               |   | ▲めん工場では、[そば]も製造しています。                        |
|             | カレーうどんつゆ           |       |          | カレー南蛮の<br>素         |    |             | 油揚げ<br>チャツネ     |          |               | 鶏肉       |                         |          | なると(すけとうだ<br>ら、いとよりだい)<br>カレー南蛮の素(か<br>つおエキス)       |                     |               |                |              | チャツネ(りんご、<br>レモン、レーズン)        | 大豆油<br>だし汁<br>エブリイカレールウ<br>しょうゆ   |  |
|             | ぎゅうにゅう             |       | ○        |                     |    |             |                 |          |               |          |                         |          |   |                     |               |                |              |                               |   |  |
|             | にんじんしりしり           | 炒りたまご |          | 炒りたまご               |    |             | 炒りたまご           |          |               |          |                         |          | まぐろ<br>炒りたまご(かつお<br>節エキス)<br>かつおだし(かつお<br>節、かつおエキス) |                     |               |                |              |                               | しょうゆ<br>大豆油   |  |
|             | じゃこと大豆の揚げ煮         |       |          |                     |    |             | 大豆              |          |               |          | ▲かたくちい<br>わし(えび、<br>かに) |          | かたくちいわし<br>▲かたくちいわし(魚<br>介類)                        |                     |               |                |              |                               | 大豆油<br>しょうゆ   | ▲かたくちいわしは、えび、かに、<br>魚介類が混ざる漁法で採取してい<br>ます。   |
| 3<br>火      | ごてんばコシヒカリごはん／合わせ酢  |       |          |                     |    |             |                 |          |               |          |                         |          |   |                     | ○             |                |              |                               |   |  |
|             | ちらしずしの具            |       |          |                     |    |             |                 |          |               |          |                         |          | まぐろ   |                     |               |                |              |                               | 大豆油<br>だし汁<br>しょうゆ  |  |
|             | ぎゅうにゅう<br>赤魚の西京焼き  |       | ○        |                     |    |             | ○               |          |               |          |                         |          | 赤魚  |                     |               |                |              |                               |   |  |
|             | すまし汁               |       |          |                     |    |             | 豆腐<br>かまぼこ      | かまぼ<br>こ |               |          |                         |          | かまぼこ(すけとうだ<br>ら)                                    |                     |               |                |              |                               | だし汁<br>しょうゆ   | すけとうだらのすり身に、にんじん<br>と豆乳を加えた丸型のかまぼこを<br>使います。 |
|             | ひなまつりデザート          |       |          |                     |    |             | ○               | ○        |               |          |                         |          |   |                     |               |                |              | もも<br>りんご                     |   | ももゼリー、豆乳ゼリー、りんごゼ<br>リーの3種類が層になっています。         |
| 4<br>水      | 黒糖入り角型食パン          |       | ○        | ○                   |    |             |                 |          |               |          |                         |          |   |                     |               |                |              |                               |   | 食パンに黒糖が練りこまれています。                            |
|             | ぎゅうにゅう             |       | ○        |                     |    |             |                 |          |               |          |                         |          |   |                     |               |                |              |                               |   |  |
|             | 鶏肉のオニオンマスタードソース    |       | バター      |                     |    |             |                 |          |               | 鶏肉       |                         |          |   |                     |               |                |              | マスタード(レモン)                    | 白ワイン<br>コンソメ<br>しょうゆ<br>大豆油<br>コンソメ<br>しょうゆ<br>大豆油<br>ブイヨン<br>スープストック<br>白ワイン<br>しょうゆ | 焼いた鶏肉の上に、マスタードやパ<br>ターで作ったソースをかけます。          |
|             | キャベツとマカロニのソテー      |       |          | マカロニ                |    |             |                 |          |               |          |                         |          |   |                     |               |                |              |                               |   |  |
|             | ポトフ                |       |          |                     |    |             |                 |          |               |          |                         |          |   |                     |               | セロリー           |              |                               |   |  |
| 5<br>木      | ごてんばコシヒカリごはん       |       |          |                     |    |             |                 |          |               |          |                         |          |   |                     | ○             |                |              |                               |   |  |
|             | ぎゅうにゅう<br>シュウマイ    |       | ○        | ○                   |    |             |                 |          |               |          |                         |          |   |                     |               |                |              |                               |   |  |
|             | チンジャオロースー          |       |          | オイスター<br>ソース        |    |             | オイスターソー<br>ス    |          |               | 牛肉       |                         |          |   | オイスターソース<br>(かきエキス) |               |                |              |                               | 大豆油<br>しょうゆ<br>大豆油<br>チンタン<br>中華スープ<br>しょうゆ   | おこげが1人1袋つきます。                                |
|             | 海鮮おこげスープ           |       |          |                     |    |             |                 |          |               | 鶏肉       | えび                      | いか       | なると(すけとうだ<br>ら、いとよりだい)                              |                     | おこげ(もち<br>米)  | もやし            |              |                               |   |  |
|             |                    |       |          |                     |    |             |                 |          |               |          |                         |          |   |                     |               |                |              |                               |   |  |
| 9<br>月      | 麦ごはん               |       |          |                     |    |             |                 |          |               |          |                         |          |   |                     | ○             |                |              |                               |   |  |
|             | チキンカレー             |       | 脱脂粉乳     |                     |    |             | チャツネ            |          |               | 鶏肉       |                         |          |   |                     | カレールウ<br>(米粉) | カレールウ(ト<br>マト) |              | りんご<br>チャツネ(りんご、<br>レモン、レーズン) | 大豆油<br>コンソメ<br>赤ワイン<br>ケチャップ<br>中濃ソース<br>エブリイカレールウ<br>ハイクレードカレールウ<br>しょうゆ             |  |
|             | ぎゅうにゅう<br>いかリングフライ |       | ○        | ○                   |    |             | ○               |          |               |          |                         | いか       |   |                     |               |                |              |                               | 大豆油<br>しょうゆ   |  |
|             | ツナソテー              |       |          |                     |    |             |                 |          |               |          |                         |          | まぐろ   |                     |               |                |              |                               |   |  |
|             | いちごゼリー             |       |          |                     |    |             |                 |          |               |          |                         |          |   |                     |               |                |              | いちご<br>クランベリー                 |   |  |
| 10<br>火     | ごてんばコシヒカリごはん       |       |          |                     |    |             |                 |          |               |          |                         |          |   |                     | ○             |                |              |                               |   |  |
|             | キムタクごはんの具          |       |          | 白菜キムチ<br>大根つぼ漬<br>け |    |             | 白菜キムチ<br>大根つぼ漬け |          | 白菜キムチ<br>(ごま) |          |                         |          | 白菜キムチ(かつお<br>節エキス、魚醤)                               |                     |               |                |              | 白菜キムチ(りん<br>ご)                | 大豆油<br>しょうゆ   |  |
|             | ぎゅうにゅう             |       | ○        |                     |    |             |                 |          |               |          |                         |          |   |                     |               |                |              |                               |   |  |
|             | ししゃもの電田揚げ          |       |          | ○                   |    |             | ○               |          |               |          |                         |          | ししゃも<br>魚介エキス                                       |                     |               |                |              |                               | 大豆油   |  |
|             | 根菜のごまみそ汁           |       |          |                     |    |             | 豆腐              |          | ごま            | 鶏肉       |                         |          |   |                     |               |                | さといも         |                               | 大豆油<br>だし汁<br>みそ  | みそ汁に、すりごまと練りごまが<br>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   |
|-----|--------------------|---|---------------------|-------|----|---------|-----------|--|-----------|------|--|------|---|----|----------|---------------|----------|------|--|--|
| 11  | 角型食パン              |   | ○                   | ○     |    |         |           |  |           |      |  |      |   |    |          |               |          |      |  |  |
|     | チョコクリーム            |   | ○                   |       |    | カカオココア  |           |  |           |      |  |      |   |    |          |               |          |      |  |  |
|     | ぎゅうにゅう             |   | ○                   |       |    |         |           |  |           |      |  |      |   |    |          |               |          |      |  |  |
|     | かぼちゃオムレツ           | ○ |                     | ○     |    |         | ○         |  |           | 鶏肉   |  |      | かつおだし   |    |          | かぼちゃ          |          | りんご  |  |  |
|     | もやしのガーリックソテー       |   |                     |       |    |         |           |  |           |      |  |      |   |    |          | もやし           |          |      | 大豆油<br>しょうゆ<br>コンソメ                        |  |
| 水   | ビーンズポタージュ          |   | 牛乳<br>脱脂粉乳<br>生クリーム |       |    |         |           |  |           |      |  |      |   |    |          |               |          |      | 大豆油<br>ブイヨン<br>スープストック<br>ベシャメルソース<br>白ワイン |  |
| 12  | 赤飯 / ごま塩           |   |                     |       |    |         |           |  | ごま        |      |  |      |   |    | ○<br>もち米 |               |          |      |  | 1食用のごま塩がつきます。  |
|     | ぎゅうにゅう             |   | ○                   |       |    |         |           |  |           |      |  |      |   |    |          |               |          |      |  |  |
|     | フライドチキン            |   |                     | ○     |    |         | ○         |  |           | 鶏肉   |  |      |   |    | 米粉       |               |          |      | 大豆油  |  |
|     | 塩だれキャベツ            |   |                     |       |    |         |           |  | ごま<br>ごま油 |      |  |      |   |    |          |               |          |      | しょうゆ                                       | キャベツなどの野菜を、ごま、ごま油、しょうゆなどで和えます。                       |
|     | お祝いすまし汁            |   |                     |       |    |         | 豆腐        |  |           |      |  |      | かまぼこ(すけそう<br>だら)                                      |    |          | かまぼこ(トマ<br>ト) |          |      | しょうゆ<br>だし汁                                | 桜の形をしたかまぼこが入ります。                                     |
| 木   | お祝いデザート            | ○ | ○                   | ○     |    |         | ○         |  |           |      |  |      |   |    |          |               |          | いちご  |  | クリームといちごジャムを挟んだ<br>ロールケーキです。                         |
| 13  | マーガリン入りバターロール型パン   |   | ○<br>マーガリン          | ○     |    |         |           |  |           |      |  |      |   |    |          |               |          |      |  | ロールパンにマーガリンが練りこま<br>れています。                           |
|     | ぎゅうにゅう             |   | ○                   |       |    |         |           |  |           |      |  |      |   |    |          |               |          |      |  |  |
|     | ホキフライ              |   |                     |       |    |         |           |  |           |      |  |      | ホキ<br>魚醤  |    | 米粉       |               |          |      |  |  |
|     | こふきいも              |   |                     |       |    |         |           |  |           |      |  |      |   |    |          |               |          |      |  |  |
|     | ラビオリのトマト煮          |   | 粉チーズ                | ラビオリ  |    |         |           |  |           |      |  |      |   |    |          | セロリー<br>トマト   |          |      | トマトピューレ<br>赤ワイン<br>ブイヨン<br>コンソメ<br>大豆油     | ラビオリは、豚肉や玉ねぎで作った<br>具を、パスタ生地 of 皮で包んだ料<br>理です。       |
| 金   |                    |   |                     |       |    |         |           |  |           |      |  |      |   |    |          |               |          |      |  |  |
| 16  | 中華めん               |   |                     | ○     | ▲  |         |           |  |           |      |  |      |   |    |          |               |          |      |  | ▲めん工場では、[そば]も製造して<br>います。                            |
|     | ちゃんぽんスープ           |   |                     |       |    |         | ラーメンスープの素 |  | ごま油       |      | えび                                     | いか   | かまぼこ(すけとうだ<br>ら、えそ、ぐち、ちり<br>めん)<br>ラーメンスープの素(か<br>つお) |    |          | もやし           |          |      | 大豆油<br>しょうゆ                                |  |
|     | ぎゅうにゅう             |   | ○                   |       |    |         |           |  |           |      |  |      |   |    |          |               |          |      |  |  |
|     | 棒ぎょうざ              |   |                     | ○     |    |         | ○         |  |           |      |  |      | 魚醤  |    |          |               |          |      | 大豆油  | 細長い棒の形をしたぎょうざです。                                     |
|     | チンゲンサイのソテー         |   |                     |       |    |         |           |  | ごま油       |      |  |      |   |    |          |               |          |      | しょうゆ                                       |  |
| 月   |                    |   |                     |       |    |         |           |  |           |      |  |      |   |    |          |               |          |      |  |  |
| 17  | ごてんばコシヒカリごはん/味付けのり |   |                     | 味付けのり |    |         | 味付けのり     |  |           |      | 味付けのり<br>(えび)<br>▲味付けの<br>り(えび、か<br>い) |      | 味付けのり(かつお)  |    | ○        |               |          |      |  | ▲のりは、えび、かにの生息してい<br>る海域で採取されています。<br>1食用の味付けのりがつきます。 |
|     | ぎゅうにゅう             |   | ○                   |       |    |         |           |  |           |      |  |      |   |    |          |               |          |      |  |  |
|     | ちゃんちゃん焼きオムレツ       | ○ | ○                   | ○     |    |         | ○         |  |           |      |  |      | 鮭<br>かつおだし  |    |          |               |          |      |  | 鮭や野菜をみそで味付けしたちゃ<br>んちゃん焼きを、卵で包んだオムレ<br>ツです。          |
|     | 水掛菜とベーコンのソテー       |   |                     |       |    |         |           |  |           |      |  |      |   |    |          |               |          |      |  |  |
|     | けんちん汁              |   |                     |       |    |         | 豆腐        |  | ごま油       |      |  |      |   |    |          |               | さといも     |      | 大豆油<br>しょうゆ<br>だし汁<br>しょうゆ                 |  |
| 火   | でこぼん               |   |                     |       |    |         |           |  |           |      |  |      |   |    |          |               |          | でこぼん |  |  |

【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 | ハイグレードカレールウ | 小麦、乳、大豆、トマト<br>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<br>魚醤パウダー、鶏肉 | ケチャップ   | トマト           | ｸﾗｽ付 中濃ソース  | りんご、トマト | ベシャメルソース    | 乳、大豆、小麦<br>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 | エブリイカレールウ   | 小麦、大豆                       |         |           |         |         |

- ・ いくらは、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。

