令和 5 年度　　10月分　　学校給食予定献立表（アレルギー用）

★6月分より、令和5年度アレルギー調査の結果に基づいて記載しています。表示食品が変更している部分がありますので、ご確認ください。
（変更点：ごぼう、しめじ⇒表示なし）
※○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 大豆 大豆製品	大豆 豆乳	ごま	鶏肉 牛肉 豚肉	えび かに	いか たこ	魚	野菜	やまいも さといも	果物	キシリトール	調味料類	備考
2 月	ごてんばコシヒカリごはん																		
	ハヤシライスソース		生ｸﾘｰﾑ	デミグラスソース			デミグラスソース			豚肉 デミグラスソース （鶏肉、豚肉）				デミグラスソース （トマト）				大豆油 トマトピューレ コンソメ ハヤシフレーク ウスターソース 赤ワイン しょうゆ デミグラスソース（赤ワイン）	
	ぎゅうにゅう		○																
	イタリアンサラダ			ドレッシング			ドレッシング			ドレッシング （鶏肉、豚肉）						ドレッシング （りんご）			野菜をイタリアンドレッシングで和えます。
	手作りりんごカスタードパイ	カスタードクリーム	パイシート カスタードクリーム	パイシート			パイシート カスタードクリーム									りんご			パイ生地にりんごのシロップ漬とｶｽﾀｰﾄﾞクリームをのせて焼いてあります。
3 火	ごてんばコシヒカリごはん																		
	ぎゅうにゅう		○																
	あじのから揚げ薬味ソースがけ												あじ					大豆油 しょうゆ	片栗粉をつけて、揚げたあじに根深ねぎ、にんにく、しょうが、しょうゆ、砂糖、酢などで作られたタレをかけます。
	にらもやし炒め								ごま油	ハム（豚肉）				もやし				中華スープ しょうゆ	
	うずら卵入りわかめスープ	うずら卵					ねぎ油						なると（すけそうたら、いとよりだい）					チンタン 中華スープ しょうゆ	
4 水	黒糖入り角型食パン		○	○															黒糖が練り込まれたパンです。
	ぎゅうにゅう		○																
	メンチカツ			○			○			豚肉 鶏肉								大豆油	
	ベーコンと野菜のソテー									ベーコン（豚肉）								しょうゆ	
	きのこポタージュ		牛乳 脱脂粉乳 生クリーム							鶏肉								大豆油 白ワイン コンソメ ベシャメルソース	
5 木	ごてんばコシヒカリごはん																		
	ぎゅうにゅう		○																
	鶏肉のねぎだれがけ								ごま油	鶏肉								しょうゆ	焼いた鶏肉に、根深ねぎ、ごま油、にんにく、砂糖、しょうゆなどで作られたタレをかけます。
	もやしのごま酢あえ								ごま					もやし				しょうゆ	野菜をしょうゆ、砂糖、酢、ごまなどで和えます。
	豆腐のみそ汁						豆腐 油揚げ											みそ だし汁	
	ごてんばこめこババロア						○	○											ごてんばコシヒカリの米粉を使って作ったババロアです。
6 金	ナン		○	○															
	ドライカレー		粉チーズ							豚肉						りんご		大豆油 エブリィカレールウ ハイグレードカレールウ ケチャップ 中濃ソース 赤ワイン しょうゆ	
	ぎゅうにゅう		○																
	フライド磯ポテト										▲青のり （えび、かに）							大豆油	▲青のりはえび、かにが生息する海域で収穫された原料を使用しています。
	チキンと野菜のスープ									鶏肉								大豆油 ブイヨン コンソメ 白ワイン	
10 火	ごてんばコシヒカリごはん																		
	ぎゅうにゅう		○																
	さばのスタミナ焼き			○			○		○				さば、魚醤			りんご			さばを、りんごやごま油、にんにく、砂糖、ごまなどの調味料で下味して焼きます。
	筑前煮									鶏肉			ちくわ（すけそうたら、いとよりだい、きんときだい、さんま）					大豆油 しょうゆ だし汁	
	キャベツのみそ汁						豆腐 油揚げ											だし汁 みそ	

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 大豆製品	大豆 豆乳	ごま	鶏肉 牛肉 豚肉	えび かに	いか たこ	魚	野菜	やまいも さといも	果物	キシリトール	調味料類	備考
11	角型食パン		○	○															
	メイプルジャム																		
	ぎゅうにゅう		○																
	かぼちゃコロッケ			○			○											大豆油	
	ハムとキャベツのソテー									ハム（豚肉）								しょうゆ	
水	ラビオリのトマト煮			ラビオリ						ウィンナー（豚肉） ラビオリ（豚肉）				トマト セロリー				トマトピューレ 赤ワイン ブイヨン コンソメ 大豆油	ラビオリは、豚肉や玉ねぎなどの具材を皮で包んだパスタです。トマトソースで煮込みます。
12	ごてんばコシヒカリごはん																		
	ぎゅうにゅう		○																
	豚肉と厚揚げのピリ辛炒め			白菜キムチ			厚揚げ 白菜キムチ		白菜キムチ	豚肉 白菜キムチ （豚肉＝ゼラチン）			白菜キムチ （かつお節エキス、魚醤）	もやし		白菜キムチ （りんご）		大豆油 しょうゆ みそ 中華スープ	
	中華コーンスープ	鶏卵							ごま油									中華スープ チンタン しょうゆ	
	ミニ白ごまプリン	○	○				○		○										
木																			
13	ごてんばコシヒカリごはん																		
	ぎゅうにゅう		○																
	鮭メンチ	○		○			○			豚肉＝ゼラチン			さけ					大豆油	
	つきこんにゃくの炒め煮								ごま油	豚肉								大豆油 しょうゆ	
	どさんこ汁		バター															だし汁 みそ	じゃがいもやとうもろこしなどの具材とバターが入ったみそ味の汁物です。
金																			
16	ごてんばコシヒカリごはん																		
	ぎゅうにゅう		○																
	鶏肉とさつまいもの揚げ煮						枝豆			鶏肉								大豆油 しょうゆ	
	もやしのみそ汁						豆腐 油揚げ							もやし				みそ だし汁	
	ミニピーチゼリー															もも			
月																			
17	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						
	ホイコーロー			テンメンジャン			コチュジャン テンメンジャン			豚肉								大豆油 しょうゆ みそ	
	なめこと卵の中華スープ	鶏卵					豆腐 ねぎ油						なると（すけそうたら、いとよりだい）					中華スープ チンタン しょうゆ	
火																			
18	角型食パン		○	○															
	ブルーベリージャム															ブルーベリー			
	ぎゅうにゅう		○																
	ハンバーグバーベキューソース						ハンバーグ			ハンバーグ（鶏肉、豚肉）				ハンバーグ（トマト）		りんご レモン		しょうゆ 白ワイン	
	もやしのガーリックソテー									ハム（豚肉）				もやし				大豆油 しょうゆ コンソメ	
水	鶏肉のカレークリーム煮		牛乳 生クリーム 脱脂粉乳							鶏肉								大豆油 ベシャメルソース コンソメ 白ワイン	
19	ごてんばコシヒカリごはん																		
	ぎゅうにゅう		○																
	さわらのみそマヨ焼き						マヨネーズ						さわら					白ワイン みそ	さわらに、玉ねぎとえのきたけ、ノンエッグのマヨネーズ、みそを合わせた具をのせて焼いています。
	和風ソテー										▲さつまあげ （えび、かに）		さつまあげ（たら、いとより、えそ） かつおだし（かつお節、かつお節エキス、かつおエキス）	もやし				大豆油 しょうゆ	▲さつまあげは、えび、かにを食べている魚を使用しています。
	肉団子のみぞれ汁	肉団子	肉団子	肉団子			油揚げ 肉団子			肉団子（鶏肉）								だし汁 しょうゆ	
木																			

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 大豆製品	大豆 豆乳	ごま	鶏肉 牛肉 豚肉	えび かに	いか たこ	魚	野菜	やまいも さといも	果物	キシリトール	調味料類	備考
20	玄米入りうずまき型パン		○	○															玄米が練り込まれたパンです。
	ぎゅうにゅう		○																
	豆腐のミートグラタン		チーズ	デミグラスソース			豆腐 デミグラスソース			豚肉 デミグラスソース （鶏肉、豚肉）				トマト デミグラスソース（トマト）				赤ワイン 大豆油 ケチャップ デミグラスソース（赤ワイン）	
	キャベツとコーンのソテー									ベーコン（豚肉）								しょうゆ	
	チキンとポテトのスープ									鶏肉								大豆油 しょうゆ 白ワイン ブイヨン スープストック	
金																			
23	中華めん			○	▲														▲麺工場では、【そば】も製造しています。
	しょうゆラーメンスープ			焼き豚			ねぎ油			豚肉 焼き豚（豚肉）			なると（すけそうたら、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		○																
	春巻き			○			○		○	豚肉								大豆油	
	ナムル			ドレッシング			ドレッシング		ドレッシング	ドレッシング（鶏肉、豚肉）				もやし					野菜をナムルドレッシングで和えます。
月																			
24	ごてんばコシヒカリごはん																		
	鶏たまそぼろ	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		○																
	富士山コロッケ			○			○			鶏肉 豚肉								大豆油	
	野菜のみそ汁						油揚げ							もやし				だし汁 みそ	
火																			
25	ごてんばコシヒカリごはん																		
	ぎゅうにゅう		○																
	静岡おでん	うずら卵					がんもどき			鶏肉			黒はんぺん （さば、いわし） ミニちくわ（すけそうたら、いとよりだい） だし粉（さば、煮干し）		さといも			大豆油 しょうゆ とりがらスープ だし汁	
	野菜の塩ダレあえ								ごま ごま油					もやし				しょうゆ	野菜をごま、ごま油、しょうゆ、昆布だしで和えます。
	みかん															みかん			
水																			
26	ごてんばコシヒカリごはん																		
	ぎゅうにゅう		○																
	焼きつくね									鶏肉 豚肉＝豚脂			かつお節						
	ハムともやしの炒め物								ごま油	ハム（豚肉）			かつおだし（かつお節、かつお節エキス、かつおエキス）	もやし				しょうゆ	
	親子煮	鶏卵					高野豆腐			鶏肉			なると（すけそうたら、いとよりだい）					しょうゆ だし汁 大豆油	
木																			
27	揚げパン 【御殿場南小、朝日小】		○	○														大豆油	南小、朝日小のみ揚げパンです。 ロールパンを揚げて、きび砂糖をまぶします。
	メロンパン【富士岡小、神山小、東小、中学】	○	○	○			○												富士岡小、神山小、東小、中学校のみメロンパンです。パンにメロンパンの生地をのせて焼きます。
	ぎゅうにゅう		○																
	豚肉と豆の煮込み									豚肉				トマト				大豆油 赤ワイン スープストック ブイヨン ケチャップ トマトピューレ	
	コールスローサラダ	ドレッシング					ドレッシング									ドレッシング （レモン）			野菜をコールスロードレッシングで和えます。
金	ヨーグルト		○							豚肉＝ゼラチン									
30	ごてんばコシヒカリごはん																		
	ぎゅうにゅう		○																
	さばの塩こうじ焼き												さば						
	肉じゃが									豚肉	▲さつまあげ （えび、かに）		さつまあげ（たら、いとより、えそ）					大豆油 だし汁 しょうゆ	▲さつまあげは、えび、かにを食べている魚を使用しています。
	なめこと大根のみそ汁						豆腐											みそ だし汁	
月																			

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 大豆製品	大豆 豆乳	ごま	鶏肉 牛肉 豚肉	えび かに	いか たこ	魚	野菜	やまいも さといも	果物	キシリトール	調味料類	備考
31	ごてんばコシヒカリごはん																		
	ポークカレー		脱脂粉乳				チャツネ			豚肉						りんご チャツネ(りんご、レーズン、レモン)		大豆油 赤ワイン コンソメ ケチャップ 中濃ソース エブリィカレールウ ハイグレードカレールウ しょうゆ	
	ぎゅうにゅう		○																
	ごまドレサラダ	ドレッシング		ドレッシング			ドレッシング		ドレッシング										野菜をごまドレッシングで和えます。
火	ハロウィンデザート						○	○											パンプキンパパロアの上に絞った豆乳クリームがのっています。

【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。

野菜：なす、トマト、もやし、きゅうり、セロリー、オクラについて表示します。

果物：果物全般について表示します。

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

・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、同じ工場でそ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、同じ工場で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。

・練り製品に使用している魚肉すり身は、時期や原料事情により魚種が変わる可能性があります。

★ 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。