

# 令和5年度 12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）

※〇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	乳製品	小麦	そば	落花生 ナッツ類	大豆		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
							大豆 大豆製品	豆乳											
1 金	背割りロールパン		○	○															
	ソーセージのピザソースがけ									ソーセージ(豚肉)				トマト				ケチャップ コンソメ	ソーセージに、マッシュルーム、たまねぎ、トマト、ケチャップなどで味付けしたピザソースをかけてあります。
	ぎゅうにゅう		○																
	チャーمانポテト																		
4 月	中華麺			○	▲														▲麺工場では、【そば】も製造しています。
	みそラーメンスープ		バター	焼き豚 ラーメンスープの 素		ラーメンスープ の素(アーモンド)	ラーメンスープの素		ラーメンスープ の素	豚肉 焼き豚(豚肉) ラーメンスープの素 (豚肉、鶏肉)			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 みそ しょうゆ 中華スープ	
	ぎゅうにゅう		○																
	もやしの中華炒め								ごま油	ハム(豚肉)				もやし				中華スープ しょうゆ	
5 火	紫芋のごま団子	○	○	○			○		○	豚肉=豚脂								大豆油	紫芋のあんが包まれた団子状のもちにごまをまぶしたものを揚げています。
	ごてんばコシヒカリごはん																		
	ぎゅうにゅう		○																
	ちくわ磯辺天ぷら			○			○						▲えび・かに	すけそうたら ぐち				大豆油	▲ちくわの原料の魚はえび・かにを食べ ています。
6 水	野菜のおかか炒め									ハム(豚肉)			かつお節	もやし				大豆油	
	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)					大豆油 しょうゆ だし汁	
	玄米入り山型食パン		○	○															玄米が練り込まれたパンです。
	ぎゅうにゅう		○																
7 木	ポークシチュー		シチュールウ	シチュールウ デミグラスソース			シチュールウ デミグラスソース			豚肉 シチュールウ(豚肉、 鶏肉) 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 スープストック ブイヨン 赤ワイン ケチャップ トマトピューレ ウスターソース デミグラスソース(赤ワイン)	
	ウィンナーとキャベツのソテー									ウィンナー(豚肉)								しょうゆ	
	ミニ豆乳プリン								○										
	ごてんばコシヒカリごはん																		
8 金	ぎゅうにゅう		○																
	さばのみそ煮						○						さば					大豆油 しょうゆ	
	れんこんのきんぴら								ごま ごま油	豚肉								大豆油 しょうゆ	
	かきたま汁	鶏卵											かまぼこ(すけそうたら、ぐ ち、えそ、ちりめん)	もやし				だし汁 しょうゆ	
金	ごてんばコシヒカリごはん																		
	ルーロウファンの具			オイスターソース			厚揚げ オイスターソース		ごま油	豚肉								しょうゆ	豚肉と厚揚げを甘じょっぱいタレで煮込んだ台湾料理です。ごはんにセルフでかけて食べます。
	ぎゅうにゅう		○																
	焼きぎょうざ			○			○			豚肉、鶏肉									
金	具だくさんピリ辛みそスープ			白菜キムチ			白菜キムチ		白菜キムチ	鶏肉 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 パイタン みそ	

日曜日	こんだて	卵	乳製品	小麦	そば	落花生 ナッツ類	大豆		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
							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		○																
	たれメンチカツ			メンチカツ			メンチカツ			メンチカツ (鶏肉、豚肉)							大豆油 しょうゆ	メンチカツに、砂糖、しょうゆ、みりん、酒などで味付けしたたれをかけます。	
	にんじんしりしり	炒り玉子		炒り玉子			炒り玉子						まぐろ 炒り玉子 (かつお節エキス) かつおだし (かつお節、かつおエキス、 かつお節エキス)						
	野菜のみそ汁						豆腐 油揚げ							もやし				だし汁 みそ	
12月	ごてんばコシヒカリごはん																		
	チキンカレー		脱脂粉乳				チャツネ			鶏肉								りんご チャツネ (レモン、レーズン、 りんご)	大豆油 コンソメ 赤ワイン ケチャップ 中濃ソース エブリイカレールウ ハイグレードカレールウ しょうゆ
	ぎゅうにゅう		○																
	まめまめサラダ	ドレッシング		ドレッシング			大豆 枝豆 ドレッシング		ドレッシング										大豆、枝豆、野菜をごまドレッシングで和えます。
	みかん															みかん			
13日	角型食パン		○	○															
	チョコクリーム			○		ココア カカオ	○												
	ぎゅうにゅう		○																
	トマトオムレツ	○					○							トマト		りんご			
	ハムと野菜のソテー									ハム(豚肉)				もやし				しょうゆ	
水	コーンチャウダー		牛乳 脱脂粉乳 生クリーム ポタージュエース コーン	ポタージュエース コーン					鶏肉 ポタージュエースコーン (鶏肉、豚肉)								大豆油 スープストック 白ワイン ペシャメルソース		
14日	ごてんばコシヒカリごはん																		
	ぎゅうにゅう		○																
	マーボー大根			テンメンジャン			大豆 豆腐 テンメンジャン		ごま油	豚肉								大豆油 みそ しょうゆ パイタン	
	えびシューマイ			○							えび		たら						
	白菜の塩昆布和え			塩昆布			塩昆布												はくさいとにんじんを塩昆布で和えます。
木	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。	
15日	黒糖入りねじり型パン		○	○															黒糖が練り込まれたパンです。
	ぎゅうにゅう		○																
	かぼちゃフライ			○			○			豚肉 ベーコン (豚肉)					りんご		大豆油 コンソメ しょうゆ		
	マカロニのソテー			マカロニ														大豆油 コンソメ フィヨン コンソメ しょうゆ	
	野菜と肉団子のスープ	肉団子	肉団子	肉団子			肉団子			肉団子(鶏肉)									
18日	ソフト麺			○	▲														▲麵工場では、【そば】も製造しています。
	ミートソース			デミグラスソース			大豆 デミグラスソース			豚肉 デミグラスソース (豚肉、鶏肉)				トマト デミグラスソース (トマト)				赤ワイン ケチャップ トマトピューレ ハイシフレーク 中濃ソース スープストック デミグラスソース(赤ワイン)	
	ぎゅうにゅう		○																
	手作りツナコーンパイ		パイシート	パイシート			パイシート マヨネーズ						まぐろ			マヨネーズ (レモン)			パイ生地に玉ねぎ、ツナ、とうもろこしをノンエッグのマヨネーズで和えてのせて焼いています。
	海藻サラダ			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(かつお節エ キス)			ドレッシング (りんご・梅肉)			海藻と野菜を青じそドレッシングで和えます。

日曜日	こんだて	卵	乳製品	小麦	そば	落花生ナッツ類	大豆		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	
							大豆 大豆製品	豆乳												
19	コーンピラフ																		とうもろこし、グリーンピース、玉ねぎ、赤ピーマンなどをご飯と一緒に炊き込んであります。	
	チキンクリームソース		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	鶏肉と野菜のクリームソースです。コーンピラフにセルフでかけて食べます。	
	ぎゅうにゅう		○																	
	もみの木ハンバーグ						ハンバーグ		ごま	ハンバーグ(鶏肉、豚肉)				ハンバーグ(トマト)					ハンバーグに、砂糖、しょうゆ、みりん、いりごまなどを使用したたれをかけます。	
	イタリアンサラダ									ドレッシング(豚肉、鶏肉)			ドレッシング(魚醤)							野菜をイタリアンドレッシングで和えます。
火	クリスマスケーキ(チョコレートケーキ)	○	○	○		ココアパウダー カカオ	○												ココア生地のスポンジにチョコレートクリームをはさんだチョコレートケーキです。	
20	ごてんばコシヒカリごはん																			
	ぎゅうにゅう		○																	
	ヤンニョムチキン						コチュジャン			鶏肉								大豆油 ケチャップ	鶏肉にでんぷんをつけて揚げ、にんにくとケチャップ、コチュジャン、砂糖などで味付けしたヤンニョムだれを和えます。	
	野菜の塩ダレ和え								ごま ごま油					もやし					しょうゆ	野菜を、ごま、ごま油、しょうゆなどで作ったたれと和えます。
	わかめスープ						豆腐 ねぎ油						かまぼこ(すけそうたら、ぐち、えそ、ちりめん)					チンタン 中華スープ しょうゆ		
水																				
21	ごてんばコシヒカリごはん																			
	ぎゅうにゅう		○																	
	揚げさばのゆずソースがけ												さば			ゆず		大豆油 しょうゆ	さばにでんぷんをつけて揚げ、しょうゆ、砂糖、ゆず果汁、ゆず皮などを加えたたれをかけます。	
	煮びたし						油揚げ						かつお節						しょうゆ だし汁 だし汁 みそ	
	かぼちゃのみそ汁						豆腐													
木																				

【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
フィヨン	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	エブリイカレールー	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	ク入付 中濃ソース	大豆、トマト、りんご	ハイグレードカレールー	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

- いからは、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確認ください。
- 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いません。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。

- 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。