

予定献立表 (アレルギー)

1、「予定献立表(アレルギー)」には、食品衛生法にさだめられている27品目を表示しています。

特定原材料(表示義務)7品目	特定原材料に準ずるもの(表示を推奨)20品目
えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生	あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、くるみ、ごま、さけ、さば 大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン

2、同一ライン上でのアレルギーの情報を確認したい方は、給食調理場までご連絡ください。

3、西原センターで使用している練り製品類には、卵は使用されていません。 ※使用されている食材には「(卵)」表示がありますのでご確認ください。

4、アーサーもずく、チリメンはエビ、カニ、貝が生息しているところでもとれたものを使用しているため、「エビ、カニ、貝」が混入することがあります。

5、天候や食材材料の都合により、献立の変更や食材を変更することがあります。(※特に葉野菜やくだものは天候や価格によって変動することが多くありますのでご理解ください)

日曜日	曜日	こ ん だ て	主な材料と体内での動き			調味料
			(あか) 血や肉や骨を作る	(きいろ) 働く力や体温となる	(みどり) 体の調子をととのえる	
1	火	ごはん かぼちゃのみそ汁 親子丼 マーヨット	厚揚げ(大豆)、みそ(大豆) 鶏肉、卵	米 三温糖	かぼちゃ、かみゆりのきだけ、長ねぎ たまねぎ、にんにく、しめじ、しいたけ ねぎ、グリーンピース、にんにく マーヨット	削り節 醤油(小麦・大豆)、みりん、酒、 シママース、削り節
2	水	中華麺 しょうゆラーメン (汁・具) パンパンジー 肉まん	豚肉、なると、わかめ 鶏肉 大豆、豚肉 大豆たんぱく	小麦粉、なたね油、還元水あめ ごま油 三温糖、ごま油、ごま 小麦粉、さとう、ラード(豚肉) 植物油脂(ごま)、でんぷん	もやし、キャベツ、にんにく、たけのこ 長ねぎ、にんにく、しょうが きゅうり、大根、小松菜、長ねぎ しょうが 玉ねぎ、ねぎ、しょうが、しいたけ	食塩 削り節、だし昆布、シママース、醤油(小麦・大豆) スープのもと(小麦・大豆・鶏肉・豚肉)、鶏がら 醤油(小麦・大豆) 酢(小麦) 醤油(小麦・大豆)、食塩 乳化剤(大豆)、老酒(小麦)
3	木	お弁当の日				
4	金	五穀ごはん ベジタブルスープ チリコンガン ごまなしミニフィッシュ	ベーコン(豚肉) 赤いんげん豆、大豆、牛肉、豚肉 ウイナー(豚肉)、豚ひー 大豆たんぱく かたくちいわし	米、むぎ、もちぎび、丸麦 黒米、赤米 じゃがいも 三温糖、大豆油 さとう	たまねぎ、ごぼう、にんにく キャベツ、にんにく、パセリ たまねぎ、にんにく、ピーマン、トマト マッシュルーム、にんにく	鶏がら、醤油(小麦・大豆)、ローレル シママース、こしょう チリコンガン(大豆・鶏肉) パプリカ、デミグラス(小麦・鶏肉)、シママース
7	月	ごはん 刺身汁 大根のそぼろ煮 厚焼き玉子	みそ(大豆) 豚肉、大豆たんぱく、大豆 厚揚げ(大豆) 卵	米 ごま 三温糖、でんぷん 大豆油、さとう	冬瓜、ごぼう、人参、ねぎ、しいたけ 大根、にんにく、小松菜	削り節、みりん 醤油(小麦・大豆)、みりん、シママース 削り節 かつお昆布だし、みりん、酢(小麦) 醤油(小麦・大豆)、塩
8	火	ごはん アーサー汁 ヌンターグラー 納豆アンダーヌー	アーサー、豆腐(大豆)、かまぼこ 豚肉、油あげ(大豆)、かまぼこ 納豆(大豆)、みそ(大豆) 豚肉、ツナ(大豆)、かつお節	米 大豆油 アーモンド、三温糖、大豆油	えのき、しょうが 大根、にんにく、しいたけ 小松菜 ねぎ、しょうが	削り節、だし昆布、シママース、醤油(小麦・大豆) 醤油(小麦・大豆)、みりん、酒 シママース、削り節 みりん
9	水	あげパン ABCスープ 野菜のカレーソテー チーズ	脱脂粉乳(乳)、きな粉(大豆) ベーコン(豚肉)、大豆 ツナ(大豆) チーズ(乳)	コッパパン(小麦・乳・大豆) 大豆油、黒糖、アーモンド じゃがいも、マカロニ(小麦) 大豆油 大豆油	たまねぎ、だいこん、にんにく、トマト にんにく ブロッコリー、カリフラワー、キャベツ、しめじ にんにく、玉ねぎ	ウスター(大豆・リンゴ)、チリコンガン、シママース、ローレル 鶏がら、鶏がらスープ(鶏肉)、こしょう 醤油(小麦・大豆)、シママース、こしょう カレー粉
10	木	お弁当の日				
11	金	ごはん ワンダースープ 八宝菜 りんご	ウイナー(小麦・大豆・豚肉・ごま) 豚肉、あさり、いか、えび うずらの卵	米 でんぷん、ごま油 ごま油、大豆油、でんぷん	玉ねぎ、にんにく、にら、長ねぎ しょうが にんにく、しょうが、にんにく 玉ねぎ、きくらげ、たけのこ、白菜 にんにくの芽、りんご	酒、鶏がら、鶏がらスープ(鶏肉)、シママース 醤油(小麦・大豆)、こしょう 酒、醤油(小麦・大豆)、シママース ウスター、豚がらスープ(豚肉・鶏肉・リンゴ)
14	月	黒米ごはん シガムドゥチ フーリチー あまがし 煮こぼし ハヤシライス	豚肉、かまぼこ 麩(小麦・大豆)、卵、かまぼこ ツナ(大豆) 金時豆、緑豆 牛肉	米、黒米 大豆油 さとう、黒糖、むぎ	冬瓜、ごんにやく、しいたけ、 しょうが にんにく、キャベツ、もやし 玉ねぎ、からしな	削り節、醤油(小麦・大豆)、シママース、酒 シママース、醤油(小麦・大豆) 食塩
15	火	ごはん コロコロサラダ ナッツと小魚 ごはん トマトのかきまスープ ホイコーロー れんごんしゅうまい	ひよこ豆、赤いんげん豆 青いんげん豆 かたくちいわし 卵、豆腐(大豆) 豚肉、みそ(大豆) 豚肉、鶏肉、大豆たんぱく 小麦たんぱく、大豆	米、むぎ じゃがいも、小麦粉、大豆油 マーガリン(乳・大豆)、三温糖 さつまいも、三温糖 アーモンド、豚肉の種、さとう、ごま 米 でんぷん 大豆油、三温糖、でんぷん ラード(豚肉)、でんぷん、さとう 小麦粉	玉ねぎ、にんにく、しめじ、トマト マッシュルーム、セリ、グリーンピース、にんにく きゅうり、かぼちゃ、赤ピーマン 枝豆(大豆) トマト、玉ねぎ、チンゲン菜 キャベツ、ピーマン、もやし、人参 長ねぎ、にんにく、しょうが 玉ねぎ、れんごん、しょうが	赤ワイン、パプリカ(小麦・大豆・牛肉) 鶏がらスープ(鶏肉)、ウスター(大豆・リンゴ) デミグラス(小麦・鶏肉)、ブルネーユル シママース、チリコンガン、鶏がら、ローレル シママース、ドレッシング 食塩 醤油(小麦・大豆)、シママース、削り節、鶏がら みりん、酒、醤油(小麦・大豆) ウスター、豆板醤 醤油(小麦・大豆)、食塩、こしょう
17	木	お弁当の日				
18	金	きびごはん さわらど小松菜のみそ汁 もずく丼 紅いもタルト	さわら、豆腐(大豆)、みそ(大豆) もずく、豚肉、豚ひー 大豆たんぱく かんでん、卵	米、もちぎび 三温糖、でんぷん、大豆油 紅いも、さとう、小麦粉、パネ(乳)	小松菜、玉ねぎ にんにく、玉ねぎ、ピーマン、コーン 枝豆(大豆)、にんにく、しょうが	削り節、酒、みりん 醤油(小麦・大豆)、みりん、酒 削り節 食塩
21	月	ごはん あさりのみそ汁 豚肉と野菜のしょうが炒め マーヨット 赤口赤口シューシー きゅうりのウサチ やきいも	あさり、豆腐(大豆) みそ(大豆)、油あげ(大豆) 豚肉 豚肉 わかめ	米 三温糖、大豆油 米、むぎ 三温糖、ごま油 さつまいも	玉ねぎ、小松菜、長ねぎ キャベツ、玉ねぎ、にんにく ピーマン、きくらげ マーヨット しいたけ、にんにく、冬瓜、からしな きゅうり、キャベツ、にんにく	削り節 醤油(小麦・大豆)、みりん、シママース ウスター 削り節、酒、シママース、みりん、醤油(小麦・大豆) 醤油(小麦・大豆)、酢(小麦)
24	木	お弁当の日				
25	金	ごはん 豚肉とわかめのスープ 厚揚げの中巻炒め 甘薯	豚肉、豆腐(大豆)、わかめ 豚肉、厚揚げ(大豆) 甘薯	米 ごま油、でんぷん ごま油、大豆油、でんぷん	しいたけ、玉ねぎ にんにく、たまねぎ、キャベツ、しょうが にんにくの芽、きくらげ、にんにく 甘薯	鶏がら、削り節、醤油(小麦・大豆)、シママース 醤油(小麦・大豆)、みりん、ウスター 削り節
28	月	ごはん ほんべんのすまし汁 切干大根のうま煮	ほんべん(小麦・やまいも・大豆) わかめ 豚肉、昆布、かまぼこ	米 三温糖、大豆油	大根、長ねぎ、みつば にんにく、切干大根、小松菜 ごんにやく	削り節、だし昆布、酒、シママース 醤油(小麦・大豆) 醤油(小麦・大豆)、みりん、酒 削り節、シママース
29	火	アーモンド コッパパン ヌードルスープ ジンジャーサラダ りんご きなこクリーム ごはん チリメン ゴーヤのツナ和え エバのからあげ	脱脂粉乳(乳) 鶏肉、脱脂粉乳(乳) 白いんげん豆 鶏肉 きなこ(大豆) 豚肉、厚揚げ(大豆)、みそ(大豆) ツナ(大豆) エバ	アーモンド、油 小麦粉、ヨーグルト(大豆)、さとう めん(小麦)、小麦粉、生クリーム(乳) マーガリン(乳・大豆)、大豆油 じゃがいも ごま油 大豆油、水あめ、さとう 米 大豆油、さとう 三温糖、ごま でんぷん、小麦粉、大豆油	たまねぎ、セロリ、にんにく、しめじ コーン キャベツ、きゅうり、しょうが りんご 乳化剤(乳・ごま・大豆)	シママース、こしょう、鶏がら 鶏がらスープ(鶏肉)、ローレル 醤油(小麦・大豆) 削り節、シママース 削り節、みりん ドレッシング(小麦・大豆・セリ) 醤油(小麦・大豆)、酢(小麦) シママース
30	水	ごはん チリメン ゴーヤのツナ和え エバのからあげ	豚肉、厚揚げ(大豆)、みそ(大豆) ツナ(大豆) エバ	米 大豆油、さとう 三温糖、ごま でんぷん、小麦粉、大豆油	大根、にんにく、小松菜 ゴーヤ、もやし、きゅうり にんにく、キャベツ	削り節、みりん ドレッシング(小麦・大豆・セリ) 醤油(小麦・大豆)、酢(小麦) シママース