

## 令和2年度11月 詳細献立表（食物アレルギー対応給食）

### ※以下の点にご注意ください※

・ちりめんじゃこやわかめ、ひじきなどの海産物には同じ海域で生息する他の海洋生物（えびやいか、タコなど）が混入している可能性があります。

・揚げ油は同じ油を複数回使用するため、事前に揚げた食材の成分が微量混入することがあります。  
**揚げ油の使用回数は献立名の横に記載していますので、ご確認ください。**

・米酢の代わりに穀物酢、穀物酢の代わりに米酢を使用する場合があります。

・塩、砂糖、酒、でん粉（じゃがいもまたはとうもろこし）、油は本献立表に記載がなくても、調理の状況により追加する場合があります。

・すべての食品は同じ調理場内で扱っているため、意図せず混入する（コンタミネーション）場合があります。

・加工食品等の詳細な原材料は、年間・学期・月の使用食材料表ををご覧ください。  
月の原材料表に記載のある食品名には「月」と表示してあります。

11/2 (月)		11/4 (水)		11/5 (木)		11/6 (金)		11/9 (月)	
わかめご飯 豆乳 白菜の味噌汁 鮭のさざれ焼き ごま和え		セルフ焼きそばパン (米粉パン)(焼きそば) コーヒー豆乳 チンゲンサイと豆腐のスープ マセドアンサラダ		きつね丼 (ご飯)(きつね丼の具) 豆乳 白菜と海藻のサラダ 菊花みかん		ご飯 豆乳 さつま汁 いかのねぎソースかけ【揚げ油①】 きのこわかめのサラダ		コーンピラフ 豆乳 ビーンズチャウダー サーモンのスパイス焼き ツナサラダ	
食品名	純使用g	食品名	純使用g	食品名	純使用g	食品名	純使用g	食品名	純使用g
精白米(慣行)	70.00	米粉スライスパン 16枚入	63.75	精白米(慣行)	70.00	精白米(慣行)	60.00	精白米(慣行)	55.00
月 わかめご飯の素(減塩) 200g	1.50	米粉スライスパン 16枚入	42.50	サラダ油(米) 1.5kg	0.50	大豆飲料 200ml	216.00	ピュアオリーブ油	0.30
大豆飲料 200ml	216.00	米粉スライスパン 16枚入	85.00	鶏もも皮なし小間	20.00	サラダ油(米) 1.5kg	0.50	たまねぎ	10.00
水	110.00	米粉スライスパン 16枚入	106.25	たまねぎ	60.00	しょうが	0.30	白こしょう	0.01
煮干し だし用	2.40	サラダ油(米) 1.5kg	0.75	水	30.00	鶏もも皮なし小間	10.00	食塩	0.40
えのきたけ 1/3カットバラ	10.00	しょうが	0.25	かつお節 厚削り だし用	1.20	ごぼう 洗い	5.00	ホールコーン	10.00
木綿豆腐 300g	20.00	にんにく	0.25	にんじん	10.00	月 糸こんにやく カット	7.00	スープストックチキン(学)	0.30
油揚げ 100g	7.00	豚ばら小間	7.50	こいくちしょうゆ 1.8L	6.30	水	100.00	大豆飲料 200ml	216.00
はくさい	40.00	たまねぎ	12.00	本みりん	2.70	煮干し だし用	2.00	月 ベーコンせん切り(ばら)	5.00
白味噌(減塩)	3.80	にんじん	6.00	上白糖	0.90	にんじん	7.00	たまねぎ	30.00
赤味噌(減塩)	3.80	キャベツ	24.00	油揚げ 100g	40.00	だいごん	15.00	水	50.00
さけ切り身 40g	40.00	緑豆もやし	10.00	でん粉	2.00	木綿豆腐 300g	20.00	スープストックチキン(学)	1.00
さけ切り身 40g	40.00	スープストックチキン(学)	0.50	大豆飲料 200ml	216.00	さつまいも	25.00	にんじん	10.00
さけ切り身 40g	40.00	無着色ウスターソース(学)	1.00	海藻ミックス	1.20	赤味噌(減塩)	3.60	じゃがいも	30.00
さけ切り身 60g	60.00	無着色中濃ソース(学) 300ml	1.00	にんじん	5.00	白味噌(減塩)	3.60	調整豆乳 1L	50.00
月 ノンエッグマヨネーズ 5kg(エッグケア)	4.00	月 中華めん(米粉)	25.00	はくさい	40.00	長ねぎ	5.00	白いんげん豆(ゆで)	15.00
月 粒入りマスタード 90g	2.00	サラダ油(米) 1.5kg	1.00	たまねぎ	4.00	いか切り身 40g	40.00	白いんげん豆ペースト	15.00
食塩	0.10	青のり	0.05	サラダ油(米) 1.5kg	1.00	いか切り身 40g	40.00	食塩	0.40
白こしょう	0.01	大豆飲料(コーヒー味) 200ml	216.00	こいくちしょうゆ 1.8L	1.00	いか切り身 60g	60.00	白こしょう	0.03
米パン粉	6.00	水	110.00	米酢	2.50	清酒	1.00	コーンスターチ	5.00
パセリチップ	0.04	スープストックチキン(学)	1.70	食塩	0.25	食塩	0.10	パセリチップ	0.20
にんじん	5.00	たまねぎ	20.00	白こしょう	0.02	白こしょう	0.10	サーモントラウト切り身 40g	40.00
緑豆もやし	35.00	木綿豆腐 300g	30.00	上白糖	0.16	でん粉	7.00	サーモントラウト切り身 40g	40.00
こまつな	15.00	清酒	1.00	みかん S	30.00	揚げサラダ油	5.00	サーモントラウト切り身 60g	60.00
白すりごま	3.00	こいくちしょうゆ 1.8L	1.00			ごま油	0.50	食塩	0.30
こいくちしょうゆ 1.8L	3.00	白こしょう	0.03			長ねぎ	5.00	白こしょう	0.03
上白糖	2.00	でん粉	1.00			清酒	1.00	白ワイン	2.00
本みりん	2.30	ホールコーン	15.00			こいくちしょうゆ 1.8L	2.50	パプリカパウダー	0.05
白ねりごま	1.00	しょうが	0.50			上白糖	1.10	チリパウダー	0.05
		チンゲンサイ	10.00			水	4.30	ガーリックパウダー	0.05
		長ねぎ	5.00			カットわかめ	1.00	キャベツ	30.00
		ごま油	0.50			キャベツ	25.00	にんじん	5.00
		じゃがいも	30.00			ぶなしめじ バラ	10.00	きゅうり	5.00
		にんじん	7.00			きゅうり	10.00	まぐろ油漬レトルト(フレーク、ライト)	15.00
		月 むき枝豆(冷凍)	8.00			サラダ油(米) 1.5kg	2.50	ピュアオリーブ油	2.80
		まぐろ油漬レトルト(フレーク、ライト)	10.00			こいくちしょうゆ 1.8L	2.00	米酢	1.90
		サラダ油(米) 1.5kg	3.00			米酢	2.50	食塩	0.30
		米酢	2.50			食塩	0.10	白こしょう	0.02
		食塩	0.40			白こしょう	0.02	上白糖	0.20
		白こしょう	0.02			白こしょう	0.16	こいくちしょうゆ 1.8L	0.60
		粉からし	0.02			上白糖		にんにく	0.05
		上白糖	0.16					粉からし	0.02

令和2年度11月 詳細献立表（食物アレルギー対応給食）

11/10 (火)		11/11 (水)		11/12 (木)		11/13 (金)		11/16 (月)		11/17 (火)	
ふりかけご飯 豆乳 厚揚げのそぼろ煮 きんぴらごぼう りんご		ツナおろしスパゲッティ (米粉めん)(おろしソース・刻みのり) 豆乳 キャベツとブロッコリーのサラダ みかん		ご飯 豆乳 かぶと小松菜の味噌汁 鯖の塩焼き 肉じゃが		ターメリックライス 豆乳 カレーシチュー ダイスサラダ みかん		チャーハン 豆乳 白菜の中華スープ 鶏肉のチリソースかけ【揚げ油②】 フルーツ白玉		きびご飯 豆乳 鶏ごぼう汁 鯖の塩こうじ焼き ほうれん草とえのきのりのり和え	
食品名	純使用g	食品名	純使用g	食品名	純使用g	食品名	純使用g	食品名	純使用g	食品名	純使用g
精白米(慣行)	70.00	月 米粉めん(冷凍)	140.00	精白米(慣行)	65.00	精白米(慣行)	70.00	精白米(慣行)	55.00	精白米(慣行)	70.00
ちりめんじゃこ	4.00	ビュアオリーブ油	6.50	大豆飲料 200ml	216.00	ビュアオリーブ油	1.00	米粒麦	5.00	清酒	1.00
清酒	0.90	だいごん	80.00	水	100.00	ターメリックパウダー	0.04	ごま油	0.50	きび	2.00
かつお節糸削り 30g袋	1.25	清酒	2.00	煮干し だし用	2.60	カレー粉 100g	0.04	月 焼き豚せん切り	10.00	大豆飲料 200ml	216.00
本みりん	0.40	こいくちしょうゆ 1.8L	7.00	ぶなしめじ バラ	10.00	食塩	0.40	月 なると(スライス) 160g	5.00	サラダ油(米) 1.5kg	0.50
三温糖	0.12	米酢	2.00	かぶ	30.00	大豆飲料 200ml	216.00	長ねぎ	5.00	しょうが	0.50
こいくちしょうゆ	0.15	三温糖	2.00	油揚げ 100g	10.00	サラダ油(米) 1.5kg	0.50	オイスターソース	1.00	鶏もも皮なし小間	15.00
青のり	0.15	まぐろ油漬レトルト(フレーク、ライト)	40.00	赤味噌(減塩)	3.50	にんにく	0.20	食塩	0.50	ごぼう 洗い	8.00
大豆飲料 200ml	216.00	刻みのり 20g袋	1.00	白味噌(減塩)	3.50	豚かた小間	10.00	白ごしょう	0.03	月 糸こんにやく カット	10.00
サラダ油(米) 1.5kg	0.50	大豆飲料 200ml	216.00	こまつな	10.00	カレー粉 100g	0.10	こいくちしょうゆ 1.8L	0.50	水	110.00
しょうが	0.50	にんじん	5.00	さば切り身 40g	40.00	たまねぎ	50.00	ホールコーン	10.00	煮干し だし用	2.20
鶏もも皮なし挽き	20.00	キャベツ	35.00	さば切り身 40g	40.00	にんじん	15.00	大豆飲料 200ml	216.00	にんじん	7.00
たまねぎ	40.00	ブロッコリー	15.00	さば切り身 40g	40.00	じゃがいも	50.00	サラダ油(米) 1.5kg	0.30	だいごん	15.00
にんじん	10.00	たまねぎ	4.00	さば切り身 60g	60.00	マッシュルーム	10.00	豚かた小間	10.00	木綿豆腐 300g	20.00
干しいたけ(スライス)	1.00	サラダ油(米) 1.5kg	1.00	食塩	0.50	食塩	0.35	にんじん	5.00	白味噌(減塩)	3.40
水	40.00	こいくちしょうゆ 1.8L	1.00	清酒	3.00	白ごしょう	0.03	スープストックチキン(学)	1.50	赤味噌(減塩)	3.40
かつお節 厚削り だし用	1.00	米酢	2.50	サラダ油(米) 1.5kg	0.30	水	50.00	水	110.00	長ねぎ	5.00
大豆ミート(ミンチ)	5.00	食塩	0.25	しょうが	0.30	スープストックチキン(学)	0.50	白ごしょう	0.02	さわら切り身 40g	40.00
上白糖	1.50	白ごしょう	0.02	豚もも小間	15.00	月 無調整豆乳 200ml	10.00	こいくちしょうゆ 1.8L	2.00	さわら切り身 40g	40.00
こいくちしょうゆ 1.8L	6.00	上白糖	0.16	たまねぎ	20.00	大豆(乾)	5.00	はくさい	40.00	さわら切り身 40g	40.00
本みりん	1.50	みかん S	60.00	にんじん	10.00	カレーフレーク(アレルギー用)	8.00	木綿豆腐 300g	20.00	さわら切り身 60g	60.00
清酒	1.00			月 しらたき カット	7.00	無着色ウスターソース(学)	1.00	でん粉	0.96	月 塩こうじ	4.00
生揚げ(さいの目)	80.00			じゃがいも	40.00	無着色中濃ソース(学) 300ml	1.00	しょうが	0.30	ほうれん草	15.00
さやいんげん(生)	4.00			水	8.00		25.00	こまつな	10.00	キャベツ	20.00
でん粉	1.50			本みりん	0.60		15.00	ごま油	0.30	ホールコーン	5.00
サラダ油(米) 1.5kg	1.00			三温糖	1.00		7.00	鶏もも皮なし切り身 40g 開き	40.00	えのきたけ 1/3カット バラ	15.00
切りごぼう きんぴら用	25.00			こいくちしょうゆ 1.8L	2.50		3.00	鶏もも皮なし切り身 40g 開き	40.00	サラダ油(米) 1.5kg	2.00
にんじん	8.00			清酒	0.60		3.00	鶏もも皮なし切り身 40g 開き	40.00	こいくちしょうゆ 1.8L	2.00
月 糸こんにやく カット	15.00			さやいんげん(生)	5.00		1.00	鶏もも皮なし切り身 50g 開き	50.00	米酢	2.00
こいくちしょうゆ 1.8L	3.00						1.00	清酒	1.00	食塩	0.10
上白糖	1.00						0.30	でん粉	5.30	白ごしょう	0.02
本みりん	2.00						0.30	揚げサラダ油	6.00	上白糖	0.16
れんこん L~2L	7.00						0.30	サラダ油(米) 1.5kg	0.10	刻みのり 20g袋	1.00
一味唐辛子	0.01						60.00	にんにく	0.20		
ごま油	0.50							しょうが	0.20		
りんご	40.00							たまねぎ	10.00		
食塩	0.10							水	8.00		
								上白糖	0.80		
								トウバンジャン	0.10		
								トマトケチャップ 285g	5.00		
								こいくちしょうゆ 1.8L	1.00		
								白すりごま	1.00		
								でん粉	0.50		
								白玉もち(冷凍)	25.00		
								水	10.00		
								上白糖	2.00		
								白ワイン	1.00		
								ミックスフルーツ(りんご・桃・パイナップル)	30.00		



令和2年度11月 詳細献立表（食物アレルギー対応給食）

11/27 (金)		11/30 (月)	
シーフード豆乳クリームライス (ターメリックライス)(豆乳クリームソース) 豆乳 キャベツとほうれん草のサラダ 菊花みかん		ご飯 豆乳 かぼちゃの豚汁 鰯の蒲焼き【揚げ油④】 刻み昆布とさつま揚げの炒め煮	
食品名	純使用g	食品名	純使用g
精白米(慣行)	70.00	精白米(慣行)	70.00
ピュアオリーブ油	1.00	大豆飲料 200ml	216.00
ターメリックパウダー	0.08	サラダ油(米) 1.5kg	0.50
サラダ油(米) 1.5kg	1.00	豚もも小間	8.00
鶏もも皮なし小間	10.00	にんじん	8.00
白ごしょう	0.03	だいごん	10.00
にんじん	10.00	かぼちゃ	15.00
たまねぎ	30.00	月 こんにゃく(1.5cm角切り)	10.00
じゃがいも	30.00	水	110.00
水	50.00	煮干し だし用	3.00
スープストックチキン(学)	1.00	油揚げ 100g	4.00
調整豆乳 1L	70.00	赤味噌(減塩)	3.60
食塩	0.60	白味噌(減塩)	3.60
冷凍いか短冊	20.00	長ねぎ	8.00
コーンスターチ	6.00	こまつな	10.00
大豆飲料 200ml	216.00	いわし開き 40g	40.00
にんじん	5.00	いわし開き 40g	40.00
キャベツ	30.00	いわし開き 40g	40.00
ホールコーン	5.00	いわし開き 50g	50.00
ほうれんそう	15.00	清酒	2.00
ピュアオリーブ油	2.80	しょうが	1.00
米酢	1.90	でん粉	8.50
食塩	0.30	揚げサラダ油	5.00
白ごしょう	0.02	こいくちしょうゆ	2.50
上白糖	0.20	本みりん	1.00
こいくちしょうゆ 1.8L	0.60	上白糖	2.00
にんにく	0.05	さんしょうパウダー	0.01
粉からし	0.02	水	8.50
みかん S	30.00	ごま油	0.30
		にんじん	12.00
		刻み昆布 4cmカット	2.00
		さつま揚げ	15.00
		清酒	1.00
		本みりん	1.00
		こいくちしょうゆ 1.8L	1.50
		上白糖	1.00
		水	20.00