

アレルギー用詳細献立表 (予定)

令和7年

小学校 (中学年)

6月6日(金)			6月9日(月)			6月10日(火)			6月11日(水)		
食パン りんごジャム 牛乳 野菜スープ ハンバーグのトマトソース チキンマヨポテト			ご飯 牛乳 もやしのみそ汁 豚肉のしょうが焼 キャバツの塩昆布炒め			ご飯 牛乳 肉団子スープ 豚肉のオイスターソース炒め ブルーベリークレープ			黒砂糖パン 牛乳 クリームシチュー ハーブチキン アスパラとコーンのソテー		
アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量
乳	食パン(小麦粉40/45/50g)	1個	乳	ご飯(精米50/60/70g)	1個	乳	ご飯(精米50/60/70g)	1個	乳	黒砂糖食パン(小麦粉40/45/50g)	1個
果	りんごジャム15g	1個	他	飲用牛乳200ml	1本	乳	飲用牛乳200ml	1本	乳	飲用牛乳200ml	1本
乳	飲用牛乳200ml	1本	他	もやし	15g	肉	にんじん	10g	油	油	0.5g
	オリーブ油	0.5g	他	油揚げ	5g		ミートボール	22g	油	バラベーコン	8g
	ウインナー	6g	他	豆腐	15g		緑豆はるさめ	4g		たまねぎ	30g
	たまねぎ	15g		生わかめ	4g		えのきたけ	8g		にんじん	20g
	にんじん	10g		赤みそ	4.5g		並塩	0.7g		じゃがいも	30g
	キャバツ	20g		白みそ	4.5g	魚他肉	白こしょう	0.02g		並塩	0.7g
	マッシュルーム水煮	8g		かつおだし	2g		中華スープ	1g		白こしょう	0.02g
	並塩	0.6g		水	120g		しょうゆ	0.3g	乳	チキンブイヨン	1g
	白こしょう	0.02g		豚がたコース切身50g	1枚		片栗粉	1g	乳	調理用牛乳	40g
	チキンブイヨン	1g		おろししょうが	0.5g		水	120g	乳	木粉	4g
	しょうゆ	0.3g		しょうゆ	3g		ごまつな	10g	乳	水	80g
	水	120g		酒	1.5g		ごま油	0.5g	乳	生クリーム	8g
麦肉	ハンバーグ50g	1個		水	1g		油	0.5g	肉	若鶏もも 切身50g	1切
他	油	2g		油	1g		おろしにんにく	0.2g	果	オリーブ油	0.5g
	トマトピューレー	8g		油	0.4g		おろししょうが	0.2g	果	白ワイン	2g
	おろしにんにく	0.3g		油	0.4g		豚かた 小間	35g		並塩	0.3g
	並塩	0.3g		油	0.2g		にんじん	10g		黒こしょう	0.02g
	白こしょう	0.01g		油	7g		たけのこ水煮1/4	15g		バジル ミン	0.08g
	三温糖	0.8g		油	0.2g		並塩	0.2g		ローレル粉末	0.08g
他果	中濃ソース	0.3g	魚	和風だしの素	0.2g		三温糖	0.6g		油	2g
	片栗粉	0.4g	麦	塩昆布	0.5g	魚	オイスターソース	1g		油	0.5g
	水	5g		しょうゆ	0.5g		しょうゆ	2g		おろしにんにく	0.2g
	じゃがいも	40g		黒こしょう	0.01g		酒	2g		ウインナー	5g
	油	0.5g	実	白いりごま	0.8g		水	4g		アスパラガス	12g
肉	若鶏もも 皮付 2cm角	20g		ごま油	0.4g		水	4g		さやいんげん	12g
	ホールコーン	5g					水	2g		ホールコーン	20g
	三温糖	2g					酒	2g		並塩	0.2g
	しょうゆ	2g					水	4g		白こしょう	0.01g
	みりん	1g					水	4g		チキンブイヨン	0.1g
	調理用ノンエッグマヨネーズ	8g					水	10g			
						他果	ブルーベリークレープ35g	1個			

メモ

アレルギー用詳細献立表（予定）

令和7年

小学校（中学年）

6月12日(木)			6月13日(金)			6月16日(月)			6月17日(火)		
ご飯 牛乳 かき玉汁 鶏肉の唐揚げ もやしの炒め煮			ご飯 牛乳 チキンカレー グリーンサラダ 中華ドレッシング 桃ゼリー			ご飯 牛乳 肉どんの具 いんげんのごま炒め 冷凍みかん			ゆかりご飯 はっ酵乳(プレーン) 豚汁 さばの塩焼 キャベツとじゃこの炒め物		
アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量
乳	ご飯(精米50/60/70g)	1個	乳	ご飯(精米50/60/70g)	1個	乳	ご飯(精米50/60/70g)	1個	果	ゆかりご飯(精米50/60/70g)	1個
卵	鶏卵	15g	肉	若鶏もも 皮付 2cm角	35g	肉	豚かた 手切	45g	乳	はっ酵乳125ml(ジョア・プレーン)	1本
他	たまねぎ	10g	麦	じゃがいも	50g	他	油	0.4g	他	油	0.5g
	醤油	0.3g	他	トマトケチャップ	3g	魚	さやいんげん	30g	魚	おろししょうが	0.3g
	酒	1g	他	中濃ソース	1g	魚	にんじん	7g	魚	豚かた 小間	30g
	片栗粉	1g	他	並塩	0.1g	魚	にんじん	10g	魚	にんじん	10g
	かつおだし	2g	他	白こしょう	0.03g	魚	しめじ	5g	魚	だいこん	20g
	水	120g	他	水	80g	魚	しょうゆ	2.5g	魚	じゃがいも	30g
	ごまつな	10g	他	キャベツ	35g	魚	三温糖	2g	魚	ごぼう	5g
肉	若鶏もも 切身50g	1切	他	さやいんげん	5g	魚	水	15g	魚	糸こんにゃく	10g
	おろしにんにく	0.3g	他	生わかめ	5g	魚	油	0.4g	魚	ながねぎ	5g
	しょうゆ	3g	他	中華ドレッシング	5g	魚	みりん	1g	魚	並塩	0.1g
	酒	2g	果	桃ゼリー40g	1個	魚	しょうゆ	1g	魚	白みそ	8.5g
	米粉	4g				魚	白いりごま	1g	魚	かつおだし	2g
	片栗粉	4g				魚	冷凍みかん	1個	魚	水	100g
	油	4g							魚	さば薄塩50g	1切
	油	0.3g							魚	油	2g
	豚かた 挽き	10g							魚	油	0.5g
	にんじん	10g							魚	キャベツ	45g
	たまねぎ	15g							魚	ちりめんじゃこ	5g
他	もやし	25g							魚	しめじ	8g
	ピーマン	5g							魚	並塩	0.2g
	しょうゆ	1.5g							魚	白こしょう	0.02g
	並塩	0.1g							魚	しょうゆ	0.5g
	酒	1g									
魚	和風だしの素	0.2g									
	三温糖	1g									

メモ

アレルギー用詳細献立表（予定）

令和7年

小学校（中学年）

6月18日(水)			6月19日(木)			6月20日(金)			6月23日(月)		
バターロールパン 牛乳 パンプキンポタージュ オムレツケチャップソース カラフルゼリーのポンチ			ご飯 牛乳 ハッシュドポーク キャベツとコーンのソテー 冷凍みかん			ご飯 牛乳 すまし汁 いわしのかば焼 国産メンマの炒め煮			マーブル食パン（ココア） ミルクコーヒー ポテトポタージュ たらフライ タルタルソース 小松菜と玉子のソテー		
アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量
卵乳麦	バターロールパン(小麦粉30/35/40g)	1個	乳	ご飯(精米50/60/70g)	1個	乳	ご飯(精米50/60/70g)	1個	乳麦他	ココアマーブル食パン(小麦粉40/45/50g)	1個
乳	飲用牛乳200ml	1本	乳	飲用牛乳200ml	1本	乳	飲用牛乳200ml	1本	乳	ミルクコーヒー200ml	1本
乳	調理用バター	1g	油	油	0.5g	他	豆腐	20g	乳	調理用バター	1g
	バラベーコン	10g		おろしにんにく	0.5g		えのきたけ	8g	乳	ウィンナー	8g
	たまねぎ	20g		豚かた 千切	35g		ながねぎ	5g		たまねぎ	20g
	かぼちゃペースト	20g		並塩	0.2g		生わかめ	4g		にんじん	8g
	並塩	0.6g		白こしょう	0.01g		並塩	0.8g		ポテトペースト	20g
	白こしょう	0.02g		たまねぎ	50g		しょうゆ	0.3g		並塩	0.6g
	チキンピュイオン	1g		にんじん	20g		酒	1g		白こしょう	0.02g
乳	調理用牛乳	40g	他	マッシュルーム水煮	10g	魚	かつおだし	2g	乳	チキンピュイオン	1g
	米粉	2g	他	トマトケチャップ	5g		水	120g	乳	調理用牛乳	40g
乳	水	100g	他	トマトピューレー	5g		いわし40g	1枚		米粉	2g
卵	生クリーム	5g	他	中濃ソース	5g		米粉	4g	乳	水	100g
	オムレツ50g	1個		しょうゆ	2g		片栗粉	4g	乳	生クリーム	5g
	油	0.5g		三温糖	2g		油	4g	麦魚他	たらフライ50g	1個
他	トマトケチャップ	4g		並塩	0.4g		三温糖	2g	他	油	6g
他	中濃ソース	0.3g		白こしょう	0.02g		しょうゆ	3g		タルタルソース8g	1個
他	トマトピューレー	2g		パプリカ粉末	0.05g		みりん	1g		油	0.5g
	みりん	2g		チキンピュイオン	1g		片栗粉	0.4g		バラベーコン	5g
	片栗粉	0.3g		米粉	4g		水	12g		たまねぎ	10g
他	水	3g		油	80g		ごま油	0.5g	卵	炒りたまご	25g
果	カクテルゼリー	30g		油	0.5g		豚かた 千切	10g		並塩	0.2g
果	りんご缶ダイス	20g		バラベーコン	5g		にんじん	8g		白こしょう	0.01g
				キャベツ	40g	魚他肉	中華スープ	0.2g		こまつな	20g
				ホールコーン	8g		メンマ水煮	15g			
				にんじん	10g		三温糖	1g			
				並塩	0.3g		しょうゆ	2g			
			果	白こしょう	0.02g		一味唐がらし	0.01g			
				冷凍みかん	1個		酒	1g			
							並塩	0.2g			

メモ

アレルギー用詳細献立表（予定）

令和7年

小学校（中学年）

6月24日(火)			6月25日(水)			6月26日(木)			6月27日(金)		
わかめご飯 牛乳 春雨スープ あじナゲット(2個) ナムル ナムルドレッシング			ご飯 のりふりかけ 牛乳 生揚げのごま汁 肉じゃが 冷凍みかん			横割り丸パン 牛乳 マカロニスープ ポテトコロッケ ソース コロコロソテー			ご飯 牛乳 ポークカレー ひじき入りサラダ 和風ドレッシング あじさいゼリー		
アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量
	わかめご飯(精米50/60/70g)	1個		ご飯(精米50/60/70g)	1個		横割り丸パン(小麦粉40/45/50g)	1個		ご飯(精米50/60/70g)	1個
乳	飲用牛乳200ml	1本	麦魚実	ふりかけ2.5g	1個	乳	飲用牛乳200ml	1本	乳	飲用牛乳200ml	1本
肉	若鶏もも こま	10g	他	生揚げ	25g	肉	油	0.4g	肉	油	0.8g
	にんじん	10g		にんじん	10g		若鶏もも こま	10g		おろしにんにく	0.5g
	緑豆はるさめ	4g		だいこん	20g		たまねぎ	15g		豚かた 小間	35g
	えのきたけ	10g		白練りごま	4g		にんじん	10g		たまねぎ	50g
	なかねぎ	5g	実	白みそ	9g	麦	シエルマカロニ	5g		にんじん	20g
	並塩	0.6g		しょうゆ	0.3g		マッシュルーム水煮	10g		じゃがいも	50g
	白こしょう	0.02g		かつおだし	2g		並塩	0.7g	麦	カレー粉	17g
	チキンブイヨン	1g		水	120g		白こしょう	0.02g		カレー粉	0.2g
	しょうゆ	0.3g	実	白すりごま	0.8g		チキンブイヨン	1g	他果	トマトケチャップ	3g
	水	120g		油	0.5g		しょうゆ	0.3g	他果	中濃ソース	1g
麦魚他	あじナゲット20g	2個		おろししょうが	0.3g		水	120g		並塩	0.1g
	油	4g		豚かた 小間	20g		こまつな	10g		白こしょう	0.03g
	チンゲンサイ	15g		たまねぎ	15g	麦他	コロッケ50g	1個		水	80g
他	もやし	30g		にんじん	10g	油	クラス付ソニズ	5g		キャベツ	25g
	しめじ	8g		じゃがいも	30g	他果	油	0.5g		さやいんげん	10g
実他肉	ナムルドレッシング	5g		糸こんにゃく	5g		ウィンナー	8g		ホールコーン	8g
				並塩	0.1g		えだまめ	20g		干しひじき	1g
				三温糖	2g	他	ホールコーン	20g		和風ドレッシング	5g
				しょうゆ	3g		並塩	0.3g	果	あじさいゼリー30g	1個
				みりん	1g		白こしょう	0.01g			
			果	冷凍みかん	1個		チキンブイヨン	0.1g			

メモ

アレルギー用詳細献立表（予定）

令和7年 小学校（中学年）

6月30日(月)									
ご飯 牛乳 中華どんの具 春巻 レモンゼリー									
アレルギー	食品名	分量							
	ご飯(精米50/60/70g)	1個							
乳	飲用牛乳200ml	1本							
	油	0.5g							
	おろしんにんにく	0.3g							
	おろししょうが	0.3g							
	豚かた 小間	20g							
	たまねぎ	50g							
	にんじん	15g							
	たけのこ水煮缶詰	12g							
甲	むきえび	15g							
魚	いか短冊	15g							
	酒	2g							
	はくさい	20g							
	並塩	0.8g							
	白こしょう	0.02g							
	しょうゆ	0.3g							
	酒	1g							
魚他肉	中華スープ	1g							
	片栗粉	3.5g							
	水	25g							
	ごま油	0.7g							
麦他	春巻50g	1個							
	油	6g							
他果	レモンゼリー30g	1個							

メモ