



10月 アレルギー用詳細献立表 (小・中共通)

10月9日(月)	10月10日(火)	10月11日(水)	10月12日(木)	10月13日(金)	
ス ポ ー ツ の 日	[ごはん] 精白米・強化米・Ca米	[ごはん] 精白米 強化米 Ca米	[ごはん] 精白米 強化米 Ca米	[わかめごはん] 精白米 混ぜ込みわかめ	
	[牛乳] [カバオライスの具] 豚ひき肉 (冷)豚レバーチップ 玉葱 にんじん 青ピーマン 大豆ミート 大豆白絞油缶 上白糖 料理酒 中華炒めだれ ハーブシーズニング バジル [れんこんサラダ] れんこん水煮・いちょう (冷)ブロッコリー キャベツ (冷)ホールコーン 香りごまドレッシング 醤油 ブチドリップ [中華スープ] 桜島どり肉団子 (Ca・Fe)	[牛乳] [県産鶏のから揚げ] 県産鶏もも肉 (タレ・澱粉) 揚げ油 (大豆)	[牛乳] [いわしの梅煮] 真いわしの梅煮	[牛乳] [チキンカツ] NKR国産鶏肉のチキンカツ 揚げ油 (大豆)	
	にんじん 玉葱 ごぼう 糸こんにゃく (白) 県産干し椎茸 (冷)カット油揚げ ねぎ 中華だし 醤油 料理酒 食塩 黒胡椒	鶏肉 玉ねぎ 粒状植物性たんぱく にんじん パン粉 (乳なし) でんぷん 砂糖 香辛料 食塩 たん白加水分解物 炭酸カルシウム クエン酸第一ナトリウム 水	[冷麺風サラダ] カット春雨 にんじん きゅうり もやし 冷麺スープ 川井友情キムチ (白菜) 純正ごま油	[柚子香和え] きゅうり もやし にんじん はくさい めんつゆ ゆずポン酢	[中華風サラダ] キャベツ にんじん きゅうり カット春雨 上白糖 穀物酢 醤油 純正ごま油 ブチドリップ
	[ブルーベリーゼリー★] ブルーベリーゼリー		[マーボー大根スープ] 豚もも肉 だいこん チンゲン菜 にんじん ねぎ 大豆白絞油缶 中華だし 醤油 上白糖 トウバンジャン テンメンジャン (冷)おろししょうが (冷)おろしにんにく 片栗粉	[ひつつみ] (冷)ひつつみ 若鶏もも肉 にんじん ごぼう (冷)カット油揚げ 生しいたけ ねぎ かつお厚削りパック 醤油 料理酒 みりん風調味料 かつおだし 食塩	[沢煮椀] 豚もも肉 にんじん ごぼう だいこん 県産干し椎茸 なめこ水煮缶 かつお厚削りパック 醤油 料理酒 食塩 黒胡椒
			[梨1/6] 和梨	[りんご1/6] りんご	[いちごクレープ★] フレンズクレープ (いちご)

10月 アレルギー用詳細献立表 (小・中共通)

10月16日(月)	10月17日(火)	10月18日(水)	10月19日(木)	10月20日(金)
[ごはん] 精白米 強化米 Ca米	[丸型コッペパン] 小麦粉 上白糖 ショートニング 脱脂粉乳 パン酵母 食塩 イーストフード ビタミンC	[ごはん] 精白米・強化米・Ca米	[わかめごはん] 精白米 混ぜ込みわかめ	[ごはん] 精白米・強化米・Ca米
[牛乳]	[牛乳]	[牛乳]	[牛乳]	[牛乳]
[カレー風味メンチカツ] レバー入りメンチカツ 揚げ油(大豆)	[トマトソースハンバーグ] 安心逸品ハンバーグCaFe (冷) ソテーオニオン 大豆白絞油缶 (冷) おろしにんにく 中濃ソース トマトケチャップ 上白糖 トマトピューレ ダイストマトソース 水	[麻婆なす] なす 揚げ油(大豆) 豚ひき肉 (冷) 豚レバーチップ 大豆ミート ねぎ 大豆白絞油缶 (冷) おろししょうが (冷) おろしにんにく 上白糖・醤油 赤味噌・食塩 テンメンジャン トウバンジャン 片栗粉 ごま油・フチドリッ [海藻サラダ] すき昆布 塩蔵カットわかめ ぷるぷる寒天 きゅうり キャベツ にんじん 青しそドレッシング 醤油・上白糖 プチドリッ [豆乳ちゃんぼん] 豚もも肉 チャンボン麺 にんじん 玉葱・もやし はくさい チキンピジョン ちゃんぼんスープ コンソメ 豆乳・醤油 食塩・胡椒	[たらフライ] 宮古の真鱈フライ 揚げ油(大豆)	[あんかけ豆腐ハンバーグ] 熟鶏とうふハンバーグ 上白糖 醤油 みりん風調味料 片栗粉 水
[蕎わかめのきんぴら] 蕎わかめ にんじん ごぼう (冷) さつま揚げ 糸こんにゃく(白) 国産だけのこ水煮・乱切り 生しいたけ 上白糖 醤油 純正ごま油 とうがらし(粉) プチドリッ	鶏きも 鶏肉 菜種油 玉ねぎ パン粉(乳なし) 粒状大豆たん白 でんぷん 砂糖 カレー粉 こしょう 水 (衣) パン粉(乳なし) 加工米粉 水	大豆白絞油缶 ねぎ 大豆白絞油缶 (冷) おろししょうが (冷) おろしにんにく 上白糖・醤油 赤味噌・食塩 テンメンジャン トウバンジャン 片栗粉 ごま油・フチドリッ [海藻サラダ] すき昆布 塩蔵カットわかめ ぷるぷる寒天 きゅうり キャベツ にんじん 青しそドレッシング 醤油・上白糖 プチドリッ [豆乳ちゃんぼん] 豚もも肉 チャンボン麺 にんじん 玉葱・もやし はくさい チキンピジョン ちゃんぼんスープ コンソメ 豆乳・醤油 食塩・胡椒	[筑前煮] 若鶏もも肉 れんこん水煮・乱切り 国産だけのこ水煮・乱切り 角切りこんにゃく(白) ごぼう にんじん 生しいたけ 大豆白絞油缶 上白糖 醤油 みりん風調味料 料理酒	[あんかけ豆腐ハンバーグ] 熟鶏とうふハンバーグ 上白糖 醤油 みりん風調味料 片栗粉 水
[なめこのみそ汁] なめこ水煮缶 (冷) カット油揚げ だいこん わらび水煮カット(県産) にんじん パック入り木綿豆腐 ねぎ 煮干しパック もりおか城下町みそ 田舎みそ(赤)	魚肉 でんぷん 砂糖 食塩 植物性たん白 ぶどう糖 調味料(アミノ酸等) キシロース 水 揚げ油(菜種油)	豚肉 鶏肉 たまねぎ 粒状植物性たんぱく 豚脂 難消化性デキストリン 果糖ぶどう糖液糖 でんぷん 粉末状植物性たんぱく ドロマイト ぶどう糖加工品 ポークエキス 発酵調味料 食塩 加工油脂 酵母エキス チキンピジョン 加工でんぷん 水	[たまごスープ] 塩蔵カットわかめ 玉葱 (冷) 県産栄養強化豆腐 (冷) 液卵 銀河きくらげ(スライス) 料理酒 チキンピジョン 中華だし 醤油 食塩 片栗粉	[五目ひじき] ひじき 切干大根 にんじん 糸こんにゃく(白) (冷) むき枝豆 国産大豆水煮 (冷) さつま揚げ かつおだし 上白糖 醤油 みりん風調味料 大豆白絞油缶
[ミニレモンゼリー★] ミニレモンゼリー	[コンソメスープ] 若鶏もも肉 にんじん 玉葱 もやし (冷) ダイスカットポテト チキンピジョン パセリ(乾) コンソメ 醤油 黒胡椒 食塩	小麦粉 小麦たん白 かんすい カロチノイド色素 水	[オレンジ1/6] オレンジ	[大根のみそ汁] だいこん にんじん はくさい パック入り木綿豆腐 塩蔵カットわかめ (冷) カット油揚げ ねぎ 煮干しパック 赤味噌 田舎みそ(赤) いりこだし

10月 アレルギー用詳細献立表 (小・中共通)

10月23日(月)	10月24日(火)	10月25日(水)	10月26日(木)	10月27日(金)
<p>[いろいろごはん] 精白米 五色の花結び</p> <p>[牛乳]</p> <p>[鶏肉の塩こうじ焼き] スチームチキン 玄米塩こうじ 料理酒</p> <p>[ごぼうサラダ] ごぼう きゅうり にんじん 切干大根 (冷) ホールコーン 香りごまドレッシング 醤油</p> <p>[2色のいももち汁] 桜島どり肉団子 (Ca・Fe) にんじん 玉葱 国産だけのこ水煮・干切り 糸こんにゃく(白) 生しいたけ (冷) カット油揚げ おじゃがもちボール おじゃがもちボール (かぼちゃ) ねぎ かつおだし かつお厚削りパック 醤油 食塩</p> <p>[りんご1/6] りんご</p>	<p>[ごはん] 精白米・強化米・Ca米</p> <p>[牛乳]</p> <p>[豚丼の具] 豚もも肉 醤油 料理酒 (冷) おろししょうが 上白糖 大豆白絞油缶 玉葱 (冷) グリンピース 糸こんにゃく(白) 上白糖 醤油</p> <p>かつおだし ブチドリッ [ひじきのサラダ] キャベツ にんじん きゅうり 切干大根 国産大豆水煮 シーガニックひじき 青しそドレッシング 上白糖 ブチドリッ [里芋のみそ汁] にんじん (冷) えのきたけ (冷) 里いも(乱切り) パック入り生揚げ キャベツ ねぎ 煮干しパック 赤味噌 田舎みそ(赤) いりこだし</p> <p>[うめパリッシュ★] うめパリッシュ</p>	<p>[わかめごはん] 精白米 混ぜ込みわかめ</p> <p>[牛乳]</p> <p>[白身魚フライ] 白身魚フライFeCaF 揚げ油(大豆)</p> <p>[ほうれん草のナムル] ほうれんそう きゅうり もやし にんじん 切干大根 上白糖 穀物酢 醤油 純正ごま油 ブチドリッ</p> <p>[貝だくさん汁] 若鶏もも肉 (冷) 県産栄養強化豆腐 にんじん ごぼう だいこん 県産干し椎茸 ねぎ かつお厚削りパック かつおだし 醤油 料理酒 みりん風調味料 純正ごま油 食塩</p> <p>[オレンジ1/6] オレンジ</p>	<p>[麦ごはん] 精白米 米粒麦</p> <p>[牛乳]</p> <p>[オムレツ] プレーンオムレツ</p> <p>[キムチ和え] はくさい きゅうり にんじん だいこん 川井友情キムチ(白菜) 醤油</p> <p>[チキンカレー] 若鶏もも肉 にんじん 玉葱 (冷) ソテーオニオン (冷) ダイスカットポテト (冷) グリンピース 大豆白絞油缶 (冷) おろしにんにく コンソメ カレールーウ 米粉カレールーウ カレーフレーク トマトケチャップ 中濃ソース</p> <p>[グレープフルーツ1/8] グレープフルーツ</p>	<p>[ごはん] 精白米 強化米 Ca米</p> <p>[シヨア(ブルーベリー)]</p> <p>[肉じゃがコロケ] 肉じゃがコロケ 揚げ油(大豆)</p> <p>[なめたけ和え] ほうれんそう もやし キャベツ にんじん 切干大根 めんつゆ なめたけ 醤油</p> <p>[豚汁] 豚もも肉 にんじん (冷) ダイスカットポテト (冷) 県産栄養強化豆腐 糸こんにゃく(白) 生しいたけ ねぎ 大豆白絞油缶 かつおだし 料理酒 醤油 赤味噌</p> <p>[オレンジ1/6] オレンジ</p>

10月 アレルギー用詳細献立表(小・中共通)

10月30日(月)	10月31日(火)	11月1日(水)	11月2日(木)	11月3日(金)
<p>[ごはん] 精白米・強化米・Ca米</p> <p>[牛乳] [油淋鶏] 県産・鶏もも肉(でん粉付)</p> <p>揚げ油(大豆)</p> <p>ねぎ (冷)おろしにんにく (冷)おろししょうが</p> <p>上白糖 醤油 穀物酢 純正ごま油 旨辛たれ</p> <p>[すき昆布のサラダ] すき昆布 きゅうり キャベツ にんじん 切干大根 青しそドレッシング 醤油 上白糖 プチドリップ</p> <p>[根菜汁] (冷)ダイスカットポテト</p> <p>にんじん (冷)カット油揚げ</p> <p>だいこん ごぼう 生しいたけ れんこん水煮・いちょう</p> <p>ねぎ かつお厚削りパック 醤油 料理酒 みりん風調味料 かつおだし 食塩</p> <p>[オレンジ1/6] オレンジ</p>	<p>[ごはん] 精白米 強化米 Ca米</p> <p>[牛乳]</p> <p>[かぼちゃ型ハンバーグ] うす味かぼちゃ型ハンバーグ</p> <p>上白糖 醤油 みりん風調味料 片栗粉 水</p> <p>[ほうれん草のおかか和え] ほうれんそう 切干大根 にんじん もやし 味付きおかか 食塩</p> <p>[じゃがいものみそ汁] (冷)ダイスカットポテト</p> <p>にんじん 玉葱 塩蔵カットわかめ (冷)県産栄養強化豆腐 (冷)カット油揚げ</p> <p>煮干しパック 赤味噌 田舎みそ(赤) いりこだし</p> <p>[ハロウィン大福★] かぼちゃクリームもち</p>	<p>鶏肉 玉ねぎ 豚脂 かぼちゃ 粉末状植物性たんぱく</p> <p>豚肉 水溶性食物繊維 粉末状植物性たんぱく</p> <p>砂糖 ぶどう糖 食塩 酵母エキス ニンニクペースト 香辛料 しょうがペースト 水</p> <p>加工でんぷん セルロース 炭酸カルシウム ピロリン酸第二鉄</p> <p>かつお削り節 醤油 食塩 砂糖 ショートニング 調味料(アミノ酸) くん液 酸化防止剤(ビタミンE) (一部に小麦・大豆を含む)</p>		