

12月 アレルギー用詳細献立表 (小・中共通)

11月27日(月)	11月28日(火)	11月29日(水)	11月30日(木)	11月30日(木)	11月30日(木)	11月30日(木)	11月30日(木)	12月1日(金)	12月1日(金)
								[ごはん] 精白米・強化米・Ca米 [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 プチドリップ [中華スープ] 桜島どり肉団子 (Ca・Fe) 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 [みかん 1/2] みかん	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

12月 アレルギー用詳細献立表 (小・中共通)

12月4日(月)	12月5日(火)	12月6日(水)	12月7日(木)	12月8日(金)
[わかめごはん] 精白米 混ぜ込みわかめ	[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	[麦ごはん] 精白米 米粒麦	[ごはん] 精白米・強化米・Ca米 [牛乳] [油淋鶏] 県産・鶏もも肉(てん粉付) 揚げ油(大豆) ねぎ (冷)おろしにんにく (冷)おろししょうが	[ごはん] 鶏肉 豚肉 たまねぎ 粒状植物性たんぱく でんぷん 粉末状植物性たんぱく 豚脂 難消化性デキストリン 糖類(ぶどう糖、砂糖) 発酵調味料
[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)	[スパゲティ・パスタ] (乾)スパゲティ オリーブオイル 玉葱 にんじん 青ピーマン 生しいたけ 大豆ミート トマトケチャップ トマトピューレ 中濃ソース 上白糖 黒胡椒 醤油	[オムレツ] プレーンオムレツ	鶏もも肉 馬鈴薯澱粉 バターミックス 粉末大豆たん白 食塩 白胡椒 水	[しゅうまい(2個)] 安心逸品焼売(肉) Fe&P
[すき昆布と山菜の炒め煮] すき昆布 (冷)さつま揚げ にんじん 県産山菜ミックス 純正ごま油 醤油 上白糖 みりん風調味料 食塩	鶏さも 鶏肉 パン粉(乳なし) でんぷん 玉ねぎ 粒状大豆たん白 砂糖 カレー粉 胡椒 水 (衣) パン粉(乳なし) 加工米粉 水 菜種油	[つぼ漬け和え] にんじん キャベツ きゅうり つぼ漬け 切干大根	干し大根 異性化液糖 水あめ 醤油 食塩 酵母エキス とうがらし 酸味料 水	[冷麺風サラダ] カット春雨 しょうゆ にんじん きゅうり もやし 本場盛岡冷麺スープ 川井友情キムチ(白菜) 純正ごま油
[生揚げのみそ汁] パック入り生揚げ 豆乳がんも(食物繊維) (冷)ダイスカットポテト キャベツ にんじん だいこん ねぎ 煮干しパック もりおか城下町みそ 田舎みそ(赤) (いりこだし) [みかん 1/2] みかん	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)	[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)グリーンピース 大豆白絞油缶 (冷)おろしにんにく コンソメ 米粉カレールウ カレールウ カレーフレーク トマトケチャップ 中濃ソース	[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	[担々風スープ] 豚ひき肉 にんじん 玉葱 国産大豆水煮 チンゲン菜 (冷)県産栄養強化豆腐 ぶなしめじ (冷)ホールコーン (冷)おろしにんにく 中華だし コチジャン 田舎みそ(赤) 醤油 片栗粉
	[ポトフ] (冷)ダイスカットポテト にんじん 玉葱 だいこん (冷)Feカットウインナー チキンブイヨン コンソメ 食塩 醤油 黒胡椒	[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)グリーンピース 大豆白絞油缶 (冷)おろしにんにく コンソメ 米粉カレールウ カレールウ カレーフレーク トマトケチャップ 中濃ソース	[せんべい汁] にんじん パック入り木綿豆腐 若鶏もも肉 (冷)カット油揚げ 生しいたけ ねぎ 強化かやきせんべい(割れ) かつお厚割りパック かつおだし 醤油 料理酒 みりん風調味料 食塩	白菜 大根 食塩 魚醤油 異性化糖 赤唐辛子 三温糖 重湯 にんにく 根生姜 ねぎ にら
	[オレンジ1/6] オレンジ [キャラメルパテ★] キャラメルパテ	[りんご1/6] りんご	[小麦粉] 小麦粉 コーングリッツ でんぷん 食塩 醤油 ホワイトペッパー	[おさつスティック★] おさつスティック
			[ミニアセロラゼリー★] ミニアセロラゼリー	

12月 アレルギー用詳細献立表 (小・中共通)

12月11日(月)	12月12日(火)	12月13日(水)	12月14日(木)	12月15日(金)	
[ひじきごはん] 精白米 シーガンニックひじき にんじん 糸こんにゃく(白) (冷)むき枝豆 (冷)カット油揚げ かつおだし 上白糖 醤油 みりん風調味料 [牛乳] [いわしのおろし煮] いわしのおろし煮 [かぼちゃのそぼろ煮] (冷)ダイスカぼちゃ (冷)鶏ひき肉 大豆ミート 玉葱 (冷)グリーンピース 大豆白絞油缶 上白糖 醤油 みりん風調味料 (冷)おろししょうが 片栗粉 [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) (いりこだし) [ミニピーチゼリー★] ミニピーチゼリー	[ごはん] 精白米 強化米 Ca米 [牛乳] [春巻き] 安心逸品春巻Fe 揚げ油(大豆) [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 プチドリッ [ワンタンスープ] ウェーブワンタン 豚ひき肉 玉葱 チンゲン菜 生しいたけ ねぎ ぷるぷる寒天 中華だし 醤油 食塩 料理酒 [みかん 1/2] みかん	豚肉 たまねぎ にんじん キャベツ 植物油脂 豚脂 しょうゆ 春雨 でん粉 しょうがペースト 小麦粉 ポークフィヨン ショートニング ポークエキス 発酵調味料 酵母エキス 砂糖 乾燥しいたけ たん白加水分解物 香辛料 <皮> 小麦粉 植物油脂 米粉 粉あめ ショートニング 食塩 上白糖 ソルビトール クエン酸鉄Na 乳化剤 増粘剤 キサンタンガム 水	[少なめごはん] 精白米・強化米・Ca米 [牛乳] [麻婆豆腐] (冷)県産栄養強化豆腐 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 テンメンジャン 食塩 トウバンジャン 片栗粉・ごま油 プチドリッ [海藻サラダ] すぎ昆布 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 [豆乳ちゃんぽん] 豚もも肉 たら うどん にんじん 玉葱 スクール系かまぼこ はくさい チキンピジョン ちゃんぽんスープの素 豆乳・醤油 食塩・黒胡椒・コンソメ [ミニりんごゼリー★] ミニりんごゼリー	[ごはん] 精白米 強化米 Ca米 [牛乳] [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 [マカロニサラダ] マカロニ・エルボ キャベツ にんじん きゅうり (冷)ホールコーン ノンエッグマヨネーズ 食塩 上白糖 [野菜スープ] (冷)Feカットウインナー (冷)ダイスカットポテト にんじん 玉葱 だいこん (冷)ブロッコリー チキンピジョン コンソメ 食塩 醤油 黒胡椒 [クリスマスゼリー★] クリスマスゼリー	[ごはん] 精白米・強化米・Ca米 [牛乳] [いわしのかば焼き] いわし開きでん粉付き 鶏もも肉 粉末大豆蛋白 馬鈴薯澱粉 食塩 水 豚肉(豚脂肪含) 食塩 砂糖 香辛料(白こしょう、カルワイ) パン酵母(鉄高含有) 大豆白絞油缶 醤油 みりん風調味料 料理酒 [たまごスープ] 塩蔵カットわかめ 国産だけのご水煮・千切り 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 [オレンジ1/6] オレンジ

いわし  
片栗粉

いわし  
大根おろし  
砂糖  
醤油  
発酵調味料  
食塩  
加工でんぷん  
水

鶏もも肉  
粉末大豆蛋白  
馬鈴薯澱粉  
食塩  
水

豚肉(豚脂肪含)  
食塩  
砂糖  
香辛料(白こしょう、カルワイ)  
パン酵母(鉄高含有)

小麦粉  
小麦たん白  
かんすい  
カロチノイド色素  
水

たら  
でん粉(米)  
みりん  
食塩  
砂糖  
酵母エキス  
タピオカでん粉  
水

12月 アレルギー用詳細献立表 (小・中共通)

12月18日(月)	12月19日(火)	12月20日(水)	12月21日(木)	12月22日(金)
[ごはん] 精白米 強化米 Ca米	[コッペパン] [牛乳] [キーマカレー] 豚ひき肉 大豆ミート (冷) 豚レバーチップ (冷) ホールコーン 玉葱 (冷) ソテーオニオン (冷) グリンピース トマトピューレ (冷) おろししょうが (冷) おろしにんにく カレー粉 トマトケチャップ 米粉カレールウ カレーフレーク コンソメ 中濃ソース [青のりポテト] (冷) ストレートポテト 揚げ油 (大豆) あおのり 食塩	[いろいろごはん] 精白米 五色の花結び [牛乳] [干草焼き] 干草焼 (鉄強化) [肉じゃか] 豚もも肉 にんにく 玉葱 (冷) 乱切りポテト 糸こんにゃく (白) (冷) グリンピース 大豆白絞油缶 上白糖 醤油 みりん風調味料 かつおだし [けんちん汁] パック入り木綿豆腐 大豆白絞油缶 にんにく ごぼう だいこん わらび水煮カット (県産) 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 [ミニレモンゼリー★] ミニレモンゼリー	[ごはん] 精白米・強化米・Ca米 [牛乳] [白身魚フライのほうれん草みそかけ] 白身魚フライFeCa 揚げ油 (大豆) ほうれん草 上白糖 田舎みそ (赤) 醤油 豆乳 料理酒 みりん風調味料 水 [ひじきのサラダ] キャベツ にんにく 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 プチドリッ [手作りひつつみ] すいとん粉 なめらかおからパウダー 水 若鶏もも肉 にんにく 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 食塩 [みかん 1/2] みかん	[少なめごはん] 精白米・強化米・Ca米 [牛乳] [豚キムチ丼の具] 豚もも肉 料理酒 川井友情キムチ (白菜) 玉葱 れんこん水煮・いちよう 切干大根 純正ごま油 上白糖 醤油 プチドリッ [ナムル] 塩蔵カットわかめ キャベツ きゅうり にんにく 切干大根 上白糖 穀物酢 醤油 純正ごま油 プチドリッ [みそラーメンスープ] 豚もも肉 (冷) おろししょうが (冷) おろしにんにく 冷凍ラーメン もやし キャベツ にんにく ねぎ (冷) ホールコーン 大豆白絞油缶 味噌ラーメンスープ 醤油 中華だし [オレンジ1/6] オレンジ
[牛乳] ひじき 砂糖 醤油 イヌリン 発酵調味料 植物油脂 食塩 (衣) パン粉 (乳なし) 小麦粉 でんぷん 粉末状大豆たんぱく 植物油脂 食塩 水 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)	[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	[いろいろごはん] 精白米 五色の花結び [牛乳] [干草焼き] 干草焼 (鉄強化) [肉じゃか] 豚もも肉 にんにく 玉葱 (冷) 乱切りポテト 糸こんにゃく (白) (冷) グリンピース 大豆白絞油缶 上白糖 醤油 みりん風調味料 かつおだし [けんちん汁] パック入り木綿豆腐 大豆白絞油缶 にんにく ごぼう だいこん わらび水煮カット (県産) 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 [ミニレモンゼリー★] ミニレモンゼリー	[ごはん] 精白米・強化米・Ca米 [牛乳] [白身魚フライのほうれん草みそかけ] 白身魚フライFeCa 揚げ油 (大豆) ほうれん草 上白糖 田舎みそ (赤) 醤油 豆乳 料理酒 みりん風調味料 水 [ひじきのサラダ] キャベツ にんにく 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 プチドリッ [手作りひつつみ] すいとん粉 なめらかおからパウダー 水 若鶏もも肉 にんにく 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 食塩 [みかん 1/2] みかん	[少なめごはん] 精白米・強化米・Ca米 [牛乳] [豚キムチ丼の具] 豚もも肉 料理酒 川井友情キムチ (白菜) 玉葱 れんこん水煮・いちよう 切干大根 純正ごま油 上白糖 醤油 プチドリッ [ナムル] 塩蔵カットわかめ キャベツ きゅうり にんにく 切干大根 上白糖 穀物酢 醤油 純正ごま油 プチドリッ [みそラーメンスープ] 豚もも肉 (冷) おろししょうが (冷) おろしにんにく 冷凍ラーメン もやし キャベツ にんにく ねぎ (冷) ホールコーン 大豆白絞油缶 味噌ラーメンスープ 醤油 中華だし [オレンジ1/6] オレンジ