

11月 アレルギー用詳細献立表 (小・中共通)

10月31日(月)	11月1日(火)	11月2日(水)	11月3日(木)	11月4日(金)	
	[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	
	[牛乳]	[牛乳]		[牛乳]	
	[いわしのかば焼き] いわし開きでん粉付 揚げ油 (大豆) 醤油	[五目厚焼き玉子] 五目厚焼き玉子		[野菜かき揚げ] 野菜かき揚げ 揚げ油 (大豆)	
	(冷) おろししょうが みりん風調味料 上白糖 料理酒 片栗粉 水	[たくあん和え] だいこん きゅうり たくあん漬け・千切り にんじん 切干大根 食塩		[ほうれん草のおかか和え] ほうれんそう キャベツ もやし 味付きおかか	
	[ブロッコリーのごま和え] (冷) ブロッコリー (冷) ホールコーン キャベツ にんじん 醤油 ごま和えの素 上白糖	[鶏すき煮] 若鶏もも肉 にんじん はくさい ねぎ パック入り焼き豆腐 糸こんにゃく 生しいたけ 板麩 上白糖 醤油 料理酒 みりん風調味料	文 化 の 日	[煮込みうどん] (冷) 学給用食塩ゼロうどん 若鶏もも肉 にんじん 生しいたけ はくさい (冷) カット油揚げ ねぎ かつお厚削りパック 料理酒 みりん風調味料 醤油 食塩	
	[豚汁 (みそ)] 豚もも肉 大豆白絞油缶 にんじん ごぼう だいこん (冷) ダイスカットポテト パック入り木綿豆腐 糸こんにゃく 生しいたけ ねぎ かつおだし 料理酒 醤油 赤味噌	[グレープフルーツ1/8] グレープフルーツ			[プリン★] プリン
	[りんご1/6] りんご				

いわし  
米粉  
でんぷん

塩押し大根  
砂糖  
ぶどう糖果糖液糖  
アミノ酸液  
醸造酢  
食塩  
酵母エキス  
ぬか類

鶏卵  
かつお昆布だし  
(鶏肉そぼろ)  
にんじん  
椎茸  
グリーンピース  
大豆  
砂糖  
でん粉  
トレハロース  
醸造酢  
しょうゆ  
みりん  
食塩  
植物油 (なたね)  
※鶏肉そぼろ内訳  
鶏肉  
ごぼう  
玉ねぎ  
椎茸  
生姜  
にんにく  
白ごま  
こしょう

玉ねぎ  
小麦粉  
揚げ油  
にんじん  
春菊  
ごぼう  
水

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)

11月 アレルギー用詳細献立表(小・中共通)

11月7日(月)		11月8日(火)		11月9日(水)		11月10日(木)		11月11日(金)	
[ごはん]		[コッペパン]	小麦粉 上白糖	[麦ごはん]		[ごはん]		[ごはん]	
精白米	鶏もも肉	[牛乳]	ショートニング	精白米		精白米	さんま	精白米	かぼちゃ
強化米	粉末大豆蛋白	[かみかみタコメンチ]	脱脂粉乳	米粒麦		強化米	砂糖	強化米	豚肉
Ca米	馬鈴薯澱粉	カミカミタコメンチ	パン酵母	[牛乳]		Ca米	醤油	Ca米	たまねぎ
[牛乳]	食塩	揚げ油(大豆)	食塩	[豚丼の具]		[牛乳]	還元水あめ	[牛乳]	豚脂
	水	[大根サラダ]	イーストフード	豚もも肉			みりん		植物性たん白
[鶏肉のバーベキューソースかけ]		だいこん	ビタミンC	醤油			しょうが		パン粉(乳なし)
スチームチキン		にんじん	(冷)おろししょうが	料理酒		[さんまの生姜煮]	でんぷん	[かぼちゃひき肉フライ]	でん粉
(冷)おろししょうが		切干大根	上白糖	(冷)おろししょうが		さんまの生姜煮	醸造酢	かぼちゃひき肉フライ	小麦粉
(冷)おろしにんにく		きゅうり	大豆白絞油缶	上白糖			食塩	揚げ油(大豆)	植物油脂
(冷)ソテーオニオン		(冷)むき枝豆	玉葱	大豆白絞油缶		[ひじきのサラダ]	水		還元水あめ
すりおろしりんご(1/8)		青しそドレッシング	にんじん	玉葱		シーガニックひじき		[春雨サラダ]	水
醤油	豚肩肉	醤油	(冷)グリーンピース	にんじん		キャベツ		カット春雨	砂糖
上白糖	食塩	上白糖	糸こんにゃく	(冷)こんにゃく		きゅうり		きゅうり	しょうゆ
みりん風調味料	食塩	プチドリップ	板麩	板麩		にんじん		もやし	発酵調味料
水	砂糖	アオサ粉	上白糖	上白糖		(冷)むき枝豆		にんじん	小麦グルテン酵素分解物
[さつまいもサラダ]	香辛料	[クラムチャウダー]	醤油	醤油		青しそドレッシング		和風ごまドレッシング	ウスターソース
(冷)角切りさつまいも		(冷)ベーコン	発酵調味料	かつおだし		上白糖		醤油	香辛料
キャベツ		(冷)むきあさり	生姜					[石狩鍋]	加工でん粉
玉葱		料理酒	アオサ粉	[ごぼうサラダ]				具産・鮭角切り(皮付)	アミノ酸
にんじん		(冷)ダイスカットポテト	(衣)	ごぼう				料理酒	乳化剤
(冷)むき枝豆		にんじん	パン粉(乳なし)	にんじん				にんじん	着色料
ノンエッグマヨネーズ		玉葱	小麦粉	ごぼう				だいこん	
食塩	鶏肉	(冷)ホールコーン	大豆たんぱく	にんじん				生しいたけ	
黒胡椒	粒状大豆たん白	(冷)グリーンピース	とうもろこしでんぷん	切干大根				なめこ水煮缶	
[白菜と肉団子のスープ]	パン粉(乳)	牛乳	菜種油脂	(冷)ホールコーン				(冷)絹さや	
はくさい	小麦粉	ホワイトルウ	食塩	きゅうり				かつお厚削りパック	
にんじん	粉末状大豆たん白	有塩バター	水	醤油				醤油	
(冷)学給鶏肉団子	玉ねぎ	コンソメ		香りごまドレッシング				料理酒	
生しいたけ	食塩	食塩		[白菜と厚揚げのみそ汁]				食塩	
カット春雨	砂糖	黒胡椒		はくさい				黒胡椒	
国産たけのこ水煮・干切り	調味料(アミノ酸等)	[りんご1/6]		(冷)えのきたけ					
じゃがいも	リン酸塩(Na, K)	りんご		パック入り生揚げ					
ねぎ	一部に小麦・乳成分・大豆・鶏肉を含む	いちごジャム★		ねぎ					
コンソメ		いちごジャム		煮干しパック					
醤油				白味噌					
食塩				赤味噌					
黒胡椒				(いりこだし)					
[オレンジ1/6]				[ミニアセロラゼリー★]					
オレンジ				ミニアセロラゼリー					

11月 アレルギー用詳細献立表(小・中共通)

11月14日(月)	11月15日(火)	11月16日(水)	11月17日(木)	11月18日(金)
<p>[ごはん] 精白米 強化米 Ca米 [牛乳]</p> <p>[白花豆コロッケ] 白花豆コロッケ 揚げ油(大豆)</p> <p>[肉団子の炒り煮] (冷)学給鶏肉団子</p> <p>にんじん ごぼう</p> <p>れんこん水煮・乱切り 生しいたけ (冷)焼きちくわ (冷)絹さや 大豆白絞油缶 上白糖 料理酒 みりん風調味料 醤油 かつおだし</p> <p>[めかぶのみそ汁] (冷)県産めかぶ</p> <p>にんじん パック入り木綿豆腐 ねぎ 青しそ 煮干しパック 白味噌 赤味噌 (いりこだし) [スクール納豆★] スクール納豆</p> <p>[ウエハース(バナラ)★] ウエハース(バナラ)</p>	<p>[ごはん] 精白米 強化米 Ca米</p> <p>[牛乳]</p> <p>[鶏つくね] 鶏つくね(CaFe)</p> <p>[ほうれん草のごま和え] ほうれん草 キャベツ にんじん もやし 上白糖 醤油 白煎りすりごま 白煎りごま</p> <p>[煮込みおでん] だいこん にんじん パック入り生揚げ (冷)さつま揚げ・三角 三角こんにやく(白) (冷)焼きちくわ 角切昆布 (冷)イカボール うずらの卵水煮缶 醤油 料理酒 かつおだし みりん風調味料 かつお厚削りパック 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>[さばの塩焼き] さば切身(甘塩)</p> <p>[切干大根の炒め煮] 切干大根 にんじん 糸こんにやく (冷)カット油揚げ (冷)さつま揚げ(乳・卵なし)</p> <p>大豆白絞油缶 上白糖 醤油 みりん風調味料 料理酒 かつおだし</p> <p>[かしわ汁] 若鶏もも肉 にんじん じゃがいも ごぼう 高野豆腐・ダイスカット ねぎ かつお厚削りパック 料理酒 醤油 かつおだし 食塩</p> <p>[ブルーベリーヨーグルト★] ブルーベリー&amp;アロエヨーグルト</p>	<p>[ごはん] 精白米 強化米 Ca米 [牛乳]</p> <p>[ハンバーグのきのこソースかけ] 安心逸品ハンバーグ (冷)えのきたけ 生しいたけ (冷)ソテーオニオン</p> <p>玉葱 有塩バター デミグラスソース 中濃ソース トマトケチャップ コンソメ 上白糖 水</p> <p>[野菜のレモン和え] きゅうり もやし にんじん ほうれん草 めんつゆ レモン果汁</p> <p>[かきたま汁] にんじん 玉葱 塩蔵カットわかめ ほたて貝柱フレーク (冷)液卵 かつおだし 料理酒 醤油 食塩 片栗粉</p> <p>[グレープフルーツ1/8] グレープフルーツ</p>	<p>[ピタパン] ピタパン</p> <p>[牛乳] [キーマカレー] 豚ひき肉 大豆白絞油缶 (冷)おろしにんにく (冷)豚レバーチップ 玉葱 国産大豆水煮 (冷)ソテーオニオン (冷)ホールコーン 青ピーマン トマトケチャップ 食塩 中濃ソース トマトピューレ カレー粉 米粉カレールウ [かぼちゃサラダ] (冷)ダイスカぼちゃ 玉葱 (冷)ブロッコリー マカロニ・シェル ノンエッグマヨネーズ 食塩 黒胡椒 [かぶとベーコンのスープ] (冷)ベーコン 白かぶ じゃがいも (冷)絹さや キャベツ 玉葱 コンソメ 醤油 食塩・黒胡椒 [フルーツヨーグルト和え] 国産みかん缶 パイナップル缶(ピーセス) バナナ おおのゆめヨーグルト★</p> <p>小麦粉 砂糖 ショートニング 植物油脂 食塩 麦麴製剤 小麦たん白 pH調整剤 イースト 脱脂粉乳 水</p> <p>豚肩肉 食塩 砂糖 香辛料</p> <p>みかん 砂糖 クエン酸 水</p>

11月 アレルギー用詳細献立表 (小・中共通)

11月21日(月)	11月22日(火)	11月23日(水)	11月24日(木)	11月25日(金)
<p>[ごはん]</p> <p>精白米 強化米 Ca米</p> <p>[牛乳]</p> <p>[チキンカツ]</p> <p>チキンカツ 揚げ油 (大豆)</p> <p>[ほうれん草の菊花和え]</p> <p>ほうれん草 はくさい 菊のり 切干大根 めんつゆ 白煎りごま レモン果汁 醤油</p> <p>[鮭汁]</p> <p>久慈産・鮭角切り (皮付) 料理酒 にんじん だいこん (冷) ダイスカットポテト パック入り木綿豆腐 糸こんにゃく ねぎ 生しいたけ かつおだし 白味噌 醤油 料理酒 食塩</p> <p>[みかん]</p> <p>みかん</p>	<p>[黒糖コッペパン]</p> <p>小麦粉 黒白糖 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</p> <p>[牛乳]</p> <p>[コーングラタン]</p> <p>コーングラタン</p> <p>[パンネのトマトソース煮]</p> <p>(冷) ペンネ 玉葱 豚ひき肉 (冷) 豚レバーチップ オリーブオイル (冷) おろしにんにく ダイストマトソース トマトピューレ トマトケチャップ 中濃ソース 上白糖 パセリ (乾) 醤油 食塩 黒胡椒</p> <p>[大根ポトフ]</p> <p>だいこん (冷) ダイスカットポテト にんじん 玉葱 (冷) フロッコリー (冷) Feカットウイナー コンソメ 食塩 醤油 黒胡椒</p> <p>[りんご1/6]</p> <p>りんご</p>	<p>(チョップドハム)</p> <p>鶏肉 卵白 豚肉 食塩 粉末状植物性たんぱく 砂糖 香辛料 酵母エキス 水 加工デンプン トレハロース くん液 リン酸塩 (Na, K) 調味料 (アミノ酸等) 酸化防止剤 (V, C) 発色剤 (亜硝酸Na) コチニール色素 (衣) パン粉 (乳なし) ショートニング 大豆粉 食塩 植物油 水 加工デンプン 乳化剤 増粘多糖類</p> <p>勤 労 感 謝 の 日</p>	<p>[ごはん]</p> <p>精白米 強化米 Ca米</p> <p>[牛乳]</p> <p>[ハムカツ]</p> <p>厚切りハムカツ 揚げ油 (大豆)</p> <p>[海藻サラダ]</p> <p>塩蔵カットわかめ 切干大根 にんじん キャベツ 青しそドレッシング 上白糖</p> <p>[ポークカレー]</p> <p>豚もも肉 にんじん 玉葱 (冷) ソテーオニオン じゃがいも (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 米粉カレールウ カレールウ カレールウ トマトケチャップ 中濃ソース</p> <p>[ぶどうゼリー★]</p> <p>ぶどうゼリー</p>	<p>[いろいろごはん]</p> <p>精白米 五色の花結び</p> <p>[牛乳]</p> <p>[鶏肉のバジルソース焼き]</p> <p>スチームチキン バジロイルソース オリーブオイル</p> <p>[キムチ和え]</p> <p>はくさい きゅうり もやし にんじん (冷) はくさいキムチ 醤油</p> <p>[豚汁 (しょうゆ)]</p> <p>豚もも肉 にんじん ごぼう キャベツ (冷) ダイスカットポテト パック入り木綿豆腐 糸こんにゃく 生しいたけ ねぎ かつおだし 料理酒 醤油 食塩</p> <p>[お米de豆乳プリンタルト★]</p> <p>お米 de豆乳プリンタルト</p> <p>鶏もも肉 粉末大豆蛋白 馬鈴薯澱粉 食塩 水</p> <p>白菜 たまねぎ ごま 大根 にんじん 昆布 にら りんご にんにく 糖類 (砂糖、ぶどう糖、果糖) 醸造酢 唐辛子 食塩 かつお節エキス たんぱく加水分解物 魚醤 昆布エキス 調味料 (アミノ酸等) 酸味料 増粘多糖類 酸化防止剤 (ビタミンC) 香料 アノトー色素、パブリカ色素 (一部に小麦・大豆・りんご・ゼラチン・ごまを含む)</p>

11月 アレルギー用詳細献立表（小・中共通）

11月28日(月)	11月29日(火)	11月30日(水)	12月1日(木)	12月2日(金)
[ごはん] 精白米 強化米 Ca米	[麦ごはん] 精白米 米粒麦	[ごはん] 精白米 強化米 Ca米	豚肉 豚脂肪 玉葱 ドライパン粉（乳なし） 砂糖 ウスターソース（りんご） 小麦粉加工品（小麦粉、小麦たん白）	
[牛乳] ホック パン粉（乳なし） 小麦粉 食塩 増粘剤製剤 水	[牛乳]	[牛乳]	食塩 酵母エキス 香辛料 水 パン粉（乳なし） （バター） 加工でんぷん 増粘多糖類 水	
[ほっけフライ] ほっけフライ 揚げ油（大豆）	[チキンナゲット（2個）] チキンナゲット	[いわて純情メンチカツ] いわて純情メンチカツ 揚げ油（大豆）		
[れんこんサラダ] れんこん水煮・いちよう キャベツ にんじん （冷）ホールコーン 香りごまドレッシング 醤油 フチドリップ	[すき昆布のサラダ] すき昆布 きゅうり キャベツ にんじん 青しそドレッシング 上白糖 醤油 フチドリップ	[わかめの酢の物] 塩蔵カットわかめ もやし にんじん きゅうり 切干大根 穀物酢 醤油 上白糖		
[にらたま汁] （冷）にら （冷）液卵 パック入り木綿豆腐 にんじん 生しいたけ じゃがいも 煮干しパック 白味噌 赤味噌 （いりこだし） [グレープフルーツ1/8] グレープフルーツ	[ビーフシチュー] 牛もも肉 牛バラ肉 （冷）おろしにんにく 大豆白絞油缶 にんじん 玉葱 （冷）ダイスカットポテト （冷）ソテーオニオン ビーフシチューの素 チキンブイヨン トマトケチャップ コンソメ 中濃ソース 食塩  [おおのゆめヨーグルト★] おおのゆめヨーグルト	（衣） パン粉（乳なし） 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  [大根のみそ汁] だいこん にんじん （冷）ダイスカットポテト （冷）カット油揚げ 煮干しパック 白味噌 赤味噌 （いりこだし）  [りんご1/6] りんご		