久慈市学校給食センターNo.1
★はデザート･その他欄をご覧ください。

6月　アレルギー用詳細献立表（小・中共通）

6月3日(月)

[ごはん]	じゃがいも
精白米	ごぼう
強化米	にんじん
Ca米	たまねぎ
	おから
[牛乳]	ひじき
	砂糖
[卯の花ひじきコロッケ]	醤油
卯の花コロッケ（ひじき入り）	イヌリン
揚げ油（大豆）	発酵調味料
	植物油脂
[切干大根の炒め煮]	食塩
切干大根	（衣）
ひじき	パン粉（乳なし）
（冷）むき枝豆	小麦粉
糸こんにゃく（黒）	でんぷん
（冷）さつま揚げ	粉末状大豆たんぱく
にんじん	植物油脂
大豆白絞油缶	食塩
みりん風調味料	水
上白糖	
醤油	魚肉
料理酒	でんぷん
かつおだし	砂糖
	食塩
[じゃがいものみそ汁]	植物性たん白
じゃがいも	ぶどう糖
にんじん	調味料（アミノ酸等）
玉葱	キシロース
塩蔵カットわかめ	水
（冷）県産栄養強化豆腐	揚げ油（菜種油）
（冷）県産カット油揚げ	
煮干し粉だしパック	白いんげん豆
もりおか城下町みそ	ひよこ豆
田舎みそ（赤）	赤インゲン豆
（いりこだし）	インゲン豆
[オレンジ1/6]	
オレンジ	

6月4日(火)

[コッペパン]	小麦粉
	上白糖
[牛乳]	ショートニング
	脱脂粉乳
[チキンナゲット（2個）]	パン酵母
チキンナゲットFe強化	食塩
	イーストフード
[キャベツとコーンサラダ]	ビタミンC
（冷）ブロッコリー	
キャベツ	鶏肉
（冷）ホールコーン	コーンスターチ
切干大根	パン粉（乳なし）
にんじん	豚脂
野菜たっぷりドレッシング	粉末状植物性たん白
穀物酢	醤油
醤油	食塩
プチドリップ	チキンスープ
	香辛料（ホワイトペッパー）
	たん白加水分解物
[白いんげん豆のポタージュ]	おろしにんにく
玉葱	デキストリン
ほうれんそう	酵母エキス
白インゲン豆ペースト	菜種油
四種豆のミックス	パーム油
チキンブイヨン	ピロリン酸第二鉄
シチューフレーク	加工でんぷん
有塩バター	増粘多糖類
牛乳	水
パセリ（乾）	（衣）
	パン粉（乳なし）
[ミニ洋なしゼリー★]	小麦粉
ミニ洋なしゼリー	コーングリッツ
	コーンスターチ
	食塩
	醤油
	香辛料（ホワイトペッパー）
	生乳
	食塩

6月5日(水)

[ごはん]	
精白米・強化米・Ca米	イワシ
[牛乳]	澱粉
[いわしのかば焼き]	
いわし開きでん粉付き	
揚げ油（大豆）	
醤油	
みりん風調味料	
上白糖	
料理酒	
片栗粉	
水	はくさい
	たまねぎ
[筑前煮]	にんじん
若鶏もも肉（十文字）	砂糖
れんこん水煮・乱切り	食塩
国産たけのこ水煮・乱切り	りんご
角切りこんにゃく（白）	にんにく
ごぼう	昆布エキス
にんじん	醤油
生しいたけ	かつお節エキス
大豆白絞油缶	しょうが
上白糖	とうがらし
醤油	調味料（アミノ酸等）
みりん風調味料	酸味料
料理酒	香辛料抽出物
	トウガラシ色素
[たまごスープ]	ホップ抽出物
塩蔵カットわかめ	ショ糖脂肪酸エステル
国産たけのこ水煮・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	
チキンブイヨン	
中華だし	
醤油	
食塩	
片栗粉	
[オレンジ1/6]	
オレンジ	

6月6日(木)

[ごはん]	鶏肉
精白米	豚肉
強化米	たまねぎ
Ca米	粒状植物性たんぱく
	でんぷん
[牛乳]	粉末状植物性たんぱく
	豚脂
[しゅうまい（2個）]	難消化性デキストリン
安心逸品焼売（肉）Fe&Fi	糖類（ぶどう糖、砂糖）
	発酵調味料
[冷麺風サラダ]	チキンブイヨン
カット春雨	しょうゆ
にんじん	しょうがペースト
きゅうり	ほたて貝エキス
もやし	食塩
冷麺スープ	ニンニクペースト
白菜キムチ（カセイ	（皮）
純正ごま油	小麦粉
	でんぷん
[坦々風スープ]	粉末大豆
豚ひき肉	クエン酸鉄ナトリウム
にんじん	水
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	
[さつまいもスティック★]	
さつまいもスティック	

6月7日(金)

[ごはん]	
精白米・強化米・Ca米	鶏もも肉
[牛乳]	馬鈴薯澱粉
	バッターミックス
[油淋鶏]	粉末大豆たん白
県産・鶏もも肉（でん粉付）	食塩
揚げ油（大豆）	白胡椒
ねぎ	水
（冷）おろしにんにく	
（冷）おろししょうが	
上白糖	
醤油	
穀物酢	
純正ごま油	
旨辛たれ	
[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	
[根菜汁]	
（冷）ダイスカットポテト	
にんじん	
（冷）県産カット油揚げ	
だいこん	
ごぼう	
県産干し椎茸	
れんこん水煮・いちょう	
ねぎ	
かつお粉パック	
醤油	
料理酒	
みりん風調味料	
かつおだし	
食塩	
[ミニピーチゼリー★]	
ミニピーチゼリー	

久慈市学校給食センターNo.2
★はデザート・その他欄をご覧ください。

6月　アレルギー用詳細献立表（小・中共通）

6月10日(月)		6月11日(火)		6月12日(水)		6月13日(木)		6月14日(金)	
[わかめごはん]		[ごはん]		[ごはん]		[ごはん]	豚肉	[ごはん]	豚肉
精白米	わかめ	精白米		精白米	さば	精白米	にんじん	精白米・強化米・Ca米	鶏肉
混ぜ込みわかめ	食塩	強化米		強化米	でん粉	強化米	たまねぎ	[牛乳]	たまねぎ
	砂糖	Ca米		Ca米	みそ	Ca米	キャベツ	[おろしソースハンバーグ]	粒状植物性たんぱく
	調味料（アミノ酸等）	[牛乳]			砂糖		植物油脂	安心逸品ハンバーグCaFe	豚脂
[牛乳]		[ガパオライスの具]		[牛乳]	発酵調味料	[牛乳]	豚脂	（冷）大根おろし	難消化性デキストリン
		豚ひき肉			水		しょうゆ	和風おろしソース	果糖ぶどう糖液糖
[いわしの梅煮]	いわし	（冷）豚レバーチップ		[さばのみそ煮]			春雨	つゆ（ササチョウ）	でんぷん
いわしの梅煮	砂糖	玉葱		さばのみそ煮		[春巻き]	でん粉	上白糖	粉末状植物性たんぱく
	梅肉ペースト	にんじん			魚肉	安心逸品春巻Fe	しょうがペースト	水	ドロマイト
[かぼちゃのそぼろ煮]	しょうゆ	青ピーマン	大豆	[五目ひじき]	でんぷん	揚げ油（大豆）	小麦粉	でんぷん	ぶどう糖加工品
（冷）ダイスかぼちゃ	昆布エキス	大豆ミート	クエン酸鉄	ひじき	玉ねぎ		ポークブイヨン		ポークエキス
（冷）鶏ひき肉	増粘剤（加工でんぷん・増粘多糖類）	大豆白絞油缶		切干大根	植物性たん白	[ほうれん草のナムル]	ショートニング		発酵調味料
大豆ミート	香料	上白糖		にんじん	砂糖	ほうれんそう	ポークエキス	[すき昆布の炒め煮]	食塩
玉葱	水	料理酒		糸こんにゃく（白）	植物油	きゅうり	発酵調味料	すき昆布	加工油脂
（冷）グリンピース	キャリーオーバー等	中華炒めだれ		（冷）むき枝豆	ぶどう糖	もやし	酵母エキス	（冷）さつま揚げ	酵母エキス
大豆白絞油缶		ハーブシーズニング		国産大豆水煮	食塩	にんじん	砂糖	にんじん	チキンブイヨン
上白糖	大豆	バジル		（冷）薄味さつま揚げ	米発酵調味料	切干大根	乾燥しいたけ	県産干し椎茸	加工でんぷん
醤油	クエン酸鉄			かつおだし	調味料（アミノ酸等）	上白糖	たん白加水分解物	（冷）むき枝豆	クエン酸鉄ナトリウム
みりん風調味料		[れんこんサラダ]		上白糖	水	穀物酢	香辛料	大豆白絞油缶	水
（冷）おろししょうが		れんこん水煮・いちょう		醤油	揚げ油（菜種油）	醤油	＜皮＞	醤油	
片栗粉		（冷）ブロッコリー		みりん風調味料		純正ごま油	小麦粉	料理酒	魚肉
		キャベツ		大豆白絞油缶		プチドリップ	植物油脂	みりん風調味料	でんぷん
[なめこのみそ汁]		（冷）ホールコーン					米粉	かつおだし	砂糖
なめこ水煮		香りごまドレッシング		[生揚げのみそ汁]		[ワンタンスープ]	粉あめ		食塩
（冷）県産カット油揚げ		醤油		パック入り生揚げ	小麦粉	ウェーブワンタン	ショートニング	[けんちん汁]	植物性たん白
だいこん		プチドリップ		（冷）ダイスカットポテト	食塩	豚ひき肉	食塩	パック入り木綿豆腐	ぶどう糖
わらび水煮カット（県産）			鶏肉	キャベツ		玉葱	ソルビトール	大豆白絞油缶	調味料（アミノ酸等）
にんじん		[中華スープ]	玉ねぎ	にんじん		チンゲン菜	クエン酸鉄Na	にんじん	キシロース
パック入り木綿豆腐		桜島どり肉団子（Ca・Fe）	粒状植物性たんぱく	だいこん		県産干し椎茸	乳化剤	ごぼう	水
ねぎ		にんじん	にんじん	ねぎ		国産たけのこ水煮・千切り	増粘剤	だいこん	揚げ油（菜種油）
煮干し粉だしパック		玉葱	パン粉（乳なし）	煮干し粉だしパック		ねぎ	キサンタンガム	わらび水煮カット（県産）	
もりおか城下町みそ		糸こんにゃく（白）	でんぷん	もりおか城下町みそ	寒天	ぷるぷる寒天	水	ねぎ	
田舎みそ（赤）		県産干し椎茸	砂糖	田舎みそ（赤）	こんにゃく粉	中華だし		かつお昆布だしパック	
（いりこだし）		（冷）県産カット油揚げ	香辛料	（いりこだし）	増粘多糖類	醤油		かつおだし	
[かみかみグミ（グレープ）★]		ねぎ	食塩	[ミニトマト]		食塩		醤油	
スクール果汁グミ（ぶどう）		中華だし	たん白加水分解物	ミニトマト		料理酒		つゆ（ササチョウ）	
		醤油	炭酸カルシウム					料理酒	
		つゆ（ササチョウ）	クエン酸第一ナトリウム			[オレンジ1/6]		みりん風調味料	
		料理酒	水			オレンジ		純正ごま油	
		黒胡椒						食塩	
								[ミニレモンゼリー★]	
		[オレンジ1/6]						ミニレモンゼリー	
		オレンジ							

★はデザート・その他欄をご覧ください。

6月　　　アレルギー用詳細献立表（小・中共通）

6月17日(月)		6月18日(火)		6月19日(水)		6月20日(木)		6月21日(金)	
[ごはん]		[きなこ揚げパン]	小麦粉	[ごはん]	鶏肉	[ごはん]	鶏卵	[少なめごはん]	キャベツ
精白米・強化米・Ca米		県産小麦パン	上白糖	精白米	玉ねぎ	精白米	上白糖	精白米	ニラ
[牛乳]		揚げ油（大豆）	ショートニング	強化米	豆腐	強化米	醸造酢	強化米	豚ひき肉
[松風焼き]	たまねぎ	きな粉	脱脂粉乳	Ca米	豚脂	Ca米	食塩	Ca米	豚脂
（冷）ソテーオニオン	植物油脂（菜種）	グラニュー糖	パン酵母		パン粉（乳なし）		植物油（菜種・大豆）		粒状大豆たん白
（冷）鶏ひき肉		食塩	食塩	[牛乳]	にんじん	[牛乳]	加工でんぷん	[牛乳]	濃口醤油
（冷）豚ひき肉			イーストフード		小麦粉		カロチノイド色素		食塩
（冷）液卵		[肉だんご（2個）]	ビタミンC	[あんかけ豆腐ハンバーグ]	焼酎	[オムレツ]		[揚げ餃子（2個）]	砂糖
白味噌		たれ入り肉団子25		熟鶏とうふハンバーグ	しょうゆ	プレーンオムレツ		学給用餃子（鉄分強化）	魚醤
料理酒			鶏肉	上白糖	ガラスープの素			揚げ油（大豆）	醸造調味料
醤油		[かぼちゃサラダ]	玉ねぎ	醤油	砂糖	[たくあん和え]			にんにく
みりん風調味料		（冷）ダイスかぼちゃ	粒状植物性たんぱく	みりん風調味料	食塩	にんじん		[ナムル]	しょうが
上白糖		玉葱	つなぎ（パン粉）	片栗粉	加工でん粉	キャベツ		塩蔵カットわかめ	黒胡椒
おから		（冷）ブロッコリー	つなぎ（粉末状植物性たん白）	水	カルシウム製剤	きゅうり	塩押し大根	キャベツ	ピロリン酸第二鉄製剤
ねぎ		キャベツ	豚脂		調味料（有機酸等）	たくあん漬け・千切り	砂糖	きゅうり	（皮）
白煎りごま		ノンエッグマヨネーズ	ぶどう糖	[柚子香和え]	トレハロース	切干大根	ぶどう糖果糖液糖	にんじん	小麦粉
黒煎りごま		食塩	食塩	きゅうり	豆腐用凝固剤	食塩	アミノ酸液	切干大根	もち米粉
		黒胡椒	香辛料	もやし	加水		醸造酢	上白糖	植物油脂
[ひじきのサラダ]			揚げ油（大豆）	にんじん		[チキンカレー]	食塩	穀物酢	食塩
キャベツ		[ミネストローネ]	水	ほうれんそう		若鶏もも肉（十文字）	酵母エキス	醤油	大豆粉
にんじん		（冷）Ｆｅカットウインナー	加工でんぷん	切干大根		にんじん	ぬか類	純正ごま油	水
きゅうり		玉葱	ドロマイト	つゆ（ササチョウ）		玉葱		プチドリップ	
切干大根		にんじん	キシロース	ゆずポン酢		（冷）ソテーオニオン	たまねぎ		
国産大豆水煮		（冷）ダイスカットポテト	着色料			（冷）ダイスカットポテト	植物油脂（菜種）	[みそラーメン]	小麦粉
シーガニックひじき		国産大豆水煮	調味料（アミノ酸）	[大根のみそ汁]		（冷）グリンピース		豚もも肉	小麦たん白
青しそドレッシング		（冷）ブロッコリー	ピロリン酸鉄	だいこん		大豆白絞油缶		（冷）おろししょうが	かんすい
上白糖		（冷）カリフラワー	焼成カルシウム	にんじん		（冷）おろしにんにく		（冷）おろしにんにく	加工でんぷん
プチドリップ	豚肉（豚脂肪含）	オリーブオイル	（ソース）	はくさい		コンソメ		冷凍ラーメン	水
	食塩	（冷）おろしにんにく	還元水あめ	パック入り木綿豆腐		米粉カレールウ		もやし	
[野菜スープ]	砂糖	チキンブイヨン	しょうゆ	塩蔵カットわかめ		カレールウ		はくさい	
（冷）Ｆｅカットウインナー	香辛料（白こしょう、カルワイ、マスタード）	トマトケチャップ	砂糖	（冷）県産カット油揚げ		カレーフレーク		にんじん	
（冷）ダイスカットポテト	パン酵母(鉄高含有)	ダイストマトソース	醸造酢	ねぎ		トマトケチャップ		ねぎ	
にんじん		トマトペースト	トマトケチャップ	煮干し粉だしパック		中濃ソース		（冷）ホールコーン	
玉葱		コンソメ	食塩	もりおか城下町みそ				大豆白絞油缶	
だいこん		食塩	水	田舎みそ（赤）				味噌ラーメンスープ	
（冷）ブロッコリー		黒胡椒	増粘剤	（いりこだし）				醤油	
チキンブイヨン			着色料	[オレンジ1/6]		[ミニアセロラゼリー★]		中華だし	
コンソメ		[ミニぶどうゼリー★]	調味料（アミノ酸等）	オレンジ		ミニアセロラゼリー			
食塩		ミニぶどうゼリー						[オレンジ1/6]	
醤油								オレンジ	
黒胡椒									
[オレンジ1/6]									
オレンジ									

★はデザート・その他欄をご覧ください。

6月　　アレルギー用詳細献立表（小・中共通）

6月24日(月)

献立・食品	原材料
[ごはん]	脱脂粉乳
精白米	マスカット果汁
強化米	還元麦芽水あめ
Ca米	乳酸Ca
	安定剤（ペクチン）
[ジョア（マスカット）]	香料
	ピロリン酸鉄
[いわて純情メンチカツ]	甘味料（スクラロース）
いわて純情メンチカツ	葉酸
揚げ油（大豆）	ビタミンD
	水
[なめたけ和え]	豚肉
（冷）ほうれんそう	豚脂肪
もやし	牛肉
キャベツ	パン粉（乳なし）
にんじん	玉ねぎ
切干大根	砂糖
つゆ（ササチョウ）	ウスターソース（りんご）
なめたけ	小麦粉加工品（小麦粉、小麦たん白）
醤油	食塩
	酵母エキス
	香辛料
	加工でんぷん
	増粘多糖類
	食品素材
[ポトフ]	
（冷）ダイスカットポテト	
にんじん	
玉葱	えのき茸
だいこん	本醸造醤油
（冷）Ｆｅカットウインナー	粗糖
（冷）ブロッコリー	食塩
チキンブイヨン	酵母エキス
コンソメ	魚介エキス（オキアミ）
食塩	米酢
醤油	水
つゆ（ササチョウ）	
黒胡椒	豚肉（豚脂肪含）
	食塩
[オレンジ1/6]	砂糖
オレンジ	香辛料（白こしょう、カルワイ、マスタード）
	パン酵母(鉄高含有)

6月25日(火)

献立・食品	原材料
[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
大豆ミート	クエン酸鉄
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	みかん
赤味噌	砂糖
テンメンジャン	クエン酸
食塩	水
トウバンジャン	
片栗粉	パインアップル
純正ごま油	砂糖
	ｐH調整剤
[フルーツポンチ]	水
国産みかん缶	
パイン缶（ピーセス）1/16	黄桃
黄桃ダイス缶	砂糖
豆乳ゼリー（杏仁風味）	クエン酸
[豆乳ちゃんぽん]	ぶどう糖果糖液糖
豚もも肉	砂糖
麺始め　チャンポン麺	豆乳
にんじん	ゲル化剤（増粘多糖類）
玉葱	香料
もやし	酸味料
はくさい	乳酸カルシウム
チキンブイヨン	水
ちゃんぽんスープの素	
豆乳	小麦粉
醤油	小麦たん白
食塩	かんすい
黒胡椒	カロチノイド色素
コンソメ	水

6月26日(水)

献立・食品	原材料
[ごはん]	ホキ
精白米・強化米・Ca米	パン粉（乳なし）
[牛乳]	小麦粉
[白身魚フライ]	でん粉
白身魚フライ	食塩
揚げ油（大豆）	炭酸カルシウム
	調味料（アミノ酸）
[野菜のレモン和え]	ピロリン酸鉄
はくさい	水
にんじん	
きゅうり	
切干大根	
つゆ（ササチョウ）	
レモン果汁	
プチドリップ	
サラダ油	
[具だくさん汁]	
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	
かつお粉パック	
かつおだし	
醤油	
料理酒	
みりん風調味料	
純正ごま油	
食塩	
[オレンジ1/6]	
オレンジ	

6月27日(木)

献立・食品	原材料
[ごはん]	キャベツ
精白米	玉ねぎ
強化米	長ねぎ
Ca米	にら
	しょうが
[牛乳]	豚肉
	鶏肉
[棒餃子]	豚脂
棒餃子（鉄分強化）	粒状植物性たん白
	パン粉（乳なし）
	水
[中華風サラダ]	砂糖
キャベツ	食塩
にんじん	食用植物油脂
きゅうり	酵母エキス
カット春雨	ピロリン酸鉄製剤
上白糖	粉末醤油
穀物酢	香辛料
醤油	（皮）
純正ごま油	小麦粉
プチドリップ	水
	加工でん粉
[マーボー大根スープ]	酒精
豚もも肉	植物油脂
だいこん	食塩
チンゲン菜	麦芽糖
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	
[ミニりんごゼリー★]	
ミニりんごゼリー	

6月28日(金)

献立・食品	原材料
[ごはん]	
精白米	鶏肉
強化米	大豆たん白食品
Ca米	植物油脂
	醤油
[牛乳]	トマトケチャップ
	粉末状植物性たん白
[ささみフライ]	砂糖
ささみフライ	食塩
揚げ油（大豆）	加工でんぷん
	pH調整剤
[海藻サラダ]	増粘多糖類
すき昆布	水
塩蔵カットわかめ	（衣）
ぷるぷる寒天	パン粉（乳なし）
きゅうり	でんぷん
キャベツ	でんぷん加工品
にんじん	植物油脂
青しそドレッシング	
醤油	
上白糖	寒天
プチドリップ	こんにゃく粉
食塩	増粘多糖類
[どさんこ汁]	
豚もも肉	
大豆白絞油缶	
（冷）おろししょうが	
（冷）おろしにんにく	
にんじん	
玉葱	
（冷）ダイスカットポテト	
ぶなしめじ	
パック入り木綿豆腐	
はくさい	
田舎みそ（赤）	
有塩バター	生乳
とうがらし（粉）	食塩
鶏がらだし	
かつおだし	
[オレンジ1/6]	
オレンジ	