

10月 アレルギー用詳細献立表（小・中共通）

9月28日(月)		9月29日(火)		9月30日(水)		10月1日(木)		10月2日(金)	
						[ごはん]		[ごはん]	
						精白米	ぶた肉、パン粉、豚脂肪、玉ねぎ、砂糖、ウスターソース、小麦粉加工品、食塩、酵母エキス、香辛料、加工デンプン、炭酸Ca、増粘多糖類、その他食品素材	精白米・強化米・Ca米	
						強化米			
						Ca米		[牛乳]	
						[牛乳]		[いわしのうめに]	
								真いわしの梅煮	64
						[いわてじゅんじょうメンチカツ]			
						いわて純情メンチカツ・50g		[ゆずかあえ]	
						大豆油		きゅうり	
								だいこん	
						[こまつなあえ]	魚肉(たら)、魚介エキス(昆布エキス、かつお節エキス)、みりん、食塩、砂糖、酵母エキス、加工でん粉(タピオカ)	にんじん	
						冷・スクール系かまぼこ(ほくし)		ほうれんそう	11
						キャベツ		つゆ(ササチョウ)	44
						こまつな		ゆずポン酢	
						まぐろフレーク水煮	50	[めかぶのみそしる]	
						こいくちしょうゆ	9	冷・県産めかぶ	
						三温糖		にんじん	
						白いりごま		はくさい	
						けすりぶし		高野豆腐・短冊	
								ねぎ	
						[さわにわん]		赤みそ	19
						若とりもも肉		白みそ	20
						にんじん		和だし三味	14
						ごぼう			
						だいこん		[りんご]	
						生しいたけ		りんご	
						冷・えのきだけ			
						冷・きぬさや			
						冷・おろししょうが			
						和だし三味	14		
						こいくちしょうゆ	9		
						料理酒			
						食塩			
						白こしょう			
						[アセロラゼリー]			
						アセロラゼリーFe	異性化液糖、アセロラ濃縮果汁、還元水あめ、ゲル化剤、酸味料、ムラサキイモ色素、トウガラシ色素、クエン酸第一鉄Na、香料、pH調整剤、クチナシ赤色素、消泡剤		

10月 アレルギー用詳細献立表 (小・中共通)

10月12日(月)	10月13日(火)	10月14日(水)	10月15日(木)	10月16日(金)
	[ごはん] 精白米・強化米・Ca米 [牛乳] [ぶたみそどんの具] 冷・豚肉スライスIQF 料理酒 玉葱 冷・国産パプリカダイス 冷・国産むぎ枝豆 きざみ板麩 冷・おろししょうが 赤みそ こいくちしょうゆ 三温糖 みりん風調味料 白いりごま サラダ油 ブチドリップ [キャベツのしそぼんずあえ] キャベツ にんじん 冷・国産ホールコーン ゆかりごはんの素 ゆずボン酢 [はくさいスープ] 塩蔵カットわかめ にんじん はくさい 冷・なるとまきカット ねぎ うすくちしょうゆ 新中華スープストック コンソメ 食塩 白こしょう [こくとうビーンズ] 黒糖ビーンズ	[麦ごはん] 精白米 強化米 Ca米 麦 [牛乳] [三陸産真だらフライ] 三陸産真たらフライ 40g 三陸産真たらフライ 50g 大豆油 [たくあんあえ] だいこん きゅうり たくあん漬け・干切り にんじん 切干だいこん 食塩 [あつあげのみそしる] 生揚げ 冷・ダイスポテト・15kg にんじん 冷・えのきだけ キャベツ 塩蔵カットわかめ 赤みそ 白みそ 和だし三味	[ごはん] 精白米 強化米 Ca米 [牛乳] [きのこしのだに] きのこ信田煮 40g [あさづけ] キャベツ きゅうり にんじん 浅漬けの素 白いりごま [せんべいじる] 若とりもも肉 ごぼう だいこん にんじん 県産干しいたけ ねぎ 岩手県産かやきせんべい うすくちしょうゆ つゆ(ササチョウ) みりん風調味料 和だし三味	[ごはん] 精白米・強化米・Ca米 [牛乳] [さんまのかばやき] さんまでん粉付き 大豆油 こいくちしょうゆ みりん風調味料 上白糖 料理酒 でんぶん [ごんざ] だいこん 冷・さといもカット にんじん 生揚げ 三角こんにゃく(白) 早煮むすび昆布(おでん) こいくちしょうゆ 三温糖 みりん風調味料 かつおだし(シマヤ) [にゅうめん] 乾そうめん 玉葱 にんじん 生しいたけ ちゃんぽん蒲鉾IQF こねぎ 冷・県産カット油揚げ 和だし三味 うすくちしょうゆ 白みそ
	赤ピーマン、 青ピーマン、 黄ピーマン 19 9 57 塩蔵赤しそ、食塩、 砂糖、調味料、酸味 料 44 魚肉、加工澱粉、還 元水飴、調味料、発 酵調味料、食塩、炭 酸Ca、pH調整剤・ ミョウバン、着色料 10 25 24 大豆、黒糖	たら、パン粉、パッ ター液、打粉 54 19 20 14	鶏肉、油揚げ、しい たけ、たまねぎ、に んじん、こんにゃく、 ぶなしめじ、でん粉、 パン粉、しょうゆ、 粒状大豆たん白、 食塩、香辛料、砂糖、 みりん 食塩、還元水あめ、 砂糖、果糖ぶどう 糖液糖、醸造酢、醬 油、調味料、塩化マ グネシウム含有物 5 10 11 14	さんま、馬鈴薯澱粉 9 15 魚肉、砂糖、食塩、米 発酵調味液、魚介エ キス調味液、加工で ん粉、トレハロース、 調味料、トマト色素 14 10 20

10月 アレルギー用詳細献立表 (小・中共通)

10月19日(月)		10月20日(火)		10月21日(水)		10月22日(木)		10月23日(金)	
[ごはん] 精白米・強化米・Ca米		[コッペパン] コッペパン		[麦ごはん] 精白米 強化米 Ca米 麦		[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]		[牛乳]		[牛乳]	
[とり肉のボンずやき] スチームチキン ゆずポン酢 冷・おろししょうが 料理酒 こいくちしょうゆ 三温糖		[ハンバーグピカタ] Ca強化ハンバーグピカタ		[さけのみそマヨネーズ焼き] 冷・さけ切り身 40g 岩手田舎みそ白 みりん風調味料 料理酒 ノンエッグマヨネーズ		[あつやきたまご] 厚焼きたまご		[こんさい入りメンチカツ] 根菜入りメンチカツ 大豆油	
[くきわかめのきんぴら] 茎わかめ にんじん ごぼう 豚モモ肉 つきこんにゃく タイ産だけのこ水煮・干切り 生しいたけ 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 とうがらし		[野菜のレモンサラダ] きゅうり りょくとうもやし にんじん ほうれんそう 切干だいこん つゆ(ササチョウ) レモン果汁100% 三温糖 サラダ油		[なめたけあえ] ほうれんそう りょくとうもやし キャベツ にんじん つゆ(ササチョウ) 国産えのきたけ(味付け)		[肉じゃが] 豚モモ肉 にんじん 玉葱 冷・乱切りポテト つきこんにゃく 冷・グリーンピース サラダ油 三温糖 こいくちしょうゆ みりん風調味料 かつおだし(シマヤ) でんぷん		[ひじきのサラダ] シーガニックひじき キャベツ きゅうり にんじん 冷・国産むき枝豆 和風ドレッシング	
[はくさいとあぶらあげのみそしる] はくさい にんじん 冷・えのきたけ 塩蔵カットわかめ 冷・県産カット油揚げ ねぎ 和だし三昧 白みそ 赤みそ		[白いんげん豆のポタージュ] 若とりむね肉 玉葱 白インゲン豆ペースト 四種豆のミックス 冷・国産むき枝豆 ぶなしめじ 国産チキンガラスープ 北海道シチューフレーク 有塩バター 白クッキングワイン 牛乳 パセリ(乾)		[さつまじる] 豚モモ肉 冷・角切りさつまいも にんじん ごぼう だいこん つきこんにゃく ねぎ 県産干しいたけ 白みそ 赤みそ 料理酒 和だし三昧		[わかめととうふのみそしる] だいこん にんじん 冷・えのきたけ 木綿豆腐 冷・県産カット油揚げ 塩蔵カットわかめ 白みそ 赤みそ 和だし三昧		[いものこじる] 冷・さといもカット にんじん 若とりモモ肉(十文字) だいこん ごぼう 生しいたけ 木綿豆腐 ねぎ 和だし三昧 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん風調味料 食塩	
[オレンジ] オレンジ		[りんご] りんご		※長内中 宇部中 山形中のみ※ [お月見だんご] お月見団子(みたらし)		[のりふりかけ] すこやかふりかけ(のり)		[お月見だんご] お月見団子(みたらし)	
63 44 9		81 11		22 45 11 17		9 15 20 19 14 61		43 14 9	
		鶏卵、鶏肉、玉ねぎ、 パン粉、粒状大豆たん 白、しょうゆ、砂糖、 食塩、こしょう、加 工でん粉、調味料、 リン酸塩、炭酸Ca、 でん粉、調味料		米粉、砂糖、麦芽糖、 水あめ、醤油、寒天、 ソルビトール、加工 澱粉、酵素、カラメル 色素		鶏卵、砂糖、でん粉、 加工でんぷん、しょう 油、カツオブシエキ ス、発酵調味液、食 塩、合成清酒、醸造 酢、植物油、加工で んぷん、調味料、酸 味料		豚肉、れんこん、鶏 肉、たまねぎ、粒状 大豆蛋白、ごぼう、 にんじん、砂糖、食 塩、こしょう、パン 粉、馬鈴薯澱粉、小 麦粉、大豆蛋白、と うもろこし澱粉、菜 種油脂	

10月 アレルギー用詳細献立表 (小・中共通)

10月26日(月)	10月27日(火)	10月28日(水)	10月29日(木)	10月30日(金)
[ごはん] 精白米・強化米・Ca米 [牛乳] [県産おからハンバーグのきのこソース] 県産おから入鶏豚ハンバーグ ぶなしめじ マッシュルームスライス トマトケチャップ こいくちしょうゆ ウスターソース 三温糖 食塩 デミグラスソース 小麦粉、動物油脂、砂糖、にんじん、トマトペースト、食塩、ソテーオニオン、味噌、醸造酢、たん白加水分解物、香辛料、オニオンパウダー、畜肉エキス、カラメル色素、調味料、増粘剤、香料、酸味料 [かぼちゃのそぼろに] 冷・乱切りかぼちゃ ぶたひき肉 玉葱 冷・グリーンピース サラダ油 三温糖 こいくちしょうゆ みりん風調味料 冷・おろししょうが でんぷん [だいこんのみそしる] だいこん にんじん じゃがいも 冷・県産カット油揚げ 白みそ 赤みそ 和だし三昧	[ごはん] 精白米・強化米・Ca米 [牛乳] [さばのしょうゆこうじやき] 冷・さば切り身 40g 麴屋のしょうゆ麴 料理酒 冷・おろししょうが [ほうれんそうのごまあえ] ほうれんそう キャベツ にんじん りょくとうもやし 切干だいこん 三温糖 こいくちしょうゆ 白すりごま [どさんこじる] 豚モモ肉 料理酒 冷・おろししょうが 冷・おろしにんにく サラダ油 玉葱 はくさい 冷・えのきだけ 冷・県産豆腐 冷・ダイスポテト・15kg 冷・外国産ホールコーン 岩手田舎みそ赤FeCa 岩手田舎みそ白 和だし三昧 有塩バター 鶏ガラスープ [オレンジ] オレンジ	[麦ごはん] 精白米 強化米 Ca米 麦 [牛乳] [とり肉のハーブ焼き] 冷・県産とり肉もも開き切り身 ハーブシーズニング(パセリ、 白クッキングワイン [切干だいこんのサラダ] キャベツ 切干だいこん 冷・国産こまつな IQF きゅうり にんじん 冷・県産ボイル大豆 ノンエッグマヨネーズ つゆ(ササチヨウ) [野菜のスープに] ポーク&チキンミートボールSS 冷・ダイスポテト・15kg 玉葱 にんじん はくさい 冷・外国産ブロックリー こいくちしょうゆ コンソメ 食塩 白こしょう ※久慈小 山形小のみ※ [かぼちゃプリン] かぼちゃプリン 40g	[ごはん] 精白米・強化米・Ca米 [牛乳] [五目野菜肉だんご 2こ] 五目野菜肉団子(醤油味) [ナムル] 塩蔵カットわかめ キャベツ きゅうり にんじん 切干だいこん ぶるぶる寒天 三温糖 穀物酢 こいくちしょうゆ ごま油 白いりごま プチドリップ [たんたん風スープ] 豚ひき肉 大豆ミート にんじん 玉葱 冷・県産ボイル大豆 チンゲンツアイ 冷・県産豆腐 ぶなしめじ 冷・外国産ホールコーン 冷・おろしにんにく 新中華スープストック コチジャン 岩手田舎みそ赤FeCa こいくちしょうゆ でんぷん [なしのゼリー] スマイルゼリー(梨)	[ごはん] 精白米・強化米・Ca米 [牛乳] [岩手じゅんしょうぶ・クワイザー] いわて純情ポークウィンナー [かりぼりあえ] つぼ漬け りょくとうもやし にんじん キャベツ こいくちしょうゆ [ポークカレー] 豚モモ肉 冷・おろししょうが 冷・おろしにんにく カレー粉 食塩 白こしょう 赤クッキングワイン 冷・ダイスポテト・15kg 玉葱 冷・ソテーオニオン にんじん マッシュルームスライス すりおろしりんご 中濃ソース サラダ油 カラーフルーツ給食用(アレルギー) ところけるカレーフレーク甘口 [かぼちゃプリン] かぼちゃプリン