

## ○令和8年 アレルギー献立表

日	曜日	こんだて	おもに体をつくるものになる食品 (あか)	おもにエネルギーのもとになる食品 (まいる)	おもに体の調子を整えるものになる食品 (みどり)	調味料
8	水	★コッペパン【代替食なし】 春野菜のABCスープ	無塩せきベーコン	★コッペパン(乳・小麦・大豆) ABCマカロニ(小麦)	にんじん、キャベツ、たまねぎ、グリーンアスパラ スライス、コーン	ガラ骨、塩、こしょう
		鶏肉のシークアサー焼き	鶏もも	さとう、あぶら(大豆)	シークアサー果汁	料理酒(小麦)、塩、こしょう、醤油(小麦・大豆)、おろしにんにく
		粉ふきいも アセロラゼリー	青のり粉	じゃが芋 アセロラゼリー		塩
9	木	ごはん ★ビーフカレー【除去食】	ぎゅうにく	こめ、コーラルバイオPW あぶら(大豆)、じゃが芋、はちみつ、★無塩バター(乳)	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム	おろしにんにく、おろし生姜、赤ワイン、ガラ骨、カレールー(小麦・牛・鶏・大豆)、ケチャップ、デミグラスソース(小麦・鶏)
		★ベビーチーズ【代替食なし】	★ベビーチーズ(乳)			
		パパイアサラダ	無添加ハム	さとう、ごま油	パパイア、にんじん、きゅうり	酢(小麦)、醤油(小麦・大豆)、塩
10	金	ガリガリ君 もちきびごはん 冬瓜のみそ汁 ★親子丼【除去食】	豚肩ロース、油揚げ(大豆)、みそ 鶏もも、★たまご	ガリガリくん(りんご) こめ、もちきび、コーラルバイオPW あぶら(大豆)、さとう、でんぶん	冬瓜、こまつな たまねぎ、にんじん、しいたけ、ながねぎ	かつおぶし だし汁、醤油(小麦・大豆)、みりん
		ごぼうのごま和え	姫ひじき	ごま、すりゴマ(黒)、さとう	ごぼう、にんじん、きゅうり	醤油(小麦・大豆)、酢
		ミートソーススパゲティ	ぶたにく、ぶたレバー、大豆	スパゲティロング(小麦)、あぶら(大豆)、さとう	木くらげ、たまねぎ、マッシュルーム、にんじん、ピーマン、トマト缶	おろしにんにく、デミグラスソース(小麦・鶏)、チャップ、トマトピューレー、ウスター(大豆・りんご)
13	月	★フレンチサラダ【除去食】	★アーモンド、★クッキングチーズ(乳)	さとう、オリーブ油	キャベツ、ブロッコリー、カリフラワー、あかピーマン、あお豆	酢(小麦)、ポッカレモン、塩
		くだもの			くだもの	
		麦ごはん もずくのすまし汁 あじフライ きやべつ和え 油みそ ★しらすトースト【除去食】	おきなわもずく、とうふ(大豆) 油(大豆)、アジフライ(小麦) 糸けずり ツナ、みそ(大豆) しらす干し、みそ(大豆)、★チーズ(乳)、刻みのり	こめ、むぎ、コーラルバイオPW さとう、ごま さとう、あぶら(大豆) ★食パン(乳・小麦・大豆)、マヨネーズ(大豆)	えのき茸、ねぎ キャベツ、にんじん、こまつな キャベツ、たまねぎ、コーン	粉かつお、醤油(小麦・大豆)、塩 醤油(小麦・大豆)
15	水	肉団子入りスープ	スクールミートボール(小麦・牛肉・鶏肉・豚肉)	じゃが芋、ごま	白菜、国産ほうれん草、にんじん、エリンギ	ガラ骨、塩
		★花野菜サラダ【除去食】	★アーモンド	さつま芋、あぶら(大豆)、さとう	ブロッコリー、カリフラワー、にんじん	酢(小麦)、塩
		くだもの 麦ごはん ★鶏そぼろ丼【除去食】		こめ、むぎ、コーラルバイオPW あぶら(大豆)、さとう	たまねぎ、にんじん、しいたけ、生姜、あお豆	料理酒(小麦)、みりん、醤油(小麦・大豆)
16	木	魚と野菜のスープ	パンガシウス、わかめ	春雨	キャベツ、にんじん、たまねぎ、ねぎ	料理酒(小麦)、ガラ骨、チキンブイオン、塩、こしょう
		ガーリックポテト		じゃが芋、あぶら	パセリ 乾	塩
		赤飯 アーサ汁 せん切りイリチー(菜) ウサチー ★三月菓子【除去食】	生アーサ、とうふ(大豆)、粉かつお ぶたにく ツナ ★たまご	こめ、むぎ、黒米、コーラルバイオPW あぶら(大豆) さとう 小麦粉、グラニュー糖、あぶら(大豆)	千切大根、にんじん、こんにゃく、こんにゃく こまつな、きゅうり、パパイア、にんじん	醤油(小麦・大豆)、塩 だし汁、醤油(小麦・大豆)、塩 酢(小麦)、醤油(小麦・大豆)、塩 ベーキングパウダー
20	月	★ちゃんぽん麺【除去食】	ぶたにく、★短冊イカ、★えび、なると	中華麺(小麦・大豆)、ごま油、あぶら(大豆)ごま	白菜、キャベツ、たまねぎ、にんじん、もやし細さや、木くらげ、黒アワビ茸	ガラ骨、塩、醤油(小麦・大豆)
		豚の角煮風	ぶたにく	ことう、さとう		おろし生姜、醤油(小麦・大豆)、料理酒(小麦)、みりん
		★カステラ【除去食】	★たまご	さとう、水あめ、小麦粉		
21	火	もちきびごはん かぼちゃのみそ汁 厚揚げと豚肉の炒め物 切干大根のゴマサラダ	みそ(大豆) あつあげ(大豆)、豚肩ロース 鶏ササミ	こめ、もちきび、コーラルバイオPW あぶら(大豆)、さとう ごま、さとう、ごま油	栗かぼちゃ、さんとうさい、こまつな キャベツ、にんじん、ピーマン、たまねぎ 千切大根、にんじん、きゅうり、ごぼ	粉かつお おろし生姜、料理酒(小麦)、みりん、醤油(小麦・大豆)、だし汁、こしょう 酢(小麦)、醤油(小麦・大豆)
		★バーガーパン【代替食なし】		★バーガーパン(乳・小麦・大豆)		
		チキンフィレオ キャベツサラダ ★アスパラのクリームスープ【除去食】	フィレオチキン(鶏肉・小麦・大豆) あさり、白花豆ペースト、★脱脂粉乳(乳)、★牛乳	あぶら(大豆) マヨネーズ(大豆)、さとう じゃが芋、あぶら(大豆)、小麦粉	キャベツ、にんじん アスパラガス、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム	ポッカレモン ガラ骨、塩
23	木	くだもの ジュシー ゆし豆腐汁 ★野菜としらすの卵焼き【代替食なし】	ぶたにく ゆし豆腐(大豆)、みそ(大豆) しらす干し、★たまご	こめ、あぶら(大豆)、ラード ふ(小麦・大豆)、でんぶん、さとう、あぶら(大豆)	くだもの にんじん、しいたけ、ねぎ ねぎ にんじん、ほうれん草	かつおぶし、醤油(小麦・大豆)、塩、みりん かつおぶし だし汁、塩、醤油(小麦・大豆)
		カップもずくシークワサー	カップもずく(小麦・大豆)			
		玄米ごはん ★ワタンスープ【除去食】	★えび	こめ、げんまい、コーラルバイオPW ごま油	白菜、もやし、にんじん、チンゲン菜、しいたけ	ガラ骨、醤油(小麦・大豆)、塩、黒こしょう
24	金	さばの竜田揚げ ひじきの中華サラダ	サバ とりささみチャンク(鶏肉)、姫ひじ	でんぶん、あぶら(大豆) さとう、ごま油、ごま	きゅうり、もやし、あお豆	料理酒(小麦)、醤油(小麦・大豆)、おろしにん 醤油(小麦・大豆)、酢(小麦)
		沖縄野菜そば	ぶたにく	沖縄そば(小麦・大豆)、あぶら(大豆)	生姜、キャベツ、もやし	醤油(小麦・大豆)、みりん、料理酒(小麦)、ガラ骨、粉かつお、塩
		魚の天ぷら ★ヨーグルト【代替食なし】	ホキ ★ヨーグルト(乳)	小麦粉、あぶら(大豆)		料理酒(小麦)、塩
28	火	炒飯 ★中華風卵スープ【代替食なし】	焼き豚 とうふ(大豆)、★たまご	こめ、むぎ、コーラルバイオPW あぶら(大豆)、ごま油 でんぶん、ごま油	木くらげ、にんじん、たまねぎ、コーン、ねぎ 白菜、にんじん、しいたけ、チンゲン菜	おろしにんにく、塩、黒こしょう、醤油(小麦・大豆) ガラ骨、塩、醤油(小麦・大豆)、料理酒(小麦)
		シューマイ くだもの もちきびごはん	しゅうまい(小麦・大豆・鶏・豚)	こめ、もちきび、コーラルバイオPW	くだもの	
		鶏汁 御三味(揚げ豆腐・赤かま・蒟蒻) ★ピーナツ和え【除去食】	とりにく、とうふ(大豆)、さおまえ昆 厚揚げ(大豆)、丸善赤かまぼこ	こめ、もちきび、コーラルバイオPW あぶら(大豆)、ねじりこんにゃく、さとう	冬瓜、パパイア、にんじん、こまつな	粉かつお、醤油(小麦・大豆)、塩 醤油(小麦・大豆)、みりん、だし汁
30	木	★ピーナツ和え【除去食】	とりささみチャンク(鶏肉)、みそ(大豆)	★ピーナツバター、さとう	だいこん、もやし、きゅうり	酢(小麦)

●食品衛生法に基づくアレルギー表示義務8品目及び、推奨20品目のアレルゲンを記載しています。

表示義務8品目：卵・乳・小麦粉・そば・落花生・くるみ・えび・かに

推奨20品目：アーモンド・カシューナッツ・ごま・いか・いくら・あわび・さけ・さば・大豆・牛肉・豚肉・鶏肉・バナナ・キウイ・もも・りんご・やまいも・まつたけ・ゼラチン

マヨネーズは卵抜きマヨネーズを使用(大豆) オイスターソース(かきエキス・漁獲)

※天候・食材の都合により、献立を変更する場合があります。

※揚げ油(大豆)は数回使用します。