

令和6年度9月 小学校食物アレルギーチェック用献立表

年 組 氏名()				アレルゲン()																				
日・曜	12日(木)		13日(金)		17日(火)		18日(水)		19日(木)		20日(金)		24日(火)		25日(水)		26日(木)		27日(金)		30日(月)			
献立名	牛乳 白飯 はるさめスープ 酢豚		牛乳 シシジュシー もずく汁 鶏肉となすの煮物 冷凍バイン		牛乳 白飯 マーボー豆腐 パンサンスー		牛乳 白飯 すまし汁 鶏肉のからあげ うめえーQ		牛乳 白飯 五目汁 さばの煮つけ はりはり大根		牛乳 ひじきごはん かぼちゃのみそ汁 豚肉とちんげん菜 の炒め煮		牛乳 白飯 中華スープ えびのケチャップかけ 中華きゅうり		牛乳 白飯 とうがんスープ ホイコーロー みかんかん		牛乳 白飯 じゃがいものみそ汁 和風ハンバーグ さやいんげんの あえもの		牛乳 ハヤシライス 白飯 ハッシュドビーフ ジャーマンポテト		牛乳 白飯 わかめ汁 かつおのカレー ソースかけ もやしのあえもの			
	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本		
材料名および使用量（g）	精白米	75	精白米	50	精白米	75	精白米	75	精白米	75	精白米	65	精白米	75	精白米	75	精白米	75	精白米	75	精白米	75		
	水	101	もち米	20	水	101	水	101	水	101	水	101	水	101	水	101	水	101	水	101	水	101		
	はるさめ	7	豚肉(短冊・小)	20	合挽肉(4.8)	30	ふ	1.5	鶏肉(若5)	15	ひじき	2	豚肉(細切)	20	とうがん	20	じゃがいも	20	牛肉(細切)	30	わかめ(乾)	0.6		
	鶏肉(若5)	20	こんぶ(糸)	1	豆腐(冷)	100	わかめ(乾)	0.5	豆腐(冷)	20	鶏肉(若5)	10	緑豆もやし	15	鶏肉(若5)	20	豆腐(冷)	20	たまねぎ	70	えび(80〜120・冷)	20		
	きゅうり	15	にんじん	10	たまねぎ	30	にんじん	15	たまねぎ	15	にんじん	5	ホールコーン(冷)	15	ホールコーン(冷)	20	油あげ(冷)	5	にんじん	20	清酒	1		
	にんじん	10	干し椎茸(スライス)	0.5	にんじん	15	みつば	3	ホールコーン(冷)	10	干し椎茸(スライス)	0.3	にら	5	にんじん	15	わかめ(乾)	0.5	マッシュルーム(水煮)	15	にんじん	15		
	干し椎茸(スライス)	0.5	サラダ油	1	たけのこ(水煮)	10	干し椎茸(スライス)	0.5	にんじん	10	サラダ油	1	干し椎茸(スライス)	0.5	葉ねぎ	5	にんじん	15	にんにく	0.3	緑豆もやし	15		
	しょうゆ(淡)	4	しょうゆ(淡)	4	葉ねぎ	5	しょうゆ(淡)	4	葉ねぎ	5	しょうゆ(淡)	7	しょうゆ(淡)	4	干し椎茸(スライス)	0.5	葉ねぎ	5	サラダ油	1	しょうゆ(淡)	4		
	清酒	1	みりん	2	しょうが	1	清酒	1	干し椎茸(スライス)	0.5	清酒	5	清酒	1	しょうゆ(淡)	4	みそ(赤)	9	小麦粉	6	清酒	1		
	塩	0.2	しょうゆ(濃)	1	にんにく	0.3	塩	0.2	しょうゆ(淡)	4	さとう(三温)	1	塩	0.2	塩	1	けずりぶし(だし用)	2	バター(調)	6	塩	0.2		
	こしょう(白)	0.02	塩	0.2	ごま油	1	けずりぶし(だし用)	2	清酒	1	水	83	こしょう(白)	0.02	こしょう(白)	0.02	煮干し(だし用)	1	トマトペースト	8	けずりぶし(だし用)	2		
	ガーリック	0.02	水	81	豆板醤	0.2	こんぶ(だし用)	0.5	塩	0.2	塩	0.2	ガーリック	0.02	水	120	水	120	ソース(ウスター)	4	水	120		
	煮干し(だし用)	1	もずく(冷)	10	みそ(赤)	10	水	130	けずりぶし(だし用)	2	かぼちゃ	20	豆腐(冷)	20	ごま油	0.3	ガーリック	0.02	豆腐ハンバーグ(冷)	1	しょうゆ(濃)	2		
	こんぶ(だし用)	0.5	豆腐(冷)	20	さとう(三温)	1	鶏肉(若10)	50	水	120	油あげ(冷)	5	わかめ(乾)	0.5	こんぶ(だし用)	0.5	煮干し(だし用)	1	たまねぎ	20	ぶどう酒(赤)	1		
	水	130	にんじん	15	清酒	1	塩	0.5	さば(三枚おろし・冷)	1枚	にんじん	15	葉ねぎ	5	でんぶん	120	水	120	しめじ	5	塩	0.2		
	豚肉(角)	30	葉ねぎ	5	でんぶん	1	こしょう(白)	0.05	しょうが	1	にんじん	15	にんじん	15	でんぶん	1	こんぶ(だし用)	0.5	みつば	3	こしょう(白)	0.02	てんぷら油	8
	しょうゆ(濃)	1.5	干し椎茸(スライス)	0.5	水	5	ガーリック	0.02	しょうゆ(濃)	3	葉ねぎ	5	みそ(赤)	9	えび(51〜80・冷)	50	水	120	サラダ油	1	水	70	さとう(三温)	3
	しょうが	0.5	麦みそ	9	はるさめ	5	上新粉	5	さとう(三温)	2.5	みりん	0.5	でんぶん	8	きやべつ	30	きやべつ	30	しょうゆ(濃)	2	水	0.02	しょうゆ(濃)	2.5
	みりん	0.5	けずりぶし(だし用)	2	きやべつ	20	てんぷら油	8	きゅうり	30	みりん	0.5	でんぶん	8	豚肉(スライス)	15	清酒	1	じゃがいも	40	酢	2	緑豆もやし	50
	でんぶん	6	煮干し(だし用)	1	にんじん	5	きゅうり	30	うめびしお	1.5	きゅうり	0.5	でんぶん	3	ピーマン	3	さとう(三温)	0.5	ベーコン	5	たまねぎ	15	しょうゆ(淡)	2
てんぷら油	5	水	120	みつば	5	花かつお	0.5	酢	0.5	水	20	水	1	にんにく	0.2	ごま油	0.5	たまねぎ	15	パセリ	0.5	酢	0.5	
たまねぎ	25	鶏肉(若5)	10	しょうゆ(淡)	2.5	酢	0.5	さとう(三温)	0.3	切干大根	4	さとう(三温)	1	ごま油	0.5	さやいんげん	10	さやいんげん	10	サラダ油	0.5	さとう(三温)	0.2	
にんじん	10	なす	40	辛子	0.03	さとう(三温)	0.3	しょうゆ(淡)	1	豚肉(スライス)	10	しょうゆ(濃)	1.5	清酒	1	きやべつ	20	酢	1	さとう(三温)	0.5	塩	0.15	
ピーマン	5	にんじん	5					さとう(三温)	0.3	ちんげん菜	30	しょうゆ(濃)	1.5	きゅうり	0.8	しょうゆ(濃)	1	酢	1	さとう(三温)	0.5	こしょう(白)	0.01	
しょうゆ(濃)	1.2	にら	3							たけのこ(水煮)	5	にんじん	5	きゅうり	30	しょうゆ(濃)	1	しょうゆ(淡)	1.2	塩	0.01	ガーリック	0.01	
さとう(三温)	1.2	サラダ油	0.5							しょうが	0.3	ごま油	0.5	豆板醤	0.05	みかん果汁	25	寒天(フレーク)	0.6					
酢	1.2	しょうゆ(濃)	2							ごま油	0.2	しょうゆ(濃)	1.5	しょうゆ(濃)	1.5	さとう(上白)	5							
ケチャップ	1.2	さとう(三温)	1							しょうゆ(濃)	1.5	さとう(三温)	0.5	酢	1.5	さとう(上白)	5							
水	5	みりん	0.5							清酒	0.5	さとう(三温)	0.5	水	25	水	25							
		でんぶん	0.5							さとう(三温)	0.5													
		ハインアップル(冷)	1袋																					
連絡事項																								