

10月1日（水）				10月2日（木）				10月3日（金）			
白ごはん 八宝菜 カリフラワーのサラダ				黒糖パン トマト鍋 フルーツポンチ				麦ごはん チキンカレー いんどりサラダ 十五夜ゼリー（長田小のみ）			
精白米	70	90	①かまぼこ(ピンク) 魚肉(タラ)、澱粉(馬鈴薯)、砂糖、みりん、食塩、着色料(コチニール) <u>(アレルギー表示:ー)</u> ※えび、かに	①黒糖パン	50	70	①黒糖パン 小麦粉、ショートニング、脱脂粉乳、砂糖、食塩、イースト、黒糖 <u>(アレルギー表示:小麦、乳)</u>	麦ごはん（10%混入）	70	100	①スペシャルカレーフレーク 小麦粉、豚脂、食塩、砂糖、カレー粉、パーム油、酵母エキス、香辛野菜(オニオン、ガーリック)、ホーケエキス、カラメル色素 <u>(アレルギー表示:小麦、豚肉)</u> ※えび、かに、卵、乳成分
豚ももスライス	32	40	②チキンスープ 鶏骨、酵母エキス、水 <u>(アレルギー表示:鶏肉)</u>	②NEW安心素材ミートボール8（鉄・Ca）	33	41	②NEW安心素材ミートボール8(鉄・Ca) 食肉(鶏肉、豚肉)、たまねぎ、つなぎ(でん粉、粉末状植物性たん白)、還元水あめ、食塩、チキンオイル、香辛料、揚げ油(大豆油)、ドロマイト、ピロリン酸鉄、焼成Ca <u>(アレルギー表示:鶏肉、豚肉、大豆)</u> ※えび、かに、小麦、卵、乳成分	サラダ油	0.7	0.84	②エブリィカレーフレーク 小麦粉、加工油脂(パーム)、砂糖、食塩、カレー粉、ぶどう糖、コンスターチ、オニオンパウダー、たん白加水分解物(大豆)、酵母エキス、カラメル色素 <u>(アレルギー表示:小麦、大豆)</u>
①かまぼこ（ピンク）	10	12.5		③無塩せきバラベーコン短冊（真空）	3	3.6		国産おろしにんにく	0.4	0.52	
にんじん	23	29		たまねぎ	30	38		鶏肉 もも 皮つき	15	20	③とろける給食用カレーフレーク 小麦粉、植物油脂(パーム、なたね)、砂糖、でん粉(とうもろこし)、食塩、カレー粉、デキストリン、さつまいもパウダー、酵母エキスパウダー、白菜エキスパウダー、香辛料、ローストキャベツパウダー、ローストオニオンパウダー、カラメル色素 <u>(アレルギー表示:小麦)</u>
キャベツ	25	31		にんじん	20	25		鶏肉 はねみ 皮なし	15	20	
たけのこ缶 （県産）きくらげスライス	12 1.2	15 1.5		しめじ	10	12		たまねぎ	33	43	④トマトケチャップ
たまねぎ	35	43		④素揚げなす（10mmダイスカット）	10	12		にんじん	25	33	
ゆでうずら卵（フレッシュ）	22	29		キャベツ	20	25		じゃがいも	40	50	⑤ウスターソース
②チキンスープ	5	6		トマトダイス缶	30	37.5		チキンスープ【1日②参照】	6	8	
③中華用スープストック	0.35	0.42		⑤デーリィ高千穂生クリーム48	3	3.7		①スペシャルカレーフレーク	5	6.5	④トマトケチャップ
うすくちしょうゆ	3.8	4.6		⑥洋風スープストック	0.4	0.48		②エブリィカレーフレーク	4	6	
塩	0.15	0.18		チキンスープ【1日②参照】	7	8.4		③とろける給食用カレーフレーク	4.5	7	⑤ウスターソース
こしょう	0.02	0.03		塩	0.35	0.42		④トマトケチャップ	3	3.9	
でんぷん	2.3	2.8		こしょう	0.02	0.02		⑤ウスターソース	0.8	1	⑦おいしい日向夏ドレッシング
純正ごま油	1	1.25		うすくちしょうゆ	2.5	3		すりおろしりんご（1kgレトルト）	7.5	9.4	
ミニカリフラワー	25	30		甘みあっさりパインチビット	16	21		ミニブロッコリー	25	30	④トマトケチャップ トマト、糖類(砂糖・ぶどう糖果糖液糖、ぶどう糖)、醸造酢、玉ねぎ、食塩、香辛料 <u>(アレルギー表示:ー)</u>
きゅうり	30	36		甘みあっさりみかん	17	21		きゅうり	25	31	
④とりささみチャンク	12	15		甘みあっさり黄桃ダイス	17	21		カラーピーマンミックスIQF	8	10	⑥オーシャンキングほぐし身
⑤おいしい和風ドレッシング	7	8.4		⑦アレンジダイスゼリー国産りんご（食物繊維）	28	36		⑥オーシャンキングほぐし身	5	6	
③中華用スープストック 食塩、チキンパウダー(小麦、大豆、鶏肉、豚肉)、鶏脂(大豆)、粉末醤油(小麦、大豆)、デキストリン、酵母エキス、たん白加水分解物(ゼラチン)、野菜エキス(大豆)、ごま油、調味料(アミノ酸等)、香辛料抽出物、カラメル色素 <u>(アレルギー表示:小麦、ごま、大豆、鶏肉、豚肉、ゼラチン)</u> ※卵				③無塩せきバラベーコン短冊(真空) 豚ばら肉、食塩、砂糖、香辛料(ナツメグ、コリアンダー、カルダモン、オールスパイス) <u>(アレルギー表示:豚肉)</u>				⑦おいしい日向夏ドレッシング	8	10	⑤ウスターソース 糖類(ぶどう糖果糖液糖、砂糖)、醸造酢、野菜(トマト、玉ねぎ、人参、マッシュルーム、にんにく)、食塩、たん白加水分解物、香辛料 <u>(アレルギー表示:ー)</u>
④とりささみチャンク 鶏肉(ささみ)、醸造酢、食塩、寒天、砂糖、オニオンパウダー、香辛料(こしょう)、pH調整剤、水 <u>(アレルギー表示:鶏肉)</u>				④素揚げなす なす、植物油(パーム)、食塩 <u>(アレルギー表示:ー)</u>			⑤デーリィ高千穂生クリーム48 生乳 <u>(アレルギー表示:乳)</u>	⑤ウスターソース 糖類(ぶどう糖果糖液糖、砂糖)、醸造酢、野菜(トマト、玉ねぎ、人参、マッシュルーム、にんにく)、食塩、たん白加水分解物、香辛料 <u>(アレルギー表示:ー)</u>			
⑤おいしい和風ドレッシング 食用植物油脂(大豆、なたね)、醸造酢(小麦)、砂糖、しょうゆ(小麦、大豆)、調味酢、玉ねぎ、食塩、粒マスタード(豚肉、りんご)、ホワイトペッパー、にんにく、調味料(アミノ酸等) <u>(アレルギー表示:小麦、大豆、豚肉、りんご)</u>				⑥洋風スープストック 食塩、砂糖、ぶどう糖、豚脂、コンスターチ、ばれいしょでん粉、粉末動物油脂(豚肉)、たん白加水分解物(大豆、ゼラチン)、乳酸発酵酵母エキスパウダー、乳酸発酵トマトエキスパウダー、デキストリン、酵母エキスパウダー、かつおエキスパウダー、香辛料(にんにく)、調味料(アミノ酸等)、酸味料 <u>(アレルギー表示:大豆、豚肉、ゼラチン)</u>				⑥オーシャンキングほぐし身(糸かまぼこ) たら、ほき、食塩、砂糖、発酵調味料、でん粉、たん白加水分解物(かつおエキス)、還元水あめ、植物油脂(エゴマ)、加工でん粉、着色料(紅麹)、乳化剤(加工助剤)、水 <u>(アレルギー表示:ー)</u>			⑦おいしい日向夏ドレッシング 食用植物油脂(なたね、大豆)、日向夏みかん果汁、調味酢(小麦)、しょうゆ(小麦、大豆)、調味料(アミノ酸等)、カラシ抽出物(大豆) <u>(アレルギー表示:小麦、大豆)</u>
				⑦アレンジダイスゼリー国産りんご(食物繊維) りんご果汁、糖果ぶどう糖液糖、砂糖、難消化性デキストリン、ゲル化剤(増粘多糖類)、香料、酸味料、水 <u>(アレルギー表示:りんご)</u> ※小麦、卵、乳成分				⑧十五夜デザート【南給】 【みかんゼリー】うんしゅうみかん果汁(濃縮還元)、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、砂糖、ぶどう糖、水、乳酸Ca、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、ビタミンC、クエン酸鉄Na・香料、【モチーフ】水あめ、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、砂糖、粉末油脂、寒天、レモン果汁、水、乳化剤・酸味料・ゲル化剤(キサンタンガム)、香料 <u>(アレルギー表示:ー)</u>			

※コンタミ・キャリア等由来

★揚げ物用油（大豆白絞油缶）は複数回（3～4回程度）使用します。

★煮干しだし（片口いわし）はえび、かに、いか、さばが混ざる漁法で採取しています。

10月6日（月）		10月7日（火）		10月8日（水）		10月9日（木）		10月10日（金）	
白ごはん 白玉だんご汁 鶏肉の薬味ソース和え 十五夜ゼリー		白ごはん 麻婆豆腐 もやしのナムル		白ごはん 三平汁 豚肉と野菜の甘辛炒め		（減量）コッペパン ミートスパゲティ えだまめサラダ		赤かぶ青菜ご飯 秋野菜の煮物 ちぐさあえ	
精白米	70 90	精白米	70 90	①J国産大豆絹厚揚げ10（Ca・鉄・B1）【南給】大豆、植物油（大豆、菜種）、安定剤（加工でん粉、グァーガム）、焼成カルシウム、豆腐用凝固剤、酵素、ピロリン酸第二鉄、チアミン塩酸塩（アレルギー表示：大豆）	精白米	70 90	①コッペパン	40 60	①コッペパン小麦粉、ショートニング、脱脂粉乳、砂糖、食塩、イースト（アレルギー表示：小麦、乳）
白玉もち	25 31	①国産大豆絹厚揚げ10（Ca Fe B1）	70 88		たら（角切り）	25 32	②カットスパゲティ	28 34	
豆腐	20 25	豚ひき肉	28 35		生姜	0.5 0.8	豚ひき肉	31 39	鶏肉 もも 皮つき
えのきたけ	9 11	たまねぎ	35 43		酒	1 1.2	にんじん	25 31	鶏肉 はねみ 皮なし
にんじん	11 14	にんじん	20 25		①（大冷）ミニ絹厚揚げ	20 26	たまねぎ	28 35	サラダ油
だいこん	24 30	しめじ	10 13		じゃがいも	25 32	国内産マッシュルームスライス（レトルト）	8 10	②平天（さつまあげ）
①きざみ揚げ（カット油揚げ）	4 5	椎茸スライス（干）	0.8 1		だいこん	25 32.5	トマトケチャップ【3日④参照】	18	蒸し栗カット
ほうれん草（カット）	5 6	たけのこ缶	12 15		はくさい	25 32.5	トマトピューレ	5 7	三角こんにやく（小）
椎茸スライス（干）	1 1.2	ねぎ（冷凍）	3 3.6		白ねぎ	3 3.6	③デミグラスソース	7 10	にんじん
煮干だし（片口いわし）不織布袋入り	3 3.6	おろしにんにく	0.12 0.14		煮干だし（片口いわし）不織布袋入り	2 3	ウスターソース【3日⑤参照】	1.8 2	里いも（冷）2S
うすくちしょうゆ	5.2 6.5	塩	0.1 0.13		すりみそ	10 12	赤ワイン	1.6 1.8	しめじ
酒	1 1.3	酒	1 1.2				国産おろしにんにく	0.3 0.4	椎茸スライス（干）
		②オイスターソース（マルハ）	0.3 0.36		豚もも細切り（厚さ2～3mm、長さ5cm、幅1cm）	36 43	塩	0.3 0.35	いんげん（ホール）
鶏肉 もも 皮つき	27.5 33	③トウバンジャン	0.08 0.1		サラダ油	0.8 0.9	こしょう	0.02 0.03	三温糖
鶏肉 はねみ 皮なし	27.5 33	④テンメンジャン（テーオー）	1 1.2		生姜	1 1.2	洋風スープストック【2日⑥参照】	0.1 0.13	うすくちしょうゆ
塩	0.15 0.18	三温糖	1 1.2		国産おろしにんにく	0.2 0.3	サラダ油	1 1.2	濃口醤油
酒	1 1.2	赤みそ	2.35 2.82		カラーピーマンミックスIQF	4 5			酒
でんぶん	6.5 9	濃口醤油	3.8 4.6		たまねぎ	25 30	④ノンオイルまぐろチャンク	10 12	
大豆白絞油缶	6 7	でんぶん	1 1.2		にんじん	15 18	キャベツ	20 24	きざみ揚げ（カット油揚げ）【6日①参照】
青まめ	12 15	純正ごま油	0.6 0.8		千切り大根	3 3.6	きゅうり	25 30	太もやし
ホールコーン缶	12 14				ごぼう（ささがき）	13 16	青まめ	12 15	ほうれん草（カット）
ねぎ（冷凍）	2 2.4	花そうみ（乾わかめ）	0.5 0.6		酒	1.2 1.5	⑤笑顔でランチドレッシングイタリアン	7 8	すりごま
生姜	1 1.2	太もやし	33 40		濃口醤油	4 4.8	②カットスパゲティ		三温糖
三温糖	1.7 2	きゅうり	18 22		三温糖	1.35 1.6	デュラム小麦のセモリナ（アレルギー表示：小麦）		うすくちしょうゆ
うすくちしょうゆ	2.1 2.5	とりささみチャンク【1日④参照】	12 14		みりん	2.5 3			純正ごま油
純正ごま油	0.25 0.3	酢	1.9 2.28		いりごま	1 1.2	③デミグラスソース		①香りご飯赤かぶ青菜
		三温糖	0.63 0.75		すりごま	1 1.2	ブラウンウ（小麦粉、ラード）、トマトペースト、ソートオニオン（たまねぎ・大豆油）、チキンエキス、人参、砂糖、酵母エキス、でん粉（とうもろこし）、食塩、香辛料（黒こしょう）、水（アレルギー表示：小麦、鶏肉）※えび、かに、卵、乳成分、落花生		味付け赤かぶ（赤かぶら漬、食塩、乳糖、梅酢、ぶどう糖）（乳）、食塩、麦芽糖、大根葉、ぶどう糖、オリゴ糖、塩蔵青じそ、調味料（アミノ酸等）、酸味料（アレルギー表示：乳）
		濃口醤油	2.96 3.55		①（大冷）ミニ絹厚揚げ【給食会】大豆、植物油（なたね、大豆）、安定剤（加工デンプン）、豆腐用凝固剤、酵素、消泡剤、水（アレルギー表示：大豆）		④ノンオイルまぐろチャンク		
		純正ごま油	1.1 1.38				まぐろ、野菜スープ、食塩、調味エキス、調味料（アミノ酸等）（大豆）、増粘剤（アミノ酸等）（アレルギー表示：大豆）		
		国産おろしにんにく	0.1 0.12				⑤笑顔でランチドレッシングイタリアン		②平天（さつまあげ）
		②オイスターソース（マルハ）					食用植物油（なたね）、砂糖、醸造酢、食塩、発酵調味料、玉ねぎ、香味食用油、酵母エキスパウダー、香辛料（にんにく、バジル、黒こしょう、セロリ）、トマト、酸味料、増粘剤（加工でん粉、キサンタンガム）、水（アレルギー表示：ー）		魚肉（タラ）、でん粉（甘しょ）、砂糖、みりん、食塩、植物油（アレルギー表示：ー）※えび、かに、卵白、小麦
		③トウバンジャン							
		塩蔵唐辛子、そら豆加工品、乾燥唐辛子、食塩、酒精、酸化防止剤（ビタミンC）（アレルギー表示：ー）							
		④テンメンジャン（テーオー）							
		砂糖、みそ（大豆）、なたね油、しょうゆ（小麦、大豆）、大麦粉、食塩、水（アレルギー表示：小麦、大豆）							

令和07年度

10月食物アレルギー用献立表

三股町立学校給食センター

No3

10月14日（火）			10月15日（水）			10月16日（木）			10月17日（金）			
白ごはん 中華コーンスープ ビビンバ			白ごはん じゃが豚キムチ ごま酢和え			コッペパン 豚肉のブラウンシチュー ごぼうサラダ			白ごはん かぼちゃのみそ汁 もやしとちくわのおかかあえ いわし生姜煮			
精白米	70	90	精白米	70	90	コッペパン【9日①参照】	50	70	①とろけるシチューフ レーク ビーフ 食用油脂（パーム油、 なたね油）、小麦粉、 でん粉、砂糖、食塩、 ソテー・ド・オニオン、 白菜エキスパウダー、 トマトソースパウダー、 チキンブイヨン、ポー クブイヨン、キャベツ エキスパウダー、香 辛料、オニオンパウ ダー、粉末醤油、調 味料（アミノ酸等）、 着色料（カラメル色素、 パプリカ色素）、乳 化剤、香料、酸味 料（アレルギー表 示：小麦、豚肉、鶏肉、 大豆、りんご）	精白米	70	90
クリームコーン缶	20	25	豚ももスライス	30	37.5	豚ももスライス	32	39		豆腐	20	25
ホールコーン缶	10	12	サラダ油	1	1.25	じゃがいも	40	49		きざみ揚げ（カット油揚げ）【6日①参照】	5	7
無塩せきバラベコン短冊（真空）【2日③参照】	5	7	じゃがいも	45	60	にんじん	20	25		かぼちゃ（カット） 汁用	30	38
にんじん	20	25	にんじん	25	31	たまねぎ	30	38		たまねぎ	30	37
たまねぎ	34	43	たまねぎ	30	37	しめじ	10	12		花そうみ（乾わかめ）	0.3	0.4
えのきたけ	9	11	糸こんにゃく（5cmカット）	28	35	トマトピューレ	5	6		ねぎ（冷凍）	3	3.6
蒸し白いんげん豆	5	6	（大冷）ミニ絹厚揚げ【8日①参照】	21	26	①とろけるシチューフレーク ビーフ	10	12		えのきたけ	10	12.5
チキンスープ【1日②参照】	6	9	①白菜キムチ	10	13	トマトケチャップ【3日④参照】	5	6		煮干だし（片口いわし）不織布袋入り	3.5	4
中華用スープストック【1日③参照】	0.2	0.24	青まめ	8	10	ウスターソース【3日⑤参照】	2	2.4		すりみそ	10.5	12
塩	0.15	0.18	うすくちしょうゆ	2.5	3.2	デミグラスソース【9日③参照】	5	6				
うすくちしょうゆ	3.6	4.05	濃口醤油	4	5.2	②ホワイトベース（レトルト）	5	6	太もやし	30	36	
こしょう	0.02	0.03	三温糖	2.5	3	赤ワイン	1	1.2	①スライス竹輪（半切）卵白抜き	5	7	
豚ひき肉	30	38	みりん	1	1.2	チキンスープ【1日②参照】	7	9	花かつおきざみ	1	1.2	
生姜	0.5	0.6	酒	1	1.2	こしょう	0.02	0.02	三温糖	0.66	0.79	
国産おろしにんにく	0.3	0.4	みず	12	14.4	サラダ油	0.6	0.8	うすくちしょうゆ	1.7	2.03	
三温糖	1.4	1.7	きゅうり	25	30	ノンオイルまぐろチャンク【9日④参照】	10	12	②いわし生姜煮（津田商店）	40	50	
濃口醤油	5	6	キャベツ	30	36	ごぼう（ささがき）	20	24	①スライス竹輪（半切）卵白抜き えそ、たら、グチ、馬鈴薯澱粉、食塩、調味料（アミノ酸） （アレルギー表示：ー）			
酒	1	1.2	オーシャンキングほぐし身【3日⑥参照】	10	12	きゅうり	25	30				
純正ごま油	0.6	0.8	すりごま	1.5	1.8	ホールコーン缶	10	12	②いわし生姜煮 いわし、砂糖、しょうゆ（小麦、大豆）、本みりん、でん粉 （馬鈴薯）、生姜、食塩、水（アレルギー表示：小麦、大 豆）			
①錦糸玉子（フュージョン）	12	20	三温糖	1	1.3	うすくちしょうゆ	0.7	0.84				
ほうれん草（カット）	13	16	酢	3	3.5	レモン汁（ポッカレモン）	0.2	0.24				
太もやし	30	36	うすくちしょうゆ	2.5	3	③L&Mノンエッグハーフ	8	9.6				
しめじ	13	16	①白菜キムチ			②ホワイトベース（レトルト）						
いりごま	1	1.2	はくさい、食塩、調味料〔にんにく、砂糖・異性化 液糖、たんぱく加水分解物（大豆）、醸造酢、ト マト、唐辛子、オニオン、酒精、調味料（アミノ酸 等）、酸味料、増粘多糖類、パプリカ色素〕、水 （アレルギー表示：大豆）			生クリーム、小麦粉、でん粉（とうもろこし）、全粉乳、ホワイトルウ（小 麦粉、なたね油）、チキンエキス、牛乳、ナチュラルチーズ、バター、 食塩、砂糖、香辛料（ローレル）、水（アレルギー表示：乳、小麦、鶏 肉）						
すりごま	1	1.2				※えび、かに、卵、落花生						
トウバンジャン【7日③参照】	0.1	0.12				③L&Mノンエッグハーフ（ノンエッグマヨネーズ） 食用植物油（なたね・コーン・パーム）、醸造酢、水あめ、大豆粉、 食塩、粉末状植物性たん白（大豆）、香辛料（からし）、酵母エキス、 レモン果汁、こんにゃく精粉、増粘多糖類、水 （アレルギー表示：大豆）						
①錦糸玉子（フュージョン） 鶏卵、砂糖、食塩、マルチトール、かつおだし、昆布 だし、食品素材（水あめ、魚介エキス：カタクチイワ シ）、食用油脂（大豆、菜種）、加工デンプン、酢酸Na、 調味料（アミノ酸）、着色料（カロテン）、リゾチーム、 水（アレルギー表示：卵、大豆）												

10月20日（月）			10月21日（火）			10月22日（水）			10月23日（木）			10月24日（金）		
白ごはん じゃがいものそぼろ煮 小松菜のアーモンド和え			チーズパン（小） 揚げパン（中） ポトフ スパニッシュオムレツ			白ごはん 豚汁 にんじんしりしり 一食ヨーグルト			白ごはん もずくスープ ブロッコリーのマヨネーズ和え（卵不使用） 鶏肉のバーベキューソース			白ごはん 肉団子の甘酢煮 海藻サラダ		
精白米	70	90	①チーズパン	50	0	精白米	70	90	精白米	70	90	精白米	70	90
			コッペパン【9日①参照】	0	70									
じゃがいも	42	52.5	大豆白絞油缶	0	6	豚ももスライス	22	27	豆腐	20	24	大豆白絞油缶	5	5
鶏ひき肉 もも 皮つき	15	19	きなこ	0	12	だいこん	26	32	えのきたけ	10	12	じゃがいも	20	25
鶏ひき肉 はねみ 皮なし	12	15	三温糖	0	6.5	はくさい	12	15	もずく塩抜き	16	20	純正ごま油	1	1.2
たまねぎ	25	32.5	塩	0	0.05	豆腐	15	20	にんじん	12	15	①肉だんご（ポーク&チキン）10g	50	62.5
にんじん	24	30				たまねぎ	20	24	たまねぎ	35	43	たまねぎ	40	50
椎茸スライス（干）	0.8	1	鶏肉 もも 皮つき	13	16	ごぼう（ささがき）	8	10	ほうれん草(カット)	8	10	にんじん	27	33.8
たけのこ缶	13	15	サラダ油	0.5	0.7	里いも(冷) 3S	20	25	うすくちしょうゆ	4.4	5.3	しめじ	10	12.5
スライスこんにゃく	20	26	白ワイン	1	1.2	白ねぎ	3	3.8	塩	0.13	0.15	ヤングコーン缶	16	20
（大冷）ミニ絹厚揚げ【8日①参照】	28	39	②荒挽きミニカクテルウインナー	25	31	生姜	1	1.2	煮干だし（片口いわし）不織布袋入り	3	3.6	ピーマン	10	12.5
グリンピース 冷凍	8	10	じゃがいも	40	50	煮干だし（片口いわし）不織布袋入り	2	2.5	酒	1	1.2	椎茸スライス（干）	1	1.2
サラダ油	1	1.2	たまねぎ	32	40	すりみそ	10	12				生姜	0.5	0.7
三温糖	2.1	2.5	にんじん	20	25				ミニブロッコリー	35	42	酒	0.7	0.87
濃口醤油	3.6	4.3	キャベツ	30	37.5	①まぐろフレーク油漬(レトルト)	17	21	うすくちしょうゆ	0.1	0.12	三温糖	2.2	2.75
うすくちしょうゆ	2.7	3.2	うすくちしょうゆ	3	3.5	突きこんにゃく	17	21	L&Mノンエッグハーフ【16日③参照】	4	4.8	トマトケチャップ【3日④参照】	8.1	10.1
塩	0.1	0.12	チキンスープ【1日②参照】	8	10	にんじん	33	41	すりごま	0.7	0.84	酢	2.65	3.3
みりん	1	1.2	塩	0.1	0.12	くきわかめ(冷) 細切り	9	10.8				濃口醤油	4.5	5.4
でんぷん	1	1.2	洋風スープストック【2日⑥参照】	0.2	0.24	純正ごま油	1.5	1.8	鶏肉 もも 皮つき	60	80	でんぷん	2.3	2.8
			こしょう	0.01	0.01	三温糖	2	2.4	生姜	0.6	0.72	中華用スープストック【1日③参照】	0	0
小松菜（3cmカット）	18	22				濃口醤油	3	3.6	酒	0.6	0.72			
太もやし	35	44	③パンプキンアンサンブルエッグ	50	50	みりん	0.63	0.76	三温糖	2.5	3	②海藻サラダ	1.2	1.4
かまぼこ（ピンク）【1日①参照】	10	12				いりごま	0.3	0.36	濃口醤油	7	7.4	太もやし	25	30
アーモンド（粉末）	1	1.2	①チーズパン			すりごま	0.5	0.6	レモン汁（ポッカレモン）	1	1.2	きゅうり	20	24
アーモンドスライス	3.5	4.2	小麦粉、ショートニング、脱脂粉乳、砂糖、食塩、イースト、粉チーズ（アレルギー表示：小麦、乳）			②ちりめん	1	1.2	国産おろしにんにく	0.1	0.12	とりささみチャンク【1日④参照】	12	14
三温糖	1.2	1.5							すりおろしりんご（1kgレトルト）	6	7.2	酢	2.5	3
うすくちしょうゆ	2.9	3.5				③ソファール元気ヨーグルト	70	70	サラダ油	0.5	0.6	三温糖	1.5	1.8
			②荒挽ミニカクテルウインナー									うすくちしょうゆ	2.5	3
			鶏肉、豚脂、でん粉、発酵調味料、粉あめ、砂糖、食塩、酵母エキス、香辛料（パプリカ・ペパー・オールスパイス・ローズマリー）、水（アレルギー表示：鶏肉、豚肉）			①まぐろフレーク油漬(レトルト)						純正ごま油	0.6	0.7
			※ 卵、小麦			まぐろ加工品、大豆油、野菜エキス、食塩、水（アレルギー表示：大豆）						塩	0.09	0.1
			③パンプキンアンサンブルエッグ											
			鶏卵、かぼちゃ、鶏肉、でん粉（馬鈴薯）、揚げ油（米油）、砂糖、酢、しょうゆ、食塩、植物油（なたね）、かつおだし、酵母エキス、みりん、水（アレルギー表示：卵、鶏肉、大豆）			②ちりめん								
						ちりめん（アレルギー表示：ー）								
						※えび・かに・いか・さばが混ざる漁法で採取しています。								
						③元気ヨーグルト								
						脱脂粉乳、ぶどう糖果糖液糖、砂糖、全粉乳、ゼラチン、寒天、乳酸カルシウム、香料、ピロリン酸鉄（アレルギー表示：乳、ゼラチン）								
												②海藻サラダ		
												わかめ、茎わかめ、赤かえでのり、糸寒天（アレルギー表示：ー）		

令和07年度

10月食物アレルギー用献立表

三股町立学校給食センター No5

10月27日（月）				10月28日（火）				10月29日（水）				10月30日（木）				10月31日（金）			
（減量）梅菜めし 焼豚ラーメン ツナサラダ 豆乳プリンタルト				白ごはん さわにわん あじそぼろ丼				白ごはん すきやき 茎わかめのすのもの				米粉パン カレーポタージュ ハムのマリネ				白ごはん けんちん汁 白菜の塩昆布あえ みまたんメンチカツ			
①梅美（梅菜めし）（三島食品） 精白米				①梅美（梅菜めし） 塩蔵青菜（広島菜、京菜、大根葉）、塩蔵梅（梅、食塩、赤しそ液）、砂糖、ごま、食塩、ぶどう糖、酵母エキス、昆布エキス、鰹削り節粉末、加工でん粉、酸味料、炭酸カルシウム、アントシアニン色素【アレルギー表示：ごま】				①米粉パン 米粉ミックス（米粉、粉末状小麦たん白、酵素）、ショートニング、砂糖、脱脂粉乳、食塩、イースト【アレルギー表示：小麦、乳】				①米粉パン 米粉ミックス（米粉、粉末状小麦たん白、酵素）、ショートニング、砂糖、脱脂粉乳、食塩、イースト【アレルギー表示：小麦、乳】				精白米			
②麺始め チャンポン麺 豚ももスライス				②麺始めチャンポン麺 小麦粉、小麦たん白、かんすい、カロチノイド色素、調整水【アレルギー表示：小麦】				②クリームポタージュ 小麦粉、ホエイパウダー、食用精製加工油脂（ヤシ）、コーンスターチ、脱脂粉乳、ぶどう糖、食塩、砂糖、酵母エキスパウダー、たん白加水分解物（大豆）、全粉乳、野菜パウダー（玉ねぎ、かぼちゃ）、粉末植物油脂（パーム）、香辛料、ポークエキスパウダー、増粘剤（加工でん粉）、調味料（アミノ酸等）、香辛料抽出物、カロチン色素【アレルギー表示：乳、小麦、大豆、豚肉】				②宮崎黒豚メンチカツ （具）黒豚、玉ねぎ、パン粉、食塩、レモン果汁、香辛料（ナツメグ、ブラックペッパー）、衣（パン粉、小麦粉、でん粉（とうもろこし）、大麦粉、大豆粉）、水【アレルギー表示：小麦、大豆、豚肉】※卵、牛肉、ごま				スライスこんにゃく 豆腐 きざみ揚げ（カット油揚げ）【6日①参照】 椎茸スライス（干） ごぼう（さががき） 里いも（冷）3S だいこん にんじん ねぎ（冷凍） 煮干だし（片口いわし）不織布袋入り うすくちしょうゆ でんぷん はくさい ①塩こんぶ 濃口醤油			
③給食用焼豚カット（乳・卵不使用）短冊切 （県産）きくらげスライス たまねぎ にんじん 太もやし 国産おろしにんにく 生姜				③給食用焼豚カット（乳・卵不使用） 豚もも肉、砂糖、水あめ、しょうゆ、食塩、酵母エキス、L-グルタミン酸Na、カラメル色素、L-アスコルビン酸Na、香辛料抽出物、水【アレルギー表示：豚肉、大豆、小麦】※乳、卵				③ローズハムスライス（短冊） きゅうり たまねぎ ホールコーン缶 酢 サラダ油 三温糖 塩 こしょう レモン汁（ポッカレモン）				③ローズハムスライス（短冊）【桐生食品】 豚ロース肉、還元水あめ、大豆たん白、食塩、卵たん白、乳たん白、たん白加水分解物、調味エキス、カゼインNa、増粘多糖類、リン酸塩（Na）、調味料（アミノ酸等）、酸化防止剤（ビタミンC）、くん液、発色剤（亜硝酸Na）、カルミン酸色素【アレルギー表示：卵、乳成分、大豆、豚肉】※小麦、牛肉、ごま、鶏肉、りんご、ゼラチン				鶏肉 もも 皮つき 鶏肉 はねみ 皮なし カレー粉 じゃがいも にんじん たまねぎ しめじ 蒸し白いんげん豆 パセリ ②クリームポタージュ 牛乳（調理） チキンスープ【1日②参照】 塩 こしょう サラダ油			
④白豚湯 レトルト（パイトンタン） うすくちしょうゆ こしょう 純正ごま油 ノンオイルまぐろチャンク【9日④参照】 キャベツ きゅうり 三温糖 酢 レモン汁（ポッカレモン） うすくちしょうゆ				④白豚湯（パイトンタン） 豚脂、ポークエキス、食塩、ゼラチン、動物たん白加水分解物（豚肉）、でん粉（馬鈴薯）、マッシュルームエキス、調味料（アミノ酸等）、増粘剤（キサンタン）、着色料（カラメル）、酸化防止剤（V.E）、水【アレルギー表示：豚肉、ゼラチン】				④白豚湯（パイトンタン） 豚脂、ポークエキス、食塩、ゼラチン、動物たん白加水分解物（豚肉）、でん粉（馬鈴薯）、マッシュルームエキス、調味料（アミノ酸等）、増粘剤（キサンタン）、着色料（カラメル）、酸化防止剤（V.E）、水【アレルギー表示：豚肉、ゼラチン】				④白豚湯（パイトンタン） 豚脂、ポークエキス、食塩、ゼラチン、動物たん白加水分解物（豚肉）、でん粉（馬鈴薯）、マッシュルームエキス、調味料（アミノ酸等）、増粘剤（キサンタン）、着色料（カラメル）、酸化防止剤（V.E）、水【アレルギー表示：豚肉、ゼラチン】				④白豚湯（パイトンタン） 豚脂、ポークエキス、食塩、ゼラチン、動物たん白加水分解物（豚肉）、でん粉（馬鈴薯）、マッシュルームエキス、調味料（アミノ酸等）、増粘剤（キサンタン）、着色料（カラメル）、酸化防止剤（V.E）、水【アレルギー表示：豚肉、ゼラチン】			
⑤お米de国産豆乳プリンタルト				⑤お米de国産豆乳プリンタルト 豆乳、砂糖、米粉、ショートニング、加工油脂、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、コーンフラワー、植物油、水溶性食物繊維、大豆粉、小麦不使用しょうゆ、発酵調味料、水、加工デンプン、ゲル化剤（増粘多糖類）、カラメル色素、炭酸Ca、乳化剤、ピロリン酸第二鉄、香料、増粘剤（キサンタンガム）、メタリン酸Na、安定剤（キサンタンガム）、カロチノイド色素【アレルギー表示：大豆】				⑤お米de国産豆乳プリンタルト 豆乳、砂糖、米粉、ショートニング、加工油脂、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、コーンフラワー、植物油、水溶性食物繊維、大豆粉、小麦不使用しょうゆ、発酵調味料、水、加工デンプン、ゲル化剤（増粘多糖類）、カラメル色素、炭酸Ca、乳化剤、ピロリン酸第二鉄、香料、増粘剤（キサンタンガム）、メタリン酸Na、安定剤（キサンタンガム）、カロチノイド色素【アレルギー表示：大豆】				⑤お米de国産豆乳プリンタルト 豆乳、砂糖、米粉、ショートニング、加工油脂、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、コーンフラワー、植物油、水溶性食物繊維、大豆粉、小麦不使用しょうゆ、発酵調味料、水、加工デンプン、ゲル化剤（増粘多糖類）、カラメル色素、炭酸Ca、乳化剤、ピロリン酸第二鉄、香料、増粘剤（キサンタンガム）、メタリン酸Na、安定剤（キサンタンガム）、カロチノイド色素【アレルギー表示：大豆】				⑤お米de国産豆乳プリンタルト 豆乳、砂糖、米粉、ショートニング、加工油脂、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、コーンフラワー、植物油、水溶性食物繊維、大豆粉、小麦不使用しょうゆ、発酵調味料、水、加工デンプン、ゲル化剤（増粘多糖類）、カラメル色素、炭酸Ca、乳化剤、ピロリン酸第二鉄、香料、増粘剤（キサンタンガム）、メタリン酸Na、安定剤（キサンタンガム）、カロチノイド色素【アレルギー表示：大豆】			