令和２年２月 第２～３週 給食献立表（アレルギー対応）

あさぎり町学校給食センター

日	曜	献立名	使用する主な材料 赤(あか) 血や肉や骨になる	黄(き) 熱や力になる	緑(みどり) 体の調子を整える	調味料他	アレルギー対応 一食分に含まれる原因食品の量(g)
3	月	むぎごはん		こめ むぎ			
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
		ぶたじる	ぶたにく とうふ みそ	あぶら さといも こんにゃく	はくさい にんじん ごぼう ねぎ しょうが	みりん いりこ(だし)	
		いわしのカリカリあげ(※)	いわし	さとう じゃがいも でんぷん こめこ オリーブオイル あぶら げんまいこ	しょうが	しお イースト	いわし 20.8g
		(代)とりにくのカリカリあげ	とりにく	こむぎこ パンこ あぶら		しお こしょう	
		ごぶづけあえ			きゅうり キャベツ ほしだいこんづけ(※) にんじん	す うすくちしょうゆ しお	きゅうり 10g
		せつぶんまめ(※)	だいず	さとう こめこ			
4	火	むぎごはん		こめ むぎ			
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
		はっぽうさい	ぶたにく うずらたまご えび いか	でんぷん あぶら	はくさい にんじん たまねぎ もやし たけのこ きくらげ きぬさや しょうが	しお うすくちしょうゆ チキンガラスープ りょうりしゅ こしょう ちゅうかスープ	えび 10g(除) いか 8g(除)
		はるまき(※)	ぶたにく	あぶら ラード はるさめ でんぷん こむぎこ さとう こめこ ごまあぶら	にんじん たまねぎ キャベツ ほしいたけ	しょうゆ しょうが ブイヨン しお ショートニング	
		ちゅうかふうかいそうサラダ	ハム わかめ こんぶつのまた キリンサイ	はるさめ さとう ごまあぶら	きゅうり	す うすくちしょうゆ	きゅうり 25g
5	水	むぎごはん		こめ むぎ			
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
		のっぺいじる	とりにく あぶらあげ	さといも こんにゃく でんぷん	にんじん だいこん ごぼう ねぎ	みりん うすくちしょうゆ しょうゆ かつお(だし) こんぶ(だし)	
		にくみそ	ぶたにく とりにく だいず みそ	さとう	たまねぎ セロリ マッシュルーム	しお おろしにんにく ケチャップ しょうゆ みりん	
		ごまネーズあえ	ちくわ ヨーグルト	ごま マヨネーズ	ほうれんそう キャベツ にんじん	うすくちしょうゆ	ちくわ 3g(除)
		てまきのり(※)	のり				
6	木	げんまいパン(※)いちごジャム(※)		げんまいパン(※)いちごジャム(※)			いちごジャム※(除)
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
		コーンとたまごのスープ	とりにく たまご ぎゅうにゅう	でんぷん	クリームコーン たまねぎ にんじん	パセリ(※) うすくちしょうゆ コンソメ しお こしょう チキンガラスープ	
		デミグラスハンバーグ	とりにく たまご とうふ	パンこ さとう こむぎこ ヘット	たまねぎ にんじん えだまめ ねぎ	しお こしょう トマトピューレ みりん おろししょうが かつおぶしエキス ケチャップ デミグラスソース ウスターソース	
		ビーンズサラダ	あおえんどうまめ ツナ レッドキドニー	ひよこまめ さとう	きゅうり レタス グリーンアスパラガス にんじん	す しょうゆ こしょう	ツナ 6g(除) きゅうり 20g
7	金	むぎごはん		こめ むぎ			
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
		だいこんのそぼろに	ぶたにく あつあげ	さといも くろざとう さとう でんぷん	しょうが だいこん にんじん たまねぎ きぬさや	しょうゆ うすくちしょうゆ みりん りょうりしゅ しお	
		わかさぎのてんぷら(※)	わかさぎ	こむぎこ でんぷん さとう あぶら		しお	わかさぎ 45g
		(代)とりにくのてんぷら	とりにく	こむぎこ でんぷん あぶら		しお	
		うめドレッシングサラダ	いか	さとう あぶら	キャベツ きゅうり にんじん うめ(かにく)	しょうゆ す	いか 15g(除) きゅうり 10g
10	月	なんかんあげいりまぜごはん	とりにく なんかんあげ	こめ むぎ あぶら さとう	にんじん ごぼう ほししいたけ きぬさや	うすくちしょうゆ こんぶ(だし) みりん しお	
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
		たまごスープ	とうふ たまご	でんぷん	たけのこ にんじん きくらげ レタス ねぎ	うすくちしょうゆ みりん コンソメ チキンガラスープ	
		わふうきんぴらつつみやき(※)	とりにく とうふ ゼラチン	さとう あぶら ごま	たまねぎ ごぼう にんじん	しょうゆ みりん しょうが しお	
		こまつなのピーナツあえ		ピーナツ さとう	こまつな もやし にんじん	しょうゆ みりん	ピーナツ 3g(除)
12	水	むぎごはん		こめ むぎ			
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
		キムチちゃんこ	ぶたにく あつあげ みそ	さといも マロニー ごまあぶら	にんじん たまねぎ はくさいキムチ(※) にら しめじ	りょうりしゅ しお しょうゆ こしょう こんぶ(だし) かつお(だし)	
		エビカツ(※)	えび だいずこ	パンこ こむぎこ でんぷん あぶら さとう		しお	えび 50g
		(代)チキンカツ	とりにく	パンこ こむぎこ あぶら		しお こしょう	
		ぽんかん			ぽんかん		
13	木	にんじんパン(※) スライスチーズ(※)	チーズ	にんじんパン(※)			
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
		ラビオリ(※)スープ	とりにく ぶたにく だいずこ	こむぎこ パンこ さとう ラード	たまねぎ にんじん キャベツ	しお チキンブイヨン コンソメ うすくちしょうゆ こしょう ポークエキス	
		ぶたにくのケチャップいため	ぶたにく	あぶら さとう	にんじん たまねぎ こまつな マッシュルーム	おろしにんにく しお こしょう トマトピューレ ケチャップ ウスターソース あかワイン	
		さつまいもサラダ	ハム だいず ヨーグルト	さつまいも マヨネーズ	にんじん いんげん	しお こしょう マスタード	
14	金	むぎごはん		こめ むぎ			
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
		シーフードカレー	えび いか あさり チーズ	じゃがいも オリーブオイル	マッシュルーム セロリ たまねぎ にんじん グリーンアスパラガス しょうが	しお おろしにんにく カレールー(※) ウスターソース しょうゆ ガラムマサラ(中のみ)	えび 12g いか 12g あさり 6g
		(代)チキンカレー	とりにく チーズ	じゃがいも オリーブオイル	マッシュルーム セロリ たまねぎ にんじん グリーンアスパラガス しょうが	しお おろしにんにく カレールー(※) ウスターソース しょうゆ ガラムマサラ(中のみ)	
		れんこんチップス		アーモンド こむぎこ でんぷん あぶら さとう	れんこん	うすくちしょうゆ みりん	アーモンド 4g(除)
		カラフルサラダ		ごまあぶら	トマト ブロッコリー きピーマン たまねぎ	うすくちしょうゆ す しお こしょう	トマト 20g(除)
		チョコタルト(※)	たまご	チョコレート さとう こむぎこ マーガリン あぶら アーモンド		ココアパウダー しお	アーモンド 0.5g
		(代)ガトーショコラ	とうにゅう	こめこ さとう あぶら		ココアパウダー カカオマス	

（※）代・・・代替食　　除・・・除去食

【お願い】※食物アレルギー等で対応の必要な場合は、毎日献立表を確認して下さい。
※食物アレルギー等で加工食品の成分表や原材料のg数などの詳しい資料の必要な方は、学校給食センター（45－7232）へお申し出下さい。