



令和3年5月 卵アレルギー献立表

	5月6日(木)	5月7日(金)	5月10日(月)	5月11日(火)	5月12日(水)
	ごはん ◎牛乳	◎●⑦小型ロールパン ◎牛乳	ごはん ◎牛乳	わかめごはん ◎牛乳	◎●⑦スライスパン ◎牛乳
食 缶	【えがおの カレーシチュー】 たまねぎ(40) じゃがいも(30) ⑩豚肉(15) にんじん(15) マッシュルーム(5) にんにく(0.1) カレールウ (えがお)(12) ⑦豆乳(10) ソース(2) 野菜ブイヨン(1) トマトケチャップ(1) ●⑦しょうゆ(0.5) 純カレールウ(0.1) 塩(0.1) こしょう(0.02)	【新玉ねぎスープ】 たまねぎ(40) ⑧鶏肉(15) にんじん(15) エリンギ(10) とうもろこし(5) たまねぎロースト(3) ⑧チキンブイヨン(20) ●⑦うす口しょうゆ(3) ⑦⑩洋風だしの素(1) 塩(0.3) こしょう(0.03) パセリ(0.02)	【さわにわん】 ⑩豚肉(20) ながいも(15) たけのこ(15) かまぼこ(10) にんじん(10) ごぼう(10) みつば(3) ●⑦しょうゆ(4) 塩(0.3) こしょう(0.02) むろ削り(3) 《ながいも》 ⑫ながいも ⑬調味料等	【いりどり】 じゃがいも(40) こんにゃく(25) ⑧鶏肉(25) にんじん(20) たけのこ(10) ⑦枝豆(5) しょうが(0.1) ●⑦しょうゆ(5) 中双(2.8) 本みりん(1) むろ削り(1) 米油(1)	【チキンビーンズ】 たまねぎ(40) ⑦大豆(35) にんじん(20) ⑧鶏肉(15) トマト(15) マッシュルーム(10) トマトピューレ(10) グリーンピース(3) ⑧チキンブイヨン(10) トマトケチャップ(8) ソース(2) 中双(1.5) ワイン(1) 塩(0.1) こしょう(0.04)
フ ライ 缶	【ツナサラダ】 キャベツ(20) まぐろ油漬(15) きゅうり(10) とうもろこし(7) にんじん(3) ●⑦しょうゆ(2) 上白(1.5) ワインビネガー(0.8) オリーブ油(0.5) 塩(0.1) こしょう(0.02)	【やきそば】 油そば(30) ⑩豚肉(20) キャベツ(20) もやし(10) ①いか(10) にんじん(10) しょうが酢漬(0.3) 青のり粉(0.05) 中濃ソース(6.5) ソース(2.5) 米油(1) 塩(0.2) こしょう(0.02) 《油そば》 ●小麦粉 ⑦調味料等	【さば銀紙焼き】 さば銀紙焼き 1個(50) 《さば銀紙焼き》 ⑥さば ⑦調味料等	【おひたし】 もやし(25) ほうれん草(10) にんじん(7) かまぼこ(5) しらす干し(2) ④すりごま(1.6) ●⑦しょうゆ(1.5) 上白(1.2) 米酢(0.6)	【じゃがいもの バターしょうゆ】 じゃがいも(40) たまねぎ(15) ⑩ベーコン(10) にんじん(10) とうもろこし(5) 乾燥パセリ(0.01) ◎バター(0.5) ●⑦しょうゆ(2) 上白(0.02)
あ え 物 ・ 果 物 等					
そ の 他	【プルーン】 プルーン 1袋(20)	【フローズン ヨーグルト】 ◎ヨーグルト 1個(60)	【味付乾燥豆腐】 味付乾燥豆腐 1袋(5.5) 《味付乾燥豆腐》 ⑦乾燥豆腐 ●小麦粉 寒梅粉 ⑦きな粉 調味料等	【ミニみかんゼリー】 ミニみかんゼリー 1個(22)	【いちごジャム】 いちごジャム 1個(15)

() 内は純使用量 単位：グラム

1 パンに表示される⑦大豆については、添加物のレシチンに含まれる微量のアレルゲンを示します。
 2 アレルギー献立表の見方については、「保存版NO. 1」を参照してください。



	5月13日(木)	5月14日(金)	5月17日(月)	5月18日(火)	5月19日(水)
	麦ごはん ◎牛乳	ごはん ◎牛乳	麦ごはん ◎牛乳	ごはん ◎牛乳	ごはん ◎牛乳
食 缶	【マーボ豆腐】 ⑦豆腐(90) にんじん(25) たけのこ(25) ⑩豚肉(20) ねぎ(15) しょうが(0.5) にんにく(0.2) ⑦みそ(5) 中双(3) ●⑦しょうゆ(2.3) ⑦⑧⑩⑬中華だしの素(1) 本みりん(1) 酒(1) 豆板醤(0.2) でん粉(0.8)	【*大根と豚肉の煮物】 大根(40) ⑩豚肉(40) さといも(40) にんじん(10) さやいんげん(5) ●⑦しょうゆ(5) 中双(3) 酒(2) 本みりん(1) 和風だしの素(1)	【白みそ汁】 ⑦豆腐(30) 大根(20) ⑧鶏肉(20) にんじん(10) 小松菜(10) えのきたけ(5) ⑦米みそ 本みりん(1) むろ削り(4)	【韓国風わかめスープ】 ③牛肉(20) ④ごま油(0.3) にんにく(0.2) しょうが(0.2) 酒(1) たまねぎ(30) にんじん(20) ④ごま(1) わかめ(0.5) ●⑦しょうゆ(3) ⑦⑧⑩⑬中華だしの素(1) 塩(0.2) 米油(0.1)	【えがおのハヤシシチュー】 たまねぎ(40) じゃがいも(30) ⑩豚肉(20) にんじん(10) マッシュルーム(8) にんにく(0.3) ハヤシルウ(えがお)(10) トマトピューレ(10) トマトケチャップ(5) ソース(2) 赤ワイン(1) 野菜ブイヨン(0.5) 中双(0.1) 塩(0.1) こしょう(0.02)
フ ライ 缶	【春巻き】 春巻き 1個(50) 米油(5) 《春巻き》 ⑧鶏肉 たまねぎ キャベツ ⑦粒状大豆たん白 ●小麦粉 ●⑦⑧調味料等	【かつおのおかか煮】 宗田かつおのおかか煮 1個(40) 《宗田かつおのおかか煮》 かつお ●⑦調味料等	【ちくわのお茶天ぷら】 ちくわ 2個(40) お茶の粉(0.3) ●小麦粉(3) でん粉(2) 米油(4.53)	【*ビビンバ】 もやし(20) とうもろこし(20) ほうれん草(15) ⑩豚肉(15) にんじん(5) 切干し大根(1.5) しょうが(1) にんにく(0.2) 中双(2) ●⑦しょうゆ(3) ⑦コチジャン(1.5) ⑦⑧⑩⑬中華だしの素(1)	【コーンサラダ】 とうもろこし(20) キャベツ(15) ⑧サラダチキン(10) にんじん(5) ●⑦しょうゆ(1.2) 上白(1) ワインビネガー(1) サラダ油(0.5) 塩(0.1) こしょう(0.02)
あ え 物 ・ 果 物 等		【冷凍黄桃】 ⑪黄桃 1個(40)			
そ の 他			【のり佃煮】 のり佃煮 1個(10) 《のり佃煮》 のり ●⑦調味料等	【野菜マフィン】 野菜マフィン 1個(24) 《野菜マフィン》 ●小麦粉 ⑦豆乳 かぼちゃ ⑬りんご濃縮果汁 調味料等	【型抜きチーズ】 ◎チーズ 1個(15)

() 内は純使用量 単位：グラム

※ アレルギー物質の21品目について、次のように表示しています。

○…卵	◎…乳	●…小麦	△…えび	▲…かに
①…いか	②…オレンジ	③…牛肉	④…ごま	⑤…さけ
⑥…さば	⑦…大豆	⑧…鶏肉	⑨…バナナ	⑩…豚肉
⑪…もも	⑫…やまいも	⑬…りんご	⑭…ゼラチン	
⑮…種実(ぎんなん・くり・ココナッツ)			⑯…貝(あさり・ほたて等)	

令和3年度より、表示記号に大幅な変更がありますので、十分ご注意ください。



	5月20日(木)	5月21日(金)	5月24日(月)	5月25日(火)	5月26日(水)
	ごはん ◎牛乳	●中華めん ◎牛乳	ごはん ◎牛乳	麦ごはん ◎牛乳	ごはん ◎牛乳
食 缶	【じゃがいもの そぼろ煮】 じゃがいも(90) たけのこ(20) ⑦生揚げ(20) ⑧鶏肉(15) にんじん(15) ⑦枝豆(5) ●⑦しょうゆ(5) 中双(3) 本みりん(1) 塩(0.2) こしょう(0.02)	【しょうゆラーメン】 もやし(15) ⑧鶏肉(15) なると(10) とうもろこし(10) ねぎ(10) にんじん(10) ⑧チキンブイヨン(30) ●⑦しょうゆ(7.5) ⑦⑧⑩⑬中華だしの素 (1.5) ④ごま油(0.3) 塩(0.12) こしょう(0.04)	【スタミナ汁】 ⑦豆腐(30) じゃがいも(20) たまねぎ(20) ⑩豚肉(15) にんじん(5) ねぎ(4) ⑦油揚げ(3) にんにく(0.2) ⑦ミックスみそ(9) むろ削り(3)	【牛丼】 たまねぎ(65) ③牛肉(30) しらたき(30) ⑦焼き豆腐(20) にんじん(20) エリンギ(10) にら(5) ●⑦しょうゆ(6) 中双(3) 酒(2)	【わかたけ汁】 ⑦豆腐入りはんぺん (20) ⑧鶏肉(18) たけのこ(15) にんじん(13) ねぎ(10) ⑦油揚げ(3) しいたけ(0.5) わかめ(0.3) ●⑦うす口しょうゆ (3.5) 本みりん(1) 塩(0.3) むろ削り(4)
フ ライ 缶	【ニギスフライ】 ●ニギスフライ 1個(50) 米油(5)	【ショーロンポー】 ショーロンポー 2個(50) 《ショーロンポー》 たまねぎ キャベツ ⑩豚肉 ●小麦粉 ●⑦⑬調味料等	【まぐろの甘辛煮】 まぐろ油漬(45) キャベツ(12) しょうが(1) 中双(3) ●⑦しょうゆ(1.5) 本みりん(1) 酒(1) 米油(1)	【白身魚フライの あんかけ】 米粉のホキフライ 1個(50) 米油(5) にんじん(5) とうもろこし(5) みつば(1) しょうが(0.3) ●⑦しょうゆ(3) 中双(1) 本みりん(1) でん粉(0.3)	【豚肉の しょうが炒め】 ⑩豚肉(30) 酒(1) 塩(0.2) こしょう(0.02) しょうが(2) もやし(25) たまねぎ(10) にんじん(5) ●⑦しょうゆ(3) 中双(2) でん粉(0.3) 米油(0.5)
あ え 物 ・ 果 物 等				【冷凍パイナップル】 パイナップル 1個(40)	
そ の 他	【ぶどうゼリー】 ぶどうゼリー 1個(70)	【干し小魚】 干し小魚 1袋(5)	【手巻きのり】 手巻きのり5枚入り 1袋(2.5)		【かつおふりかけ】 ふりかけ 1袋(1.3)

() 内は純使用量 単位：グラム



	5月27日(木)	5月28日(金)	5月31日(月)
	◎●⑦サンドイッチ バンズパン ◎はっこう乳	ごはん ◎牛乳	麦ごはん ◎牛乳
食 缶	【白いんげんとコーン のポタージュ】 白いんげん豆 ペースト(30) たまねぎ(20) クリームコーン(15) にんじん(15) マッシュルーム(10) アスパラガス(10) ◎牛乳(30) ホワイトルウ(6) ◎生クリーム(2) ◎脱脂粉乳(2) ◎バター(1) ⑦⑩洋風だしの素(1) 塩(0.4) こしょう(0.04) 《ホワイトルウ》 ●小麦粉 ◎脱脂粉乳 ◎⑦⑩調味料等	【*じゃがいもと 鶏肉の煮物】 じゃがいも(30) たまねぎ(40) ⑧鶏肉(25) かまぼこ(20) にんじん(20) さやいんげん(5) ●⑦しょうゆ(5) 中双(2) 和風だしの素(1) 本みりん(0.5)	【*生揚げの中華飯】 ⑦生揚げ(50) たまねぎ(25) キャベツ(25) ⑩豚肉(25) たけのこ(15) にんじん(15) しょうが(0.5) にんにく(0.3) ⑧⑩中華ガラスープ の素(3) ●⑦しょうゆ(1.5) 酒(1) 中双(0.4) 塩(0.03) こしょう(0.01) でん粉(1.5)
フ ライ 缶	【えびカツ】 えびカツ 1個(50) 米油(5) 《えびカツ》 △えび たらすり身 ●パン粉 ●小麦粉 △⑦調味料等	【ひじきとベーコンの 洋風煮物】 たまねぎ(25) ⑩ベーコン(15) とうもろこし(8) ピーマン(5) 米ひじき(1.5) ⑦⑩洋風だしの素(1) ●⑦しょうゆ(1) 中双(0.2) 塩(0.05)	【あじのフリッター】 あじフリッター 2個(40) 米油(4) 《あじフリッター》 あじ ●小麦粉 △オキアミ ●⑦調味料等
あ え 物 ・ 果 物 等			【冷凍りんご】 ⑬りんご 1個(40)
そ の 他	【小袋卵なし タルタルソース】 卵なしタルタル ソース 1袋(8) 《卵なしタルタル ソース》 きゅうり ⑦大豆粉 ⑦粉末状植物性たん白 ⑦⑬調味料等	【豆乳プリンタルト】 ⑦豆乳プリンタルト 1個(25)	

() 内は純使用量 単位：グラム