

※必要事項を記入の上、3月12日(火)までに必ず学校に提出してください

※献立表を全て確認のうえ、該当するものに○印をつけてください
(配合割合一覧表も確認ください)

| | | | |
|-----|-----|-----|---------|
| 小学校 | 年 組 | なまえ | 保護者確認氏名 |
|-----|-----|-----|---------|

今月は、除去食・欠食が **あります** ・ **ありません**

アレルギー原因食物(アレルゲン)をご記入ください

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|---|---|---|---|---|
|---|---|---|---|---|

調理場で除去可能な今月の献立

| | |
|-----|----------------------|
| 22日 | じゃがいものポタージュの牛乳・生クリーム |
| 26日 | 関東煮のうずら卵 |

- ★アレルギー情報は、特定原材料28品目の有無を記載しています。
- ★ちりめんじゃこ・しらす等の小魚や魚、わかめ、ひじき、もずく等の海藻類は、えび・かにかが混ざる漁法で採取しています。
- ★揚げ油はなたね油で、複数回使用します。

| 10 | | コッペパン | | 担任確認 | |
|----------|------|----------|------|------|--|
| ぎゅうにゅう | | | | | |
| ハッシュドポーク | 20 | ツナコーン | 15 | | |
| ぶたにく | 60 | ツナフレク | 15 | | |
| たまねぎ | 15 | たまねぎ | 10 | | |
| にんじん | 3 | ホールコーン | 0.1 | | |
| マッシュルーム | 3 | しお | 0.02 | | |
| ひまわりあぶら | 3 | こしょう | 0.02 | | |
| はいせんこむぎこ | 6 | うすくちしょうゆ | 0.3 | | |
| とりからスープ | 3 | ひまわりあぶら | 0.2 | | |
| トマトケチャップ | 7 | | | | |
| トマトピューレ | 7 | キャベツのソテー | 35 | | |
| ウスターソース | 5 | キャベツ | 3 | | |
| あかワイン | 2 | にんじん | 0.2 | | |
| さとう | 0.5 | しお | 0.01 | | |
| しお | 0.4 | こしょう | 0.01 | | |
| こしょう | 0.02 | こいくちしょうゆ | 0.3 | | |
| ひまわりあぶら | 0.3 | ひまわりあぶら | 0.2 | | |

コッペパン:小麦、乳
ハッシュドポーク:小麦、鶏肉、豚肉

| 11 | | ごはん | | 担任確認 | |
|--------------|------|----------|------|------|--|
| ぎゅうにゅう | | | | | |
| たまねぎのおつゆ | 11 | あげあぶら | 11 | | |
| にんじん | 10 | きのめあえ | 20 | | |
| たまねぎ | 40 | たけのこ | 0.5 | | |
| いとかまぼこ | 10 | さとう | 1 | | |
| あおねぎ | 5 | みりん | 0.5 | | |
| けずりぶし(さばいわし) | 2 | うすくちしょうゆ | 1 | | |
| こいくちしょうゆ | 1.8 | さんしょう | 0.02 | | |
| うすくちしょうゆ | 1.8 | しろみそ | 3.5 | | |
| しお | 0.25 | みりん | 0.5 | | |
| | | りょうりしゅ | 1 | | |
| どうふいりしらすと | | | | | |
| みつばのかきあげ | | | | | |
| しらあえようとうふ | 25 | | | | |
| しらす | 5 | | | | |
| たまねぎ | 10 | | | | |
| じゃがいも | 10 | | | | |
| みつば | 5 | | | | |
| こめこ | 7 | | | | |
| てんぷん | 5 | | | | |
| しお | 0.1 | | | | |

たまねぎのおつゆ:さば
どうふいりしらすとみつばのかきあげ:大豆
きのめあえ:大豆

| 12 | | ごはん | | 担任確認 | |
|----------|-----|--------------|------|------|--|
| ぎゅうにゅう | | | | | |
| にくじゃが | 20 | にびたし | 7 | | |
| ぎゅうにゅう | 55 | うすあげ | 30 | | |
| たまねぎ | 20 | キャベツ | 5 | | |
| にんじん | 60 | にんじん | 0.5 | | |
| じゃがいも | 20 | けずりぶし(さばいわし) | 1 | | |
| つきこんやく | 3 | みりん | 1.5 | | |
| さとう | 6 | うすくちしょうゆ | 0.3 | | |
| こいくちしょうゆ | 1 | さとう | 12.5 | | |
| りょうりしゅ | 0.3 | つぼづけ | | | |
| ひまわりあぶら | | つぼづけ | | | |

にくじゃが:牛肉
にびたし:さば、大豆

| 15 | | コッペパン | | 担任確認 | |
|---------|------|----------|-----|------|--|
| ぎゅうにゅう | | | | | |
| どうもろこし | 10 | チキンハンバーグ | 15 | | |
| ベーコン | 40 | たまねぎ | 2 | | |
| たまねぎ | 45 | マッシュルーム | 2 | | |
| ホールコーン | 5 | トマトホールかん | 2 | | |
| パセリ | 0.5 | トマトケチャップ | 2 | | |
| とりからスープ | 3 | ウスターソース | 2 | | |
| しお | 0.4 | さとう | 1 | | |
| さとう | 0.1 | ひまわりあぶら | 0.2 | | |
| こしょう | 0.02 | | | | |
| ひまわりあぶら | 0.3 | フルーツポンチ | 30 | | |
| | | みかんのかんづめ | 30 | | |
| | | さんしよせり | 30 | | |

コッペパン:小麦、乳 / どうもろこしスープ:鶏肉、豚肉
チキンハンバーグ:鶏肉 / フルーツポンチ:りんご

| 16 | | ごはん | | 担任確認 | |
|----------|------|----------|-----|------|--|
| ぎゅうにゅう | | | | | |
| マーボー豆腐 | 20 | キャベツとごまの | 35 | | |
| ぶたミンチにく | 0.5 | やみつきサラダ | 0.5 | | |
| つちしょうが | 0.1 | キャベツ | 1 | | |
| にんにく | 15 | しおこんぶ | 0.1 | | |
| にんじん | 50 | ごま | 0.1 | | |
| たまねぎ | 100 | こいくちしょうゆ | 0.3 | | |
| れいとうとうふ | 5 | ごまあぶら | 0.3 | | |
| あおねぎ | 0.8 | | | | |
| さとう | 0.5 | こくとうビーンズ | 10 | | |
| こいくちしょうゆ | 2 | こくとうビーンズ | 10 | | |
| みそ | 6.5 | | | | |
| とりからスープ | 1.5 | | | | |
| こしょう | 0.02 | | | | |
| トウバンジャン | 0.18 | | | | |
| てんぷん | 0.7 | | | | |
| ひまわりあぶら | 0.5 | | | | |

マーボー豆腐:鶏肉、豚肉、大豆
キャベツとごまのやみつきサラダ:ごま
こくとうビーンズ:大豆

| 17 | | コッペパン | | 担任確認 | |
|-----------|------|-----------|------|------|--|
| ぎゅうにゅう | | | | | |
| キャベツと | 30 | のりしおポテト | 35 | | |
| とりだんごのスープ | 10 | じゃがいも | 4 | | |
| にんじん | 20 | こめこ | 3 | | |
| たまねぎ | 0.3 | しお | 0.2 | | |
| ほししいたけ | 30 | あおのりこ | 0.1 | | |
| キャベツ | 5 | あげあぶら | 10 | | |
| あおねぎ | 3 | | | | |
| とりからスープ | 2 | きりぼしだいこんと | 12 | | |
| とんこつスープ | 3 | ツナのいためもの | 5 | | |
| こいくちしょうゆ | 0.2 | にんじん | 4 | | |
| しお | 0.02 | きりぼしだいこん | 1 | | |
| こしょう | | りょうりしゅ | 0.5 | | |
| | | うすくちしょうゆ | 0.1 | | |
| | | こしょう | 0.01 | | |
| | | ひまわりあぶら | 0.2 | | |

コッペパン:小麦、乳
キャベツととりだんごのスープ:鶏肉、豚肉

| 18 | | ごはん | | 担任確認 | |
|--------------|-----|------------|------|------|--|
| ぎゅうにゅう | | | | | |
| ぶたじる | 10 | やきざかな(ほっけ) | 10 | | |
| ぶたにく | 5 | ほっけ | 10 | | |
| うすあげ | 10 | | | | |
| にんじん | 10 | ほろもろキャベツの | 5 | | |
| じゃがいも | 20 | さっぱりあえ | 20 | | |
| もやし | 15 | ささみフレク | 5 | | |
| あおねぎ | 5 | にんじん | 3 | | |
| けずりぶし(さばいわし) | 2.5 | はるキャベツ | 20 | | |
| みそ | 9 | りよくとうはるさめ | 4 | | |
| | | しお | 0.2 | | |
| | | こしょう | 0.02 | | |
| | | さとう | 0.3 | | |
| | | こいくちしょうゆ | 0.5 | | |
| | | レモンかじゅう | 0.3 | | |
| | | オリーブあぶら | 0.2 | | |

ぶたじる:さば、豚肉、大豆
はるさめとはるキャベツのさっぱりあえ:鶏肉

| 19 | | わかめごはん | | 担任確認 | |
|--------------|-----|-----------|------|------|--|
| ぎゅうにゅう | | | | | |
| きつねうどん | 30 | どうみょうの | 5 | | |
| たまねぎ | 15 | いためもの | 5 | | |
| うすあげ | 1.5 | にんじん | 15 | | |
| さとう | 1.5 | どうみょう | 25 | | |
| こいくちしょうゆ | 5 | もやし | 1.2 | | |
| うどん | 50 | こいくちしょうゆ | 0.1 | | |
| あおねぎ | 5 | しお | 0.02 | | |
| だしこんぶ | 0.5 | こしょう | 0.02 | | |
| けずりぶし(さばいわし) | 2.5 | ひまわりあぶら | 0.2 | | |
| うすくちしょうゆ | 2 | | | | |
| こいくちしょうゆ | 2 | さつまいも | 10 | | |
| しお | 0.3 | チップス | | | |
| みりん | 1 | さつまいもチップス | | | |
| りょうりしゅ | 1 | | | | |

きつねうどん:小麦、さば、大豆
どうみょうのいためもの:豚肉

| 22 | | しょうパン | | 担任確認 | |
|-----------|------|-----------|------|------|--|
| ぎゅうにゅう | | | | | |
| じゃがいもの | 7.5 | トマトホールかん | 1.5 | | |
| ポタージュ | 10 | たまねぎ | 0.01 | | |
| ベーコン | 50 | じゃがいもペースト | 0.1 | | |
| たまねぎ | 30 | しお | 0.02 | | |
| じゃがいもペースト | 20 | こしょう | 0.02 | | |
| じゃがいも | 0.5 | オリーブあぶら | 0.3 | | |
| パセリ | 20 | | | | |
| ぎゅうにゅう | 3 | キャベツのソテー | 35 | | |
| なまクリーム | 3 | キャベツ | 3 | | |
| とりからスープ | 5 | にんじん | 0.2 | | |
| しお | 0.4 | しお | 0.2 | | |
| こしょう | 0.02 | こしょう | 0.01 | | |
| ひまわりあぶら | 0.3 | こいくちしょうゆ | 0.3 | | |
| | | ひまわりあぶら | 0.2 | | |
| あかうおの | 10 | | | | |
| トマトソース | 10 | | | | |
| あかうお | 0.5 | | | | |
| りょうりしゅ | 15 | | | | |
| たまねぎ | 0.1 | | | | |
| にんにく | | | | | |

しょうパン:小麦、乳
じゃがいものポタージュ:乳、鶏肉、豚肉
あかうおのトマトソース:鶏肉

| 23 | | ごはん | | 担任確認 | |
|----------|-----|----------|------|------|--|
| ぎゅうにゅう | | | | | |
| ポークカレー | 25 | しお | 0.4 | | |
| ぶたにく | 0.5 | こしょう | 0.02 | | |
| つちしょうが | 0.1 | ひまわりあぶら | 0.5 | | |
| たまねぎ | 55 | | | | |
| にんにく | 15 | ココロソテー | 10 | | |
| じゃがいも | 50 | にんじん | 20 | | |
| パセリ | 0.8 | ホールコーン | 5 | | |
| ぎゅうにゅう | 3.2 | おきえだまめ | 0.2 | | |
| なまクリーム | 6 | オリーブあぶら | 0.1 | | |
| とりからスープ | 2 | しお | 0.02 | | |
| しお | 5 | こしょう | 0.02 | | |
| こしょう | 2 | こいくちしょうゆ | 0.3 | | |
| トマトケチャップ | 2 | | | | |
| チャツネ | 4 | ふくじんづけ | 10 | | |
| こいくちしょうゆ | 1.5 | ふくじんづけ | | | |
| とりからスープ | 5 | | | | |
| あかワイン | 1 | | | | |
| りんごピューレ | 2 | | | | |
| さとう | 0.1 | | | | |

ポークカレー:小麦、りんご、鶏肉、豚肉
ココロソテー:大豆

| 24 | | ごはん | | 担任確認 | |
|--------------|------|----------|-----|------|--|
| ぎゅうにゅう | | | | | |
| みそしる | 3 | にら | 3 | | |
| ぶたにく | 30 | つちしょうが | 3.5 | | |
| たまねぎ | 5 | こめず | 2 | | |
| うすあげ | 30 | さとう | 2 | | |
| れいとうとうふ | 0.3 | うすくちしょうゆ | 2 | | |
| わかめ | 5 | ひまわりあぶら | 0.5 | | |
| あおねぎ | 9 | | | | |
| けずりぶし(さばいわし) | 10 | ぶどうまめ | 10 | | |
| みそ | 2 | だいず | 2 | | |
| | 1 | さとう | 1 | | |
| やさいたつぷり | 40 | こいくちしょうゆ | 1 | | |
| さけのなんばんづけ | 0.1 | みりん | | | |
| しお | 0.1 | | | | |
| こしょう | 0.02 | | | | |
| チャツネ | 8 | | | | |
| あげあぶら | 5 | | | | |
| たまねぎ | 10 | | | | |
| にんじん | 3 | | | | |
| えのきたけ | 3 | | | | |
| ほししいたけ | 0.1 | | | | |

みそしる:さば、大豆
やさいたつぷりさけのなんばんづけ:さけ
ぶどうまめ:大豆

| 25 | | ごまパン | | 担任確認 | |
|----------|------|--------------|------|------|--|
| ぎゅうにゅう | | | | | |
| キャベツのスープ | 10 | しお | 0.1 | | |
| ベーコン | 20 | こしょう | 0.03 | | |
| キャベツ | 40 | ひまわりあぶら | 0.3 | | |
| たまねぎ | 10 | | | | |
| にんじん | 10 | たけのこおこわ | 20 | | |
| ホールコーン | 3 | もちごめ | 15 | | |
| うすくちしょうゆ | 0.1 | うすあげ | 2 | | |
| しお | 0.02 | けずりぶし(さばいわし) | 0.5 | | |
| こしょう | 2.5 | しお | 0.1 | | |
| とりからスープ | 0.3 | りょうりしゅ | 0.5 | | |
| ひまわりあぶら | | うすくちしょうゆ | 1 | | |
| | | | | | |
| ぶたにくの | | | | | |
| オイスターいため | 15 | | | | |
| ぶたにく | 25 | | | | |
| たまねぎ | 10 | | | | |
| こまつな | 0.8 | | | | |
| オイスターソース | 0.2 | | | | |
| こいくちしょうゆ | 0.2 | | | | |
| りょうりしゅ | 0.5 | | | | |