

# 2021 9月 詳細献立(アレルギー対応用)

東江学校給食センター

★お知らせ★ 台風等の天候や材料の都合により、献立を変更することがあります。その際は、学校からの献立変更のお知らせをご確認ください。

日/曜日	献立名	3つのグループ(赤・緑・黄)の働きと使用食材名			調味料・だしなど
		赤 おもに血・肉・骨となる 1・2群(たんぱく質・無機質)	緑 おもに体の調子を整える 3・4群(ビタミン・無機質)	黄 おもに力や熱となる 5・6群(炭水化物・脂質)	
1/水	沖繩焼きそば	豚肉 いか チキアギ(小麦・大豆)	キャベツ 人参 もやし からし菜 椎茸 こんにゃく	沖縄そば(小麦・大豆) こめ油	シママース 醤油
	南瓜コロッケ モーウィのツナ和え	アーサー ツナ	南瓜コロッケ(小麦・乳・大豆) モーウィ	揚げ油	シママース 淡口醤油
2/木	麦ごはん	豆腐 豚肉 大豆 赤みそ	へちま 大根 玉ねぎ 人参 椎茸 たら しょうが こんにゃく	米 麦 三温糖 ごま油 かつくり粉	豆腐油(28品目なし) 醤油 オイスターソース シママース 練だし粉
	麻婆へちま 春巻			テンシン春巻(小麦・ごま・大豆・豚肉・鶏肉) 揚げ油	
3/金	春雨の中巻和え	無添加ハム(大豆・豚肉・鶏肉) 鶏糸卵(卵)	もやし きゅうり	春雨 三温糖 白ごま	醤油 特濃酢
	コッペパン	豚肉 ウインナー(大豆・鶏肉・豚肉・乳)	人参 玉ねぎ キャベツ 大根 いんげん	コッペパン(小麦・乳・大豆)	料理酒 シママース 醤油 みりん風 焼酎
6/月	ポトフ	豚肉	人参 玉ねぎ じゃが芋	じゃが芋	シママース こしょう 白ワイン 練だし粉 ローレル葉(バセリ)
	洋風卵焼き	卵 レッドキドニー ツナ	玉ねぎ	粒 三温糖	シママース こしょう 醤油 ウスターソース デミグラスソース ケチャップ 白ワイン
7/火	シークワサーサラダ	無添加ハム(大豆・豚肉・鶏肉)	小松菜 きゅうり 大根 コーン シークワサー果汁	オリーブ油 三温糖	特濃酢 こしょう シママース
	オレンジ ヤファラジュシー スルルーのウツチン揚げ ゴーヤチャンプルー	ツナ もずく スルルー(きびなど) 豚肉 厚揚げ 卵	オレンジ カンタバー 人参 にがうり	米 麦 小麦粉 かつくり粉 揚げ油 こめ油	淡口醤油 シママース 焼酎 シママース ウツチン カレー粉 シママース
8/水	玄米ごはん けんちん汁 豆腐のきのこあんかけ	油揚げ 赤みそ 白みそ 沖繩豆腐	大根 ごぼう こんにゃく 長ねぎ えのき しめじ グリンピース 生姜	米 玄米 醤油 ごま油 三温糖 かつくり粉 こめ油	焼酎 淡口醤油 みりん風 練だし粉(鶏肉・豚肉) 焼酎ごまドレッシング(小麦・ごま・大豆) シママース
	ほうれん草のじゃこ和え	ほうれん草 鶏糸卵(卵)	ほうれん草 白菜	三温糖	淡口醤油
9/木	みそ煮込みうどん	豚肉 チキアギ(小麦・大豆) 油揚げ 赤みそ 赤だし	白菜 人参 長ねぎ ほうれん草 椎茸	うどん(小麦・大豆) 三温糖	醤油 みりん風 料理酒 焼酎 シママース
	ウムクジアンダーギー		にら	さつま芋 さつま芋デンプン 揚げ油 紅芋ペースト	シママース
10/金	ひじきツナサラダ	ツナ ひじき	大根 きゅうり コーン	三温糖	シママース こしょう 特濃酢 和風ドレッシング(小麦・大豆・りんご)
	麦ごはん キーマカレー	牛肉 豚肉 大豆	玉ねぎ 人参 ビーマン エリンギ トマト 生姜 こんにゃく	こめ油	ドライカレー(乳・小麦・牛肉・豚肉・りんご) 赤ワイン ケチャップ リンゴピューレ カレー粉 シママース ポークアライオン(豚肉・鶏肉)
11/土	ゆでたまご ナッツサラダ	卵	キャベツ 人参 きゅうり パプリカ レモン果汁	三温糖 アーモンド	イタリアンドレッシング(大豆・りんご) シママース
	オレンジ あみパン		オレンジ	あみパン(小麦・乳・大豆)	
12/日	野菜と牛肉のスープ	牛肉 牛乳	キャベツ 人参	搾菜 じゃが芋	シママース こしょう 淡口醤油 バセリ 練だし粉 ローレル葉 白ワイン
	ジャーマンポテト	ウインナーソーセージ(大豆・鶏肉・豚肉) チーズ	コーン ビーマン パプリカ こんにゃく	じゃが芋 無塩バター 揚げ油	シママース こしょう
13/月	フルーツ白玉	苺 梨	黄桃(もも) みかん バイソ シークワサー果汁	白玉団子(大豆) カラフルボール(大豆) グラニュー糖	
	ひじき入り炊き込みご飯 干草焼き	鶏肉 大豆 チキアギ(小麦・大豆) ひじき 干草焼き(小麦・卵・乳・大豆・鶏肉)	人参 たら ごぼう 椎茸	米 麦 こめ油	シママース 醤油 みりん風 料理酒 焼酎
14/火	筑前煮 紅芋タルト	鶏肉	ごぼう 人参 れんこん こんにゃく グリンピース 椎茸	醤油 三温糖 こめ油 紅芋タルト(小麦・乳・卵)	醤油 みりん風 料理酒 焼酎
	麦ごはん かきたま汁	卵 無添加ハム(大豆・豚肉・鶏肉)	小松菜 玉ねぎ えのき	米 麦 かつくり粉	醤油 淡口醤油 みりん風 料理酒 練だし粉 ローレル葉 シママース
15/水	鶏肉の甘辛揚げ ワカメの中華和え カルフィッシュ	鶏肉 わかめ	長ねぎ 生姜 もやし 人参	三温糖 ごま油 揚げ油 かつくり粉 三温糖 ごま油 白ごま 黒ごま カルフィッシュ(28品目なし)	醤油 料理酒 みりん風 特濃酢 シママース 醤油 特濃酢
	シーフードスパゲティ ポテトサラダ ごまココアマシュマロ	いか えび あさり	エリンギ 玉ねぎ 人参 ビーマン トマト こんにゃく きゅうり コーン レモン果汁	スパゲティ(小麦) こめ油 じゃが芋 三温糖 ノンエッグマヨネーズ(大豆・りんご) 黒ごま アーモンド くるみ ココア コーンフレーク マシュマロ マーガリン	ケチャップ 白ワイン デミグラスソース シママース こしょう シママース こしょう 特濃酢
16/木	麦ごはん すき焼き 鍋の塩焼き もやしと青菜の和え物 元氣ヨーグルト	牛肉 豆腐 豚(はた) もやしと青菜 元氣ヨーグルト(乳・セラチン)	人参 白菜 長ねぎ ほうれん草 しらたき もやし 小松菜 人参 こんにゃく	米 麦 三温糖 こめ油 ごま油 三温糖 白ごま	料理酒 醤油 みりん風 焼酎 シママース 料理酒 淡口醤油 豆腐油
	食パン クラムチャウダー 豚サラダ いんげんソテー オレンジ	あさり えび 鶏肉 白豆ペースト 牛乳 スクランブルエッグ(卵・小麦・大豆) 無添加ベーコン(豚肉・大豆)	人参 玉ねぎ コーン きゅうり ビワル いんげん 人参 大根 しめじ こんにゃく	食パン(小麦・乳・大豆) じゃが芋 無塩バター 小麦粉 ノンエッグマヨネーズ(大豆・りんご) こめ油 アーモンド	白ワイン シママース こしょう 練だし粉 ローレル葉 シママース こしょう 醤油 こしょう シママース
17/金	麦ごはん 魚天ぷら 沖繩風揚げ くるみチリメン燗 仲長しシークワサーゼリー	厚き 卵 厚揚げ(大豆) 豚肉 昆布 昆布 チリメン シークワサー果汁 アガー	大根 ごぼう 玉ねぎ 白菜 人参 しめじ きくらげ 生姜	米 麦 小麦粉 揚げ油 三温糖 くるみ 白ごま 三温糖 グラニュー糖	シママース 料理酒 シママース 醤油 みりん風 料理酒 焼酎 料理酒 醤油 みりん風 焼酎
	焼きうどん タピオカウプサー 大根のピリ辛和え オレンジ	豚肉 チキアギ(小麦・大豆) 油揚げ(大豆) 青のり きな粉(大豆) 豆乳 昆布	椎茸 人参 玉ねぎ キャベツ 白菜 ほうれん草 生姜 シークワサー果汁 大根 人参 きゅうり	うどん(小麦・大豆) こめ油 紅芋 タピオカ粉 グラニュー糖 三温糖	醤油 みりん風 シママース 焼酎 シママース 醤油 特濃酢 唐辛子
18/土	黒糖パン チキンスープ ミートボールケチャップ煮	鶏肉 鶏肉 スクランブルエッグ(卵・小麦・大豆) ポロニアソーセージ(卵・乳・大豆・小麦・豚肉・鶏肉)	小松菜 長ねぎ コーン 生姜 人参 玉ねぎ ビーマン キャベツ	黒糖パン(小麦・乳・大豆) 春雨 ラー油 淡口醤油 シママース 練だし粉 ローレル葉	
	野菜の卵とじ	スクランブルエッグ(卵・小麦・大豆) ポロニアソーセージ(卵・乳・大豆・小麦・豚肉・鶏肉)	人参 玉ねぎ ビーマン キャベツ	こめ油	醤油 こしょう シママース
19/日	かやくご飯 鍋の焼みそ焼き 鮭イリサ アセロラゼリー	鶏肉 カステラかまぼこ(小麦・卵・大豆) わかめ 鮭(さけ) 白みそ 卵 豚肉	人参 こんにゃく ごぼう 椎茸 ねぎ もやし 人参 からし菜	米 麦 こめ油 三温糖 すり胡麻 白ごま 粒(小麦) こめ油 アセロラゼリー(りんご)	醤油 シママース みりん風 料理酒 焼酎 料理酒 みりん風 梅びしめ シママース 醤油
	中華丼 餃子 中華スープ オレンジ	えび 豚肉 うずら卵(卵) 厚揚げ(大豆) 餃子(小麦 ごま 大豆 豚肉) わかめ 無添加ベーコン(豚肉・大豆)	玉ねぎ 白菜 人参 しめじ きくらげ 生姜 白米 玉ねぎ ほうれん草 生姜	米 麦 ごま油 こめ油 かつくり粉 揚げ油 ごま油	中華ベース(小麦・大豆・ごま・鶏肉・豚肉) 醤油 シママース ポークアライオン(豚肉・鶏肉) 料理酒
20/月	スパゲティミートソース ごぼうサラダ ココア蒸しパン	豚肉 大豆 ささみチャック(鶏肉) 卵 牛乳	玉ねぎ セロリ 人参 トマト こんにゃく ごぼう れんこん きゅうり 人参	スパゲティ(小麦) オリーブ油 こめ油 三温糖 ノンエッグマヨネーズ(大豆・りんご) 三温糖	シママース バセリ パプリカ デミグラスソース ケチャップ ウスターソース 赤ワイン こしょう オレガノ 醤油 特濃酢 シママース こしょう 小麦粉 ケーキミックス(小麦・大豆) グラニュー糖 マーガリン
	麦ごはん ワカメスープ 回鍋肉 春雨の和え物	わかめ 無添加ベーコン(豚肉・大豆) 豚肉 無添加ハム(大豆・豚肉・鶏肉)	白米 玉ねぎ ほうれん草 生姜 キャベツ ビーマン 人参 玉ねぎ 生姜 こんにゃく	米 麦 ごま油 ごま油 こめ油 三温糖 かつくり粉 白ごま 三温糖 ごま油 春雨	淡口醤油 シママース みりん風 練だし粉 料理酒 シママース 豆腐油(28品目なし) 豆腐油(小麦・大豆) 醤油 料理酒 醤油 特濃酢 シママース

※調味料・調理加工品に關しましては、アレルギー28品目(乳・卵・小麦・そば・ピーナツ・えび・かに・あわび・いか・くらげ・オレギン・キウイフルーツ・牛肉・くるみ・そば・大豆・鶏肉・豚肉・まけしめ・もも・やぶい・りんご・セラチン・バナナ・ごま・カシューナツ)の表示をしています。 ※揚げ油(大豆)は、揚げ調理で複数回の調理に使用しています。ご了承ください。※調理機器のメンテナンスでサラダ油・大豆油を使用していることがあります。

①醤油、淡口醤油は、小麦・大豆を含みます。②酢・特濃酢は、小麦を含みます。③ウスターソースは、大豆・りんごを含みます。④カレー粉は、小麦・大豆・牛肉・鶏肉を含みます。

⑤豆腐、豆乳、おから、赤みそ・白みそ・甘口白みそ・揚げ油は、大豆を含みます。⑥デミグラスソースは、小麦・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・セラチンを含みます。⑦マーガリンは、乳・大豆・豚肉を含みます。

⑧バターは、乳を含みます。⑨枝豆、もやしは大豆が原料となります。⑩ツナは、大豆を含みます。⑪鶏だし骨は、鶏肉・卵を含みます。

※もずく・あさぎ等の海藻類やしらす等に、いよかえび、かにの産物が入っていることがあります。※アレルギー表示義務：推奨食材ではありませんが、オイスターソースは、小麦を含みます。