

令和7年度3月 詳細献立表（食物アレルギー対応給食）

※以下の点にご注意ください※

・料理名の前に記載されているマーク（○●●□）は、個別食缶のふたの色(または形)です。

・以下のような海産物には同じ海域で生息する他の海洋生物(えびやかに、いか、たこなど)が混入している可能性があります。
(例)ちりめんじゃこ、煮干し、海藻類(わかめ、ひじき、刻みのり、海藻ミックス、もずく、青のり)等

・魚肉練り製品(かまぼこやさつま揚げ等)の原料となる魚肉にはえびやかに、いか、たこ等を捕食している魚を使用している場合があります。

・ちりめんじゃこや煮干し等には魚卵が含まれることがあります。

・揚げ油は同じ油を複数回使用するため、事前に揚げた食材の成分が微量混入することがあります。**揚げ油の使用回数は献立名の横に記載**していますので、ご確認ください。

・米酢の代わりに穀物酢、穀物酢の代わりに米酢を使用する場合があります。

・塩、砂糖、酒、でん粉(じゃがいもまたはとうもろこし)、油は本献立表に記載がなくても、調理の状況により追加する場合があります。

・すべての食品は同じ調理場内で扱っているため、意図せず混入する(コンタミネーション)場合があります。

・加工食品等の詳細な原材料は、年間・学期・月の使用食材原材料表をご覧ください。
月の原材料表に記載のある食品名には「月」と表示してあります。

・果物、野菜の料理のうち、加熱調理を行っていない食品には、料理名に「(生)」と表示してあります。

3/2 (月)		3/3 (火)		3/4 (水)		3/5 (木)		3/6 (金)	
○ ご飯 豆乳 ● 麻婆豆腐 ● 春雨の中華サラダ ● 清見オレンジ(生)		○ ちらし寿司 豆乳 ● ほうれん草とえのきのすまし汁 □ 鯖のさざれ焼き ● 肉じゃが		○ きなご揚げパン【揚げ油①】 豆乳 ● 米粉マカロニ入り野菜スープ ● にんじんサラダ		○ ご飯 豆乳 ● のらぼう菜の味噌汁 □ コロコロホキの揚げがらめ【揚げ油②】 ● うどとれんごんのきんぴら		○ ご飯 いちご豆乳 ● コーンポタージュ □ 豆腐ハンバーグデミグラスソース ● ポテトサラダ	
食品名	純使用g	食品名	純使用g	食品名	純使用g	食品名	純使用g	食品名	純使用g
ご飯		ちらし寿司		きなご揚げパン【揚げ油①】		ご飯		ご飯	
精白米(慣行)	70.00	精白米(慣行)	55.00	米粉丸パン 5個入	55.00	精白米(慣行)	70.00	精白米(慣行)	65.00
豆乳		食塩	0.10	米粉丸パン 5個入	110.00	豆乳		いちご豆乳	
大豆飲料(プレーン) 200ml	216.00	穀物酢	7.00	米粉丸パン 5個入	110.00	大豆飲料(プレーン) 200ml	216.00	大豆飲料(いちご味) 125ml	125.00
麻婆豆腐		上白糖	3.00	米粉丸パン 5個入	165.00	のらぼう菜の味噌汁		コーンポタージュ	
サラダ油(米) 1.5kg	0.50	にんじん	5.00	揚げサラダ油	5.00	水	115.00	サラダ油(米) 1.5kg	0.50
しょうが	0.50	油揚げ	5.00	上白糖	8.00	煮干し だし用	3.00	たまねぎ	45.00
にんにく	0.50	干ししいたけ(スライス)	0.50	きな粉	5.00	キャベツ	25.00	食塩	0.20
長ねぎ	15.00	たけのこ水煮	5.00	食塩	0.05	木綿豆腐 300g	15.00	こしょう 100g	0.02
トウバンジャン 130g	0.20	かんぴょう カット	1.00	豆乳		のらぼう菜	10.00	スープストックチキン(学)	1.00
豚もも挽き	17.00	うすくちしょうゆ	3.00	大豆飲料(プレーン) 200ml	216.00	赤味噌(減塩)	3.80	水	50.00
たけのこ水煮	20.00	清酒	1.00	米粉マカロニ入り野菜スープ		白味噌(減塩)	3.80	調製豆乳 1L	40.00
干ししいたけ(スライス)	1.00	上白糖	2.00	豚ばら小間	10.00	備前乾燥貝材(わかめ ほうれん草 油揚げ)100g	1.30	白いんげん豆ペースト	7.00
水	40.00	本みりん	1.00	たまねぎ	20.00	コロコロホキの揚げがらめ【揚げ油②】		クリームコーン 1kg	40.00
大豆ミート(ミンチ)	6.00	むき枝豆(冷凍)	5.00	スープストックチキン(学)	1.80	ホキ1.5cm角切り チルド	50.00	米粉	3.00
スープストックチキン(学)	0.70	豆乳		水	100.00	清酒	1.00	パセリチップ	0.01
八丁味噌 300g	1.00	大豆飲料(プレーン) 200ml	216.00	にんじん	8.00	こしょう 100g	0.02	豆腐ハンバーグデミグラスソース	
テンメンジャン	3.00	ほうれん草とえのきのすまし汁		レンズ豆	3.00	でん粉	10.00	豚もも挽き	40.00
こいくちしょうゆ 1.8L	5.00	水	150.00	月 米粉マカロニ(ハート形)	7.00	揚げサラダ油	7.30	押し豆腐(80%)	20.00
清酒	1.00	かつお節 厚削り だし用	3.00	えのきたけ 1/3カット パラ	5.00	清酒	1.00	無調整豆乳 200ml	8.00
上白糖	1.00	えのきたけ 1/3カット パラ	10.00	カットトマト 1.5kg	15.00	こいくちしょうゆ 1.8L	2.64	コーンフレーク	4.50
長ねぎ	15.00	にんじん	5.00	じゃがいも	30.00	穀物酢	2.40	炒めたまねぎ(冷凍) 1kg	25.00
木綿豆腐 300g	90.00	木綿豆腐 300g	20.00	かぶ	20.00	上白糖	1.80	食塩	0.20
でん粉	2.00	こんにゃく寒天 100g	0.50	食塩	0.28	水	8.40	こしょう 100g	0.03
春雨の中華サラダ		本みりん	1.00	こしょう 100g	0.03	しょうが	0.30	ナツメグパウダー	0.03
きくらげ(乾) 短冊切り	0.50	食塩	0.40	にんじんサラダ		うどとれんごんのきんぴら		サラダ油(米) 1.5kg	1.50
緑豆はるさめ 5cmカット	6.00	うすくちしょうゆ	2.00	にんじん	20.00	サラダ油(米) 1.5kg	1.00	サラダ油(米) 1.5kg	0.10
にんじん	10.00	月 あられはんぺん(やまいも)	5.00	キャベツ	15.00	ささがきごぼう(短)	10.00	ぶなしめじ パラ	5.00
チンゲンサイ	10.00	ほうれんそう	10.00	きゅうり	10.00	れんこん	10.00	水	10.00
こいくちしょうゆ 1.8L	3.60	鯖のさざれ焼き		まぐろ油漬レトルト(フレーク, ライト)	10.00	うど	7.00	トマトケチャップ 285g	1.50
穀物酢	3.60	さわら切り身(骨・血合い抜き) 50g	50.00	ピュアオリーブ油 0.91kg	3.36	にんじん	5.00	無着色中濃ソース(学)	1.50
上白糖	0.90	さわら切り身(骨・血合い抜き) 50g	50.00	穀物酢	3.00	糸こんにゃく カット	10.00	ハヤシフレーク(アレルギー用) 1kg	3.00
ごま油	2.10	さわら切り身(骨・血合い抜き) 60g	60.00	上白糖	0.90	さつま揚げ	8.00	赤ワイン	1.00
清見オレンジ(生)		さわら切り身(骨・血合い抜き) 60g	60.00	粉からし	0.01	こいくちしょうゆ 1.8L	2.00	上白糖	0.10
清見オレンジ 2L	40.00	ノンエッグマヨネーズ 305g(エッグケア)	4.00	こしょう 100g	0.02	上白糖	1.00	ポテトサラダ	
		粒入りマスタード 90g	2.00	食塩	0.30	本みりん	1.50	にんじん	5.00
		食塩	0.10			一味唐辛子 10g	0.07	じゃがいも	40.00
		こしょう 100g	0.01			きゅうり	10.00	ノンエッグマヨネーズ 305g(エッグケア)	7.70
		コーンフレーク	10.00			食塩	0.05	食塩	0.05
		パセリチップ	0.04						
		肉じゃが							
		豚ばら小間	10.00						
		清酒	0.60						
		しょうが	0.30						
		たまねぎ	30.00						
		にんじん	10.00						
		しらたき カット	7.00						
		じゃがいも	30.00						
		水	6.00						
		本みりん	0.60						
		三温糖	1.00						
		こいくちしょうゆ 1.8L	3.00						
		さやいんげん(生)	3.00						

令和7年度3月 詳細献立表（食物アレルギー対応給食）

3/9 (月)		3/10 (火)		3/11 (水)		3/12 (木)		3/13 (金)		3/16 (月)	
○ ご飯 豆乳 ● 米粉ワンタンスープ ● 豚キムチ炒め ● フルーツ白玉		○ わかめご飯 豆乳 ● 米粉すいとん汁 □ めばるの甘辛あんかけ【揚げ油③】 ● 小松菜とえのきののり和え		○ ジャーチャー麺(米粉中華麺) ● (ジャーチャー麺の具) 豆乳 ● ベーコンポテト ● 清見オレンジ(生)		○ ビビンバ(肉ご飯) ● (茹で野菜と味噌だれ) 豆乳 ● 中華コーンスープ ● 豆乳アイスクリーム		○ 赤飯 豆乳 ● 沢煮碗 □ ふく☆うまからあげ【揚げ油④】 ● のらぼう菜のごま和え		○ ご飯 コーヒー豆乳 ● 大根と油揚げの味噌汁 □ 鰯フライ【揚げ油⑤】 ● 厚揚げのそぼろ煮	
食品名	純使用g	食品名	純使用g	食品名	純使用g	食品名	純使用g	食品名	純使用g	食品名	純使用g
ご飯 精白米(慣行) 65.00 豆乳		わかめご飯 精白米(慣行) 65.00 わかめご飯の素(減塩) 200g 1.50		ジャーチャー麺(米粉中華麺) 中華めん(米粉) 80.00 サラダ油(米) 1.5kg 6.00		ビビンバ(肉ご飯) 精白米(慣行) 60.00 サラダ油(米) 1.5kg 0.50 にんにく 0.10 しょうが 0.30 豚もも挽き 20.00 大豆ミート(ミンチ) 5.00 清酒 1.00 三温糖 1.00 こいくちしょうゆ 1.8L 2.00 本みりん 0.80 トウバンジャン 130g 0.08		赤飯 精白米(慣行) 33.00 もち米 33.00 食塩 0.20 あずき(乾) 3.00 食塩 0.20		ご飯 精白米(慣行) 65.00 コーヒー豆乳 大豆飲料(コーヒー味) 200ml 216.00 大根と油揚げの味噌汁 水 110.00 煮干し だし用 2.20 だいごん 30.00 油揚げ 5.00 じゃがいも 15.00 赤味噌(減塩) 3.80 白味噌(減塩) 3.80 こまつな 5.00 長ねぎ 10.00	
大豆飲料(プレーン) 200ml 216.00		大豆飲料(プレーン) 200ml 216.00		(ジャーチャー麺の具) サラダ油(米) 1.5kg 0.50 米粉すいとん汁 0.10 トウバンジャン 130g 0.50 にんにく 0.50 しょうが 0.50 長ねぎ 10.00 豚もも挽き 15.00 清酒 1.00 レンズ豆 2.00 大豆ミート(ミンチ) 5.00 ごしょう 100g 0.05 たけのご水煮 15.00 にんじん 10.00 たまねぎ 40.00 干しいたけ(スライス) 0.50 水 20.00 赤味噌(減塩) 5.40 八丁味噌 300g 0.90 上白糖 0.45 こいくちしょうゆ 1.8L 2.30 本みりん 1.80 デンメンジャン 1.50 スープストックチキン(学) 0.40 オイスターソース 0.45 でん粉 1.40 ごま油 0.50		緑豆もやし 30.00 こまつな 15.00 にんじん 10.00 赤味噌(減塩) 7.20 三温糖 4.80 水 4.20 本みりん 3.00		大豆飲料(プレーン) 200ml 216.00		大豆飲料(プレーン) 200ml 216.00	
米粉ワンタンスープ サラダ油(米) 1.5kg 0.50 しょうが 0.30 豚かたせん切り 10.00 清酒 1.00 スープストックチキン(学) 2.00 水 120.00 にんじん 5.00 こいくちしょうゆ 1.8L 1.00 食塩 0.10 ごしょう 100g 0.03 米粉ワンタン 15.00 はくさい 25.00 緑豆もやし 10.00 長ねぎ 10.00		米粉すいとん汁 豚ばら小間 8.00 清酒 1.00 にんじん 8.00 だいごん 25.00 ささがきごぼう(短) 8.00 水 108.00 だしパック 2.00 油揚げ 5.00 食塩 0.40 こいくちしょうゆ 1.8L 4.00 ぶなしめじ 6.00 月 絹ごし豆腐 10.00 白玉粉 15.00		(茹で野菜と味噌だれ) 緑豆もやし 30.00 こまつな 15.00 にんじん 10.00 赤味噌(減塩) 7.20 三温糖 4.80 水 4.20 本みりん 3.00		豆乳 大豆飲料(プレーン) 200ml 216.00 中華コーンスープ 月 ベーコンせん切り 8mm幅 7.00 たまねぎ 20.00 スープストックチキン(学) 1.70 水 100.00 クリームコーン 1kg 30.00 うすくちしょうゆ 1.00 食塩 0.10 ごしょう 100g 0.03 冷凍ホールコーン 10.00 でん粉 0.80 しょうが 0.30 チンゲンサイ 7.00 長ねぎ 5.00		ふく☆うまからあげ【揚げ油④】 鶏むね皮なし切り身 50g 50.00 鶏むね皮なし切り身 50g 50.00 鶏むね皮なし切り身 50g 50.00 鶏むね皮なし切り身 60g 60.00 しょうが 0.20 にんにく 0.20 酒かす 1.00 水 1.20 ノンエッグマヨネーズ 305g(エッグケア) 3.50 こいくちしょうゆ 1.8L 2.00 でん粉 10.00 揚げサラダ油 6.00		鰯フライ(揚げ油⑤) あじフィレ 40g 40.00 あじフィレ 40g 40.00 あじフィレ 40g 40.00 あじフィレ 50g 50.00 清酒 2.00 食塩 0.20 ごしょう 100g 0.03 米粉 5.00 コーンフレーク 10.00 揚げサラダ油 4.00 無着色中濃ソース(学) 4.80	
豚キムチ炒め サラダ油(米) 1.5kg 0.50 にんにく 0.50 しょうが 0.50 トウバンジャン 130g 0.10 豚かた小間 35.00 清酒 1.00 たまねぎ 25.00 切り干し大根 2.00 こいくちしょうゆ 1.8L 0.80 オイスターソース 0.40 赤味噌(減塩) 2.00 白菜キムチ 刻み 20.00 長ねぎ 10.00 にら 5.00		めばるの甘辛あんかけ【揚げ油③】 めばる切り身 50gチルド 50.00 めばる切り身 50gチルド 50.00 めばる切り身 50gチルド 50.00 めばる切り身 60gチルド 60.00 食塩 0.10 清酒 3.00 しょうが 1.00 でん粉 6.10 揚げサラダ油 4.00 こいくちしょうゆ 1.8L 3.30 本みりん 1.50 上白糖 3.00 水 12.00 でん粉 0.30		豆乳 大豆飲料(プレーン) 200ml 216.00 ベーコンポテト 月 ベーコンせん切り 8mm幅 0.30 食塩 0.20 ごしょう 100g 0.03 パセリチップ 0.50 冷凍ホールコーン 10.00 じゃがいも 50.00		豆乳アイスクリーム 月 豆乳アイスクリーム 60.00		のらぼう菜のごま和え にんじん 5.00 緑豆もやし 35.00 のらぼう菜 15.00 白すりごま 3.00 こいくちしょうゆ 1.8L 3.60 上白糖 2.40 本みりん 2.76 白ねりごま 1.00		厚揚げのそぼろ煮 サラダ油(米) 1.5kg 0.30 しょうが 0.30 豚もも挽き 10.00 たまねぎ 20.00 にんじん 5.00 大豆ミート(ミンチ) 3.00 水 7.00 本みりん 0.70 上白糖 1.00 こいくちしょうゆ 1.8L 3.00 でん粉 0.60 月 冷凍生揚げ(さいの目・1cm角) 35.00 むき枝豆(冷凍) 4.00	
フルーツ白玉 白玉もち(冷凍) 25.00 水 15.00 上白糖 3.00 白ワイン 1.50 ミックスフルーツ(りんご・桃・洋梨) 30.00		小松菜とえのきののり和え えのきたけ 1/3カットバラ 15.00 キャベツ 20.00 こまつな 20.00 サラダ油(米) 1.5kg 2.40 こいくちしょうゆ 1.8L 2.40 穀物酢 2.40 食塩 0.12 ごしょう 100g 0.02 上白糖 0.19 刻みのり 20g袋 1.00		清見オレンジ(生) 清見オレンジ 2L 40.00							

令和7年度3月 詳細献立表（食物アレルギー対応給食）

3/17 (火)		3/18 (水)		3/19 (木)		3/23 (月)	
○ ツナピラフ 豆乳 ● ミネストローネ □ コーンと米粉マカロニのグラタン ● サイダーゼリーポンチ		○ 米粉麺のきつねうどん 豆乳 □ 揚げたご焼き風【揚げ油⑥】 ● じゃが芋のうま煮 ● みかんゼリー		○ 鶏肉のあんかけ丼(ご飯) ● (あんかけ丼の具) 豆乳 ● じゃこサラダ ● 清見オレンジ(生)		○ ごほう入りドライカレー(ターメリックライス) ● (ドライカレー) 豆乳 ● 糸寒天のサラダ ● 手作りソイドーナッツ【揚げ油⑦】	
食品名	純使用g	食品名	純使用g	食品名	純使用g	食品名	純使用g
ツナピラフ		米粉麺のきつねうどん		鶏肉のあんかけ丼(ご飯)		ごほう入りドライカレー(ターメリックライス)	
精白米(慣行)	55.00	水	120.00	精白米(慣行)	71.00	精白米(慣行)	70.00
豆乳クリーム油 500g	1.00	かつお節 厚削り だし用	3.00	(あんかけ丼の具)		清酒	1.40
にんじん	5.00	だし昆布	0.50	水	30.00	ターメリックパウダー	0.08
炒めたまねぎ(冷凍) 1kg	15.00	油揚げ	20.00	かつお節 厚削り だし用	1.20	(ドライカレー)	
こしょう 100g	0.02	うすくちしょうゆ	7.00	鶏もも皮なし1cm角	25.00	サラダ油(米) 1.5kg	0.50
食塩	0.30	食塩	0.10	鶏むね皮なし1.5cm角	25.00	にんにく	0.40
スープストックチキン(学)	0.35	本みりん	2.00	たまねぎ	40.00	しょうが	0.40
まぐろ油漬レトルト(フレーク、ライト)	17.00	清酒	0.50	にんじん	10.00	セロリー	4.00
白ワイン	0.50	月 クイッキオ(平麺ビーフン)	35.00	月 冷凍生揚げ(さいの目・1cm角)	37.00	こしょう 100g	0.08
むき枝豆(冷凍)	3.00	サラダ油(米) 1.5kg	1.50	さつま揚げ	15.00	カレー粉 100g	0.35
大豆		長ねぎ	10.00	こいくちしょうゆ 1.8L	6.00	豚もも挽き	20.00
大豆飲料(ブレーン) 200ml	216.00	大豆飲料(ブレーン) 200ml	216.00	本みりん	1.00	赤ワイン	2.50
ミネストローネ		揚げたご焼き風【揚げ油⑥】		上白糖	1.00	大豆ミート(ミンチ)	10.00
月 ベーコンせん切り 8mm幅	6.00	たこ(ゆで)2cm	25.00	食塩	0.20	ごほう 洗い	15.00
にんにく	0.20	月 焼きちくわ(輪切り)	25.00	でん粉	2.00	たまねぎ	60.00
セロリー	2.00	しょうが	0.30	大豆		にんじん	20.00
炒めたまねぎ(冷凍) 1kg	30.00	清酒	1.00	大豆飲料(ブレーン) 200ml	216.00	食塩	0.60
スープストックチキン(学)	1.30	米粉	7.00	じゃこサラダ		カレー粉 100g	0.35
水	90.00	乾燥マッシュポテト	10.00	サラダ油(米) 1.5kg	1.00	上白糖	0.40
にんじん	10.00	青のり	0.10	ちりめんじゃこ	5.00	トマトケチャップ 285g	8.80
レンズ豆	5.00	揚げサラダ油	5.00	キャベツ	35.00	無着色中濃ソース(学)	4.00
カットトマト 1.5kg	15.00	無着色中濃ソース(学)	5.00	にんじん	5.00	米粉	2.00
トマトピューレ 1kg	4.00	本みりん	1.80	備前乾燥具材(わかめ ほうれん草 油揚げ)100g	1.30	こいくちしょうゆ 1.8L	1.60
トマトケチャップ 285g	6.00	トマトケチャップ 285g	0.96	サラダ油(米) 1.5kg	3.00	大豆	
無着色ウスターソース(学)	1.50	かつお節糸削り 30g袋	1.00	こいくちしょうゆ 1.8L	2.40	大豆飲料(ブレーン) 200ml	216.00
ローリエパウダー	0.02	じゃが芋のうま煮		穀物酢	3.00	糸寒天のサラダ	
食塩	0.10	サラダ油(米) 1.5kg	0.30	こしょう 100g	0.02	こんにゃく寒天 100g	0.50
こしょう 100g	0.02	しょうが	0.30	上白糖	0.19	にんじん	5.00
上白糖	1.00	豚もも挽き	10.00	清見オレンジ(生)		キャベツ	25.00
じゃがいも	20.00	清酒	0.50	清見オレンジ 2L	40.00	冷凍ホールコーン	5.00
コーンと米粉マカロニのグラタン		にんじん	10.00			こまつな	10.00
月 米粉マカロニ(ハート形)	10.00	たまねぎ	26.00			ピュアオリーブ油 0.91kg	3.36
クリームコーン 1kg	30.00	じゃがいも	38.00			穀物酢	2.28
調製豆乳 1L	15.00	さつま揚げ	10.00			食塩	0.36
スープストックチキン(学)	0.30	水	10.00			こしょう 100g	0.02
白味噌(減塩)	0.40	うすくちしょうゆ	2.50			上白糖	0.24
食塩	0.10	上白糖	1.50			こいくちしょうゆ 1.8L	0.72
こしょう 100g	0.02	さやいんげん(生)	4.00			にんにく	0.06
乾燥マッシュポテト	2.00	みかんゼリー				粉からし	0.02
紙カップ 100ml	1.00	国産みかんゼリー	40.00			手作りソイドーナッツ【揚げ油⑦】	
サイダーゼリーポンチ						白いんげん豆ペースト	20.00
ミックスフルーツ(りんご・桃・洋梨)	40.00					米粉	10.00
水	6.00					調製豆乳 1L	10.00
上白糖	2.00					月 ベーキングパウダー(450g)	0.30
粉寒天	0.20					上白糖	3.00
月 炭酸飲料(サイダー) 430ml	10.00					揚げサラダ油	2.10
						グラニュー糖	5.00