

6月 卵・乳除去食 予定献立

こんげつのもくひょう「よくかんでたべよう」

日	主食・おかず・デザート・その他	使われている材料	加工品(※)のアレルゲン特定原材料28品目
(水)	げんまいりごはん	米、玄米	
	はるさめスープ	鶏肉、酒、人参、もやし、長ねぎ、※①なたと、※②春雨、わかめ、※③チキンブイオン、※④中華スープの素、塩、コショウ、醤油、ごま油、白ごま	※①-、※②- ※③鶏肉、※④大豆、鶏肉、豚肉、ごま
	あじのあげに	※あじの揚げ煮	※小麦、大豆
	チンジャオロース	豚肉、酒、醤油、たけのこ、人参、ピーマン、椎茸、生姜、にんにく、※①中華スープの素、※②豆板醤 ※③オイスターソース、サラダ油、でん粉、ごま油	※①大豆、鶏肉、豚肉、ごま ※②大豆、※③-
(木)	むぎごはん	米、大麦	
	じゃがいもときりぼしだいこんのみそしる	豚肉、※①油揚げ、切干大根、じゃが芋、長ねぎ、小松菜、※②昆布だし、かつおだし、白味噌	※①大豆、※②-
	とりにくのしょうがやき	鶏肉、生姜、にんにく、酒、醤油、みりん	
(金)	ひじきのサラダ	ひじき、きゅうり、人参、もやし、※①ハム、酢、サラダ油、砂糖、塩、コショウ、醤油	※豚肉
	ソフトフランスパン	※ソフトフランスパン	※小麦
	ミネストローネ	※①マカロニ、人参、玉ねぎ、白いんげん豆、セロリ、キャベツ、※②ウインナー、にんにく、サラダ油、トマト 塩、醤油、砂糖、コショウ、白ワイン、※③チキンブイオン、コンソメ、パセリ	※①小麦、※②豚肉※③鶏肉
	やさしいコロッケ	※野菜コロッケ、サラダ油	※小麦、大豆
	ほうれんそうとしめじのいためもの	豚肉、サラダ油、ほうれん草、しめじ、とうもろこし、塩、コショウ、コンソメ、醤油	
とうにゅうとココアのデザート	※豆乳とココアのデザート	※大豆	
6月4日~10日は「歯と口の健康週間」です			
(月)	ごはん	米	
	キャベツとあぶらあげのみそしる	キャベツ、※①油揚げ、※②豆腐、小松菜、長ねぎ、赤味噌、白味噌、かつおだし、※③昆布だし	※①大豆、※②大豆、※③-
	いわしのうめに	※いわしの梅煮	※小麦、大豆
(火)	じゃがいものにももの	サラダ油、豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、しらたき、椎茸、絹さや、酒、砂糖、醤油、かつおだし	
	フォカッチャ	※フォカッチャ	※小麦、大豆
	とうにゅうスープ	豚肉、※①ベーコン、人参、じゃが芋、玉ねぎ、しめじ、小松菜、コンソメ、塩、コショウ、※②豆乳、サラダ油	※①豚肉、※②大豆
	クリスマスチキン	※クリスマスチキン	※鶏肉、小麦、大豆
(水)	ブロccoliとコーンのサラダ	ブロccoli、とうもろこし、人参、※香味玉ねぎドレッシング	※小麦、大豆
	むぎごはん	米、大麦	
	あつあげのちゅうかに	サラダ油、生姜、豚肉、長ねぎ、人参、こんにやく、※①絹揚げ、きくらげ、チンゲン菜、醤油、砂糖、酒 ※②中華スープの素、※③昆布だし、でん粉、ごま油	※①大豆、※②大豆、鶏肉、豚肉、ごま ※③-
	いかチリソースフライ	※いかチリソースフライ、サラダ油	※いか、小麦、大豆
(木)	とりにくとアーモンドのいためもの	鶏肉、たけのこ、人参、ピーマン、アーモンド、酒、醤油、※①中華スープの素、生姜、ごま油 ※②オイスターソース、でん粉、サラダ油	※①大豆、鶏肉、豚肉、ごま、※②-
	にこみうどん	※①うどん、豚肉、酒、大根、人参、※②油揚げ、椎茸、※③なたと、長ねぎ、小松菜、かつおだし、みりん 砂糖、醤油、塩	※①小麦、※②大豆、※③-
	だいちとほしえびのかきあげ	※大豆と干しえびのかき揚げ	※小麦、大豆、えび
	ゆではなやさいサラダ	ブロccoli、カリフラワー、とうもろこし、※野菜いっぱい和風ドレッシング	※小麦、大豆、りんご、鶏肉、豚肉
(金)	メープルマフィン	※メープルマフィン	※大豆
	あじつきごさかな(中学生のみ)	※味付小魚	※ごま、小麦、大豆
	むぎごはん	米、大麦	
(月)	ポークカレー	豚肉、サラダ油、生姜、にんにく、玉ねぎ、人参、じゃが芋、※①チキンブイオン、赤ワイン、※②チャツネ ※③レトカールウ、※④コータスカールウ、米粉、※⑤中濃ソース、醤油、ガラムマサラ マサラマイルド、カレー粉、グリーンピース	※①鶏肉、※②りんご ※③小麦、鶏肉、大豆、 ※④小麦、豚肉、鶏肉、大豆、りんご、※⑤りんご
	だいちとかいそうのわふうサラダ	キャベツ、きゅうり、大根、人参、海藻ミックス、かつお節、サラダ油、砂糖、醤油、酢、塩、コショウ	
(月)	ソフトフランスパン	※ソフトフランスパン	※小麦
	オニオンスープ	オリーブオイル、※①ベーコン、玉ねぎ、人参、もやし、じゃが芋、※②チキンブイオン、コンソメ 塩、コショウ、パセリ、※③ローストオニオン	※①豚肉、※②鶏肉、※③大豆
	ハンバーグデミグラスソース	※①ハンバーグ、※②デミグラスソース、※③ウスターソース、※④ケチャップ、赤ワイン、砂糖	※①鶏肉、豚肉、大豆 ※②小麦、豚肉、大豆、りんご、鶏肉 ※③りんご、※④-
	キャベツのさんしょくサラダ	キャベツ、人参、きゅうり、とうもろこし、※香味塩ドレッシング	※ごま、鶏肉、小麦、大豆
	ブルーベリーゼリー	※ブルーベリーゼリー	※-
(火)	★ちばけんみんのひこんだて★		
	ごはん	米	
	さつまじる	さつま芋、豚肉、人参、ごぼう、大根、長ねぎ、ほうれん草、かつおだし、※昆布だし、白味噌、赤味噌	※-
	いわしのさんがやき	※いわしのさんが焼き、みりん、醤油、生姜、でん粉	※小麦、大豆
(木)	くきわかめのナムル	きわかめ、チンゲン菜、もやし、人参、醤油、砂糖、ごま油	
	とうにゅうプリン	※豆乳プリン	※大豆
	ごはん	米	
(木)	わかめととうふのスープ	豚肉、酒、玉ねぎ、人参、※①豆腐、もやし、わかめ、白ごま、醤油、※②中華スープの素、塩、コショウ ※③チキンブイオン、ごま油	※①大豆、※②大豆、鶏肉、豚肉、ごま ※③鶏肉
	さわらのあおじそさいきょうやき	※さわらの青じそ西京焼き	※大豆、小麦、さば
	ちくぜんに	サラダ油、鶏肉、酒、人参、大根、たけのこ、ごぼう、こんにやく、椎茸、かつおだし、砂糖 みりん、醤油、さやいんげん	
	メロン	メロン	
(金)	ごはん	米	
	パイダンスープ	鶏肉、椎茸、人参、チンゲン菜、にら、生姜、※①なたと、サラダ油、※②チャンボンソースの素、コショウ、塩	※①-、※②豚肉、小麦、大豆、鶏肉
	やきぎょうざ	※餃子、サラダ油	※豚肉、大豆、ごま、小麦、鶏肉、ゼラチン
ホイコーロー	豚肉、キャベツ、長ねぎ、ピーマン、人参、にんにく、醤油、酒、砂糖、※①オイスターソース、※②甜麺醤 ※③豆板醤、でん粉、サラダ油	※①-、※②大豆、ごま、※③大豆	

*「使われている材料」及び「加工品(※)のアレルゲン特定原材料28品目」で確認をしてください。

アレルゲン特定原材料28品目とは、えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、くるみ、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、アーモンドです。

※「醤油」は大豆と小麦、「白味噌、赤味噌」は大豆、「コンソメ」は鶏肉、豚肉が含まれています。

6月 卵・乳除去食 予定献立(うら)

こんげつのもくひょう「よくかんでたべよう」

日	主食・おかず・デザート・その他	使われている材料	加工品(※)のアレルゲン特定原材料28品目
20 (月)	ごはん	米	
	さわにわん	鶏肉、人参、ごぼう、たけのこ、かつおだし、※①薄口醤油、塩、※②昆布だし	※①小麦、大豆、※②-
	おこのみあげ	※お好み揚げ	※大豆、いか、豚肉、小麦
	すきやきふうに	豚肉、酒、人参、椎茸、白滝、※①焼き麩、※②焼き豆腐、白菜、長ねぎ、サラダ油、生姜、砂糖、かつおだし、醤油、みりん	※①小麦、※②大豆、ゼラチン
	チョコプリン	※チョコプリン	※-
21 (火)	しおやきそば	※①中華麺、きくらげ、たけのこ、キャベツ、豚肉、長ねぎ、人参、※②ザーサイ、コンソメ、醤油、酒、ごま油、塩、コショウ、サラダ油	※①小麦、大豆、※②ごま、大豆
	はるまき	※春巻き、サラダ油	※豚肉、大豆、小麦、ごま、鶏肉
	こんさいごまつテー	※ベーコン、もやし、ごぼう、枝豆、人参、醤油、砂糖、白ごま、ごま油、みりん、酒	※豚肉
	ブルーベリータルト	※ブルーベリータルト	※大豆
22 (木)	ごはん	米	
	なめこのみそしる	なめこ、人参、大根、※①豆腐、長ねぎ、かつおだし、※②昆布だし、白味噌、赤味噌	※①大豆、※②-
	にくだんご	※肉団子	※鶏肉、大豆、小麦、ごま
	いんげんとひきにくのいために	さやいんげん、人参、豚肉、※春雨、玉ねぎ、生姜、サラダ油、ごま油、かつおだし、酒、みりん、醤油	※-
23 (木)	ごはん	米	
	いもだんごじる	鶏肉、椎茸、人参、大根、ごぼう、※①油揚げ、小松菜、長ねぎ、※②いもだんご、酒、みりん、かつおだし、醤油、塩	※①大豆、※②-
	ぎんざげのしおやき	※塩銀鮭	※さけ
	ぶたにくとなまあげのみそに	こんにゃく、豚肉、※絹揚げ、人参、グリーンピース、れんこん、砂糖、赤味噌、酒、みりん、かつおだし、サラダ油、生姜	※大豆
24 (金)	ごはん	米	
	キムチスープ	鶏肉、酒、白菜、※①キムチ、にら、長ねぎ、さくらげ、※②豆腐、※③チキンブイヨン、醤油、※④チャンポンスープの素、塩、コショウ、ごま油	※①-、※②大豆、※③鶏肉、※④豚肉、小麦、大豆、鶏肉
	しゅうまい	※しゅうまい	※鶏肉、豚肉、小麦、大豆
	もずくのチャブチェふう	もずく、豚肉、酒、人参、ピーマン、玉ねぎ、椎茸、サラダ油、醤油、砂糖、にんにく、コショウ、白ごま、ごま油	
	グレーゼリー(中学生のみ)	※グレーゼリー	※-
27 (月)	ごはん	米	
	けんちんじる	豚肉、酒、人参、大根、ごぼう、※①豆腐、小松菜、みりん、かつおだし、※②昆布だし、醤油、塩	※①大豆、※②-
	とりのあまずソースかけ	鶏肉、酢、砂糖、醤油、でん粉、赤・黄・緑ピーマン	
	もやしとにらのごまサラダ	もやし、にら、人参、白ごま、※胡麻ドレッシング	※ごま、大豆
	いちごゼリー	※いちごゼリー	※-
28 (火)	むぎごはん	米、大麦	
	ハッシュドポーク	サラダ油、にんにく、豚肉、赤ワイン、玉ねぎ、人参、じゃが芋、しめじ、※①ケチャップ、※②デミグラスソース、※③ハヤシルウ、グリーンピース、塩、コショウ	※①-、※②小麦、豚肉、大豆、りんご、鶏肉、※③小麦
	チキンナゲット	※チキンナゲット	※鶏肉、小麦、豚肉、大豆
	ブロッコリーとコーンのサラダ	ブロッコリー、カリフラワー、とうもろこし、人参	
	たまねぎドレッシング	※玉ねぎドレッシング	※小麦、大豆
29 (水)	フォカッチャ	※フォカッチャ	※小麦、大豆
	コンソメスープ	人参、玉ねぎ、じゃが芋、キャベツ、セロリ、パセリ、豚肉、サラダ油、白ワイン、コンソメ、塩、コショウ	
	しろみぎかなのトマトソースかけ	※白身魚のフライ、サラダ油、トマト、にんにく、コンソメ、醤油、砂糖、玉ねぎ	※小麦、大豆
	もやしとピーマンのカレーソーテー	※ウインナー、サラダ油、もやし、ピーマン、赤パプリカ、塩、カレー粉、醤油、コンソメ、白ワイン	※豚肉
	レモンゼリー	※レモンゼリー	※-
30 (木)	ごはん	米	
	すましじる	鶏肉、酒、人参、えのき茸、椎茸、長ねぎ、※①豆腐、わかめ、※②昆布だし、かつおだし、塩、みりん、醤油	※①大豆、※②-
	さばのおろしだれかけ	さば、大根、みりん、醤油、酒、でん粉	
きんぴらごぼう	ごぼう、人参、※さつま揚げ、こんにゃく、枝豆、白ごま、サラダ油、酒、砂糖、みりん、かつおだし、醤油、ごま油	※-	

* 「使われている材料」及び「加工品(※)のアレルゲン特定原材料28品目」で確認をしてください。
アレルゲン特定原材料28品目は、えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、くるみ、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、アーモンドです。
※「醤油」は大豆と小麦、「白味噌、赤味噌」は大豆、「コンソメ」は鶏肉、豚肉が含まれています。

<保護者の方へ>
・使用する食材について相談がある場合は、学校または給食センターまでご連絡ください。
・予定献立表とアレルゲン配合表(参考)、食材産地は市のHPでご覧いただけます。
・揚げ油は複数回使用するので、以前使用した食材のアレルゲンを含む場合があります。
・学校生活や学校給食に関する取り組み方針を定めた「白井市公立小中学校における食物アレルギー対応の基本方針」を策定しています。詳しくは市のHPをご覧ください。
「写真で見る給食」も掲載していますので右側のQRコードからご覧ください。



よくかむと
いいことが
いっぱい!

