

# 1月 卵・乳除去食 予定献立

こんげつのもくひょう「きゅうしょくについてかんがえよう」

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
10 (水)	ごはん	米	
	ごはくしらたまじる <b>新年お祝い献立会</b>	鶏肉、椎茸、人参、大根、ごぼう、※①油揚げ、小松菜、長ねぎ、※②白玉・白、※③白玉・赤、酒 みりん、かつおだし、醤油、塩	※①大豆、※②大豆、※③大豆
11 (木)	さわらのさいきょうづけ れんこんとこんにやくのきんぴら フォカッチャ	※さわらの西京漬け サラダ油、豚肉、れんこん、こんにやく、枝豆、砂糖、かつおだし、みりん、酒、醤油、白ごま、※七味唐辛子、ごま油 ※フォカッチャ	※大豆 ※ごま ※小麦、大豆
	かぶのポトフ ソースえびカツ ブロッコリーのアーモンドあえ	サラダ油、鶏肉、白ワイン、※①ウインナー、玉ねぎ、人参、キャベツ、かぶ、パセリ、※②チキンブイヨン コンソメ、醤油、塩、コショウ ※①えびカツ、サラダ油、※②中濃ソース ブロッコリー、小松菜、とうもろこし、アーモンド、サラダ油、砂糖、酢、醤油	※①豚肉、※②鶏肉 ※①えび、大豆、小麦、※②りんご、大豆
12 (金)	ごはん	米	
	ポークカレー きりぼしだいこんとツナのごまサラダ みかん	豚肉、サラダ油、生姜、にんにく、玉ねぎ、人参、じゃが芋、※①チキンブイヨン、赤ワイン、※②チャツネ ※③レトロカレールー、※④コータスカレールー、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 ※ツナ、切干大根、きゅうり、人参、醤油、砂糖、サラダ油、酢、白ごま、白すりごま みかん	※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、大豆 ※-
15 (月)	ごはん	米	
	はくさいのちゅうかいはるさめスープ いかチリソースフライ ほうれんそうのナムル りんごゼリー	鶏肉、人参、チンゲン菜、白菜、たけのこ、きくらげ、※①春雨、※②中華スープの素 ※③チキンブイヨン、塩、醤油、コショウ、酒、ごま油 ※いかチリソースフライ、サラダ油 もやし、人参、ほうれん草、にんにく、醤油、砂糖、ごま油、白ごま ※りんごゼリー	※①-、※②大豆、鶏肉、豚肉、ごま、※③鶏肉 ※いか、小麦、大豆 ※りんご
16 (火)	ごはん	米、玄米	
	さわにわん とうふハンバーグおろしだれ おかかサラダ さつまいもごさかな	鶏肉、椎茸、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 ※豆腐ハンバーグ、大根、にんにく、生姜、砂糖、みりん、醤油、酒、でん粉 キャベツ、ほうれん草、もやし、人参、※ハム、かつお節、サラダ油、砂糖、酢、醤油 ※さつまいも小魚	※①小麦、大豆、※②- ※大豆、鶏肉、豚肉 ※豚肉 ※-
17 (水)	ごはん	米、※キャロットピラフの素	
	コンソメスープ あじマスタードパンこやき 白井市産こまつなのソテー ソフトフランスパン	人参、玉ねぎ、大根、白菜、セロリ、パセリ、豚肉、※ベーコン、サラダ油、白ワイン、コンソメ、塩、コショウ ※あじマスタードパン焼き オリーブオイル、※ウインナー、人参、とうもろこし、小松菜、コンソメ、塩、コショウ ※ソフトフランスパン	※豚肉 ※大豆、小麦 ※豚肉 ※小麦
18 (木)	ごはん	米	
	チリコンカン おさかなナゲット ツナポパイサラダ いちごジャム	サラダ油、にんにく、生姜、豚肉、赤ワイン、ナツメグ、玉ねぎ、人参、じゃが芋、白いんげん豆、ひよこ豆 トマト、※①トマトミックスソース、コンソメ、砂糖、※②中濃ソース、チリパウダー、塩、コショウ、枝豆 ※お魚ナゲット ※ツナ、レモン汁、人参、キャベツ、ほうれん草、サラダ油、醤油、酢、砂糖、コショウ、洋辛子 ※いちごジャム	※①大豆、鶏肉、※②りんご、大豆 ※いか、小麦、大豆 ※-
19 (金)	ごはん	米	
	ひらめんスープ たいわんルーローハンのぐ きりぼしだいこんのナムル ごはん	鶏肉、人参、※①なると、白菜、小松菜、椎茸、※②米粉類、※③チキンブイヨン、※④中華スープの素 醤油、塩、コショウ、ごま油 豚肉、醤油、酒、生姜、長ねぎ、チンゲン菜、砂糖、醤油、酢、ごま油、でん粉 切干大根、もやし、きゅうり、人参、醤油、砂糖、ごま油、酢、白ごま、白すりごま	※①-、※②-、※③鶏肉 ※④大豆、鶏肉、豚肉、ごま
22 (月)	ごはん	米	
	ちゅうかふうコーンスープ ほきのあまずだれ キャベツのみそいため アセロラとうにゅうゼリー	鶏肉、人参、えのき茸、玉ねぎ、チンゲン菜、※①豆腐、※②とうもろこしペースト、※③中華スープの素 ※④チキンブイヨン、塩、コショウ、でん粉、ごま油 ※でん粉付きほき、サラダ油、醤油、砂糖、酢、ごま油 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、ごま油 ※アセロラ豆乳ゼリー	※①大豆、※②- ※③大豆、鶏肉、豚肉、ごま、※④鶏肉 ※- ※①-、※②大豆、ごま、※③大豆 ※大豆、りんご
23 (火)	ごはん	米	
	白井市産やさいのつべいじる さばのみそに じゃがいものそばろに	豚肉、酒、里芋、人参、こんにやく、長ねぎ、小松菜、でん粉、塩、醤油、みりん、かつおだし、※昆布だし ※さばの味噌煮 鶏肉、じゃが芋、玉ねぎ、生姜、サラダ油、砂糖、醤油、酒、みりん、でん粉、かつおだし	※- ※さば、大豆
<b>1月24日~30日は『全国学校給食週間』です</b>			
24 (水)	カレーうどん ちくわのいそべてん 白井市産にんじんサラダ メープルマフィン	※①うどん、豚肉、玉ねぎ、長ねぎ、小松菜、※②油揚げ、※③なると、醤油、コショウ、カレー粉 ※④キングカレールウ、酒、みりん、かつおだし ※ちくわの磯辺天、サラダ油 ※ツナ、レモン汁、とうもろこし、人参、きゅうり、酢、コショウ、醤油、砂糖、白すりごま、白ごま ※メープルマフィン	※①小麦、※②大豆、※③- ※④小麦、大豆、鶏肉 ※- ※大豆
	ごはん	米	
25 (木)	サムゲタンふうスープ ヤンニョムチキン チンゲンサイのナムル	鶏肉、酒、大根、人参、ごぼう、椎茸、玉ねぎ、玄米、長ねぎ、ごま油、にんにく、生姜、塩、コショウ ※①中華スープの素、※②チキンブイヨン 鶏肉、酒、コショウ、でん粉、サラダ油、にんにく、生姜、※①ケチャップ、醤油、砂糖、※②コチュジャン もやし、人参、チンゲン菜、にんにく、醤油、砂糖、ごま油、白ごま	※①大豆、鶏肉、豚肉、ごま、※②鶏肉 ※①-、※②大豆
	ごはん	米	
26 (金)	すいとん ぎんざけのおおやき ちぐさあえ	鶏肉、酒、えのき茸、大根、人参、※①すいとん、かつおだし、※②昆布だし、醤油、みりん、塩 小松菜、長ねぎ ※銀鮭の塩焼き キャベツ、ほうれん草、もやし、※油揚げ、砂糖、酢、醤油、ごま油、白ごま	※①小麦、※②- ※さけ ※大豆
	ごはん	米	
29 (月)	白井市産だいこんとじねんじょのすましじる いわしのさんがやき 白井市産ほうれんそうのわふうサラダ はちみつゆずゼリー	豚肉、人参、大根、こんにやく、※①豆腐、自然薯、小松菜、酒、かつおだし、※②昆布だし 塩、醤油、みりん ※いわしのさんが焼き、みりん、醤油、生姜、でん粉 ほうれん草、えのき茸、海苔、醤油、砂糖、サラダ油、酢、コショウ ※はちみつゆずゼリー	※①大豆、※②- ※鶏肉、大豆、小麦 ※-
	あげパンコア にくだんごスープ	※①ソフトフランスパン、サラダ油、※②ココア、砂糖 ※①鶏肉団子、人参、白菜、たけのこ、きくらげ、※②春雨、※③中華スープの素、塩、醤油 ※④チキンブイヨン、コショウ、酒、ごま油	※①小麦、※②- ※①鶏肉、小麦、大豆、※②-、 ※③大豆、鶏肉、豚肉、ごま、※④鶏肉
30 (火)	ジャーマンポテト とうにゅうとココアのデザート	※ウインナー、じゃが芋、玉ねぎ、パセリ、塩、黒コショウ、コンソメ、オリーブオイル ※豆乳とココアのデザート	※豚肉 ※大豆
	ごはん	米	
31 (水)	ちゅうかに しゅうまい はるさめサラダ	豚肉、酒、人参、たけのこ、椎茸、白菜、玉ねぎ、※①なると、えび、さやいんげん、生姜、サラダ油 ※②中華スープの素、醤油、塩、コショウ、でん粉、ごま油 ※しゅうまい ※①ハム、もやし、人参、きゅうり、※②春雨、塩、ごま油、砂糖、醤油、酢、洋辛子、白ごま	※①-、※②大豆、鶏肉、豚肉、ごま ※豚肉、小麦 ※①豚肉、※②-

※「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。

