



## 献立・アレルギー特定原材料一覧表（令和5年9月分）

※ 調理過程でのアレルギー対応は、卵（下表の料理名の前に★がついている料理）と飲用牛乳のみです。フライのつなぎなど微量に含まれる卵は対応できません。  
 ※ 卵と飲用牛乳以外のアレルギー対応は、生徒各自で行ってください。

日付	曜日	料理名	食 材	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	
1	金	ごはん	ごはん（米）								
		豚肉のピリ辛揚げ	豚肉・でん粉・食油・こいくちしょうゆ・上白糖・みりん・トウバンジャン・おろししょうが			●					
		キャベツソテー	キャベツ・人参・食油・食塩・こしょう								●
		五目豆	鶏肉・大豆水煮・板こんにゃく・人参・ごぼう・食油・こいくちしょうゆ・上白糖・みりん			●					
		パイン缶	パインアップル缶詰								
牛乳	牛乳		●								
4	月	ごはん	ごはん（米）								
		煮込みハンバーグ	（冷）ハンバーグ（鶏肉・豚肉・玉ねぎ・砂糖・食塩）・玉ねぎ・食油・デミグラスソース・ケチャップ・ウスターソース・上白糖・（冷）グリーンピース			●					
		粉ふき芋	じゃがいも・食塩・こしょう								
		★高野豆腐の卵とじ	凍り豆腐・玉ねぎ・人参（冷）殺菌液卵・上白糖・こいくちしょうゆ・食塩・かつおだし	●		●					
		ほうれん草のごま和え	（冷）ほうれん草・人参・こいくちしょうゆ・上白糖・白いりごま・白すりごま			●					
牛乳	牛乳		●								
5	火	ごはん	ごはん（米）								
		カレー	カレー ビーフレトルトパウチ		●	●					
		タラのフライ	（冷）タラフライ（フタスタラ・食塩・パン粉・でん粉・小麦粉）・食油			●					
		マカロニソテー	マカロニ・食塩・食油・こしょう			●					
		糸こんにゃくのピリ辛炒め	糸こんにゃく・鶏肉・玉ねぎ（冷）赤パプリカ・おろししょうが・ごま油・トウバンジャン・上白糖・こいくちしょうゆ・みりん			●					
ブロッコリーツナ和え	まぐろ油漬（冷）ブロッコリー・人参・胡麻ドレッシングクリーム	●		●							
みかんジュース	広島県産みかんジュース										
6	水	ごはん	ごはん（米）								
		★ビビンバ	牛肉・食油・おろしにんにく・玉ねぎ・中みそ・酒・上白糖・トウバンジャン・こいくちしょうゆ・人参（冷）ほうれん草・太もやし・ごま油・食塩・白いりごま（冷）殺菌液卵	●		●					
		揚げぎょうざ	（冷）ぎょうざ（キャベツ・玉ねぎ・鶏肉・しょうゆ・おろししょうが・小麦粉・豚脂）・食油			●					
		ひじきサラダ	干ひじき・かにかまフレーク・きゅうり（冷）カーネルコーン・胡麻ドレッシングクリーム	●		●					●
		牛乳	牛乳		●						
7	木	チキンライス	ごはん（米）・チキンライス（トマトケチャップ・人参・玉ねぎ・コーン・鶏肉）								
		白身魚のパン粉焼き	（冷）ホキ切り身・食塩・こしょう・パン粉・粉チーズ・オリーブ油・乾燥パセリ	●	●						
		キャベツソテー	（冷）カーネルコーン・キャベツ・食油・食塩・こしょう								
		中華はるさめ	春雨・きゅうり・人参・かにかまフレーク・食酢・こいくちしょうゆ・上白糖・ごま油・食塩			●					●
		てりやきミートボール	（冷）チキンボール・食油・こいくちしょうゆ・みりん・酒・でん粉			●					
ヨーグルト	ソファール元気ヨーグルト			●							
牛乳	牛乳		●								
8	金	ごはん	ごはん（米）								
		鶏肉のから揚げ	鶏肉・こいくちしょうゆ・おろししょうが・おろしにんにく・でん粉・食油			●					
		二色ソテー	太もやし（冷）赤パプリカ・食油・食塩・こしょう			●					
		ゆずドレサラダ	キャベツ・人参・きゅうり（冷）カーネルコーン・ローズハム・柚子かつおドレッシング			●					
		小松菜のじゃこ炒め	（冷）小松菜・しらす干し・玉ねぎ・食油・こいくちしょうゆ・食塩・こしょう			●					
牛乳	牛乳		●								
11	月	ごはん	ごはん（米）								
		新潟たれカツ	（冷）ヒレカツ・食油・こいくちしょうゆ・みりん・上白糖・かつおだし			●					
		ポイルキャベツ	キャベツ・人参・食塩								
		ジャーマンポテト	ベーコン・じゃがいも・玉ねぎ・乾燥パセリ・食油・コンソメ・食塩・こしょう			●					
		わかめとカニカマ青じそ風味	カットわかめ・かにかまフレーク（冷）カーネルコーン・大根・ノンオイル青じそドレッシング			●					●
冷凍むかん	（冷）むかんS										
牛乳	牛乳		●								
12	火	ごはん	ごはん（米）								
		白身魚のクリームソース	（冷）ホキ切り身・酒・玉ねぎ（冷）カーネルコーン・食油・牛乳・コンソメ・ペシャメルソース・食塩・こしょう			●	●				
		ほうれん草ソテー	（冷）ほうれん草・人参・食油・食塩・こしょう								
		チキンチキンごぼう	鶏肉・ごぼう・でん粉・食油（冷）枝豆むきみ・こいくちしょうゆ・上白糖・みりん・酒			●					
		もやしのさっぱり和え	太もやし・人参・食塩・ゆかり			●					
味付のり	味付のり			●							
牛乳	牛乳		●								
13	水	食パン	食パン（小麦粉・ショートニング・砂糖・イースト・砂糖）			●	●				
		小袋いちごジャム	オールイチゴジャム（いちご・砂糖・水あめ）								
		小袋チョコレート	チョコレートスフレッド（水あめ・砂糖・小麦粉・ショートニング・ココアパウダー・カカオマス）			●					
		呉冷麺	中華冷麺・きゅうり・焼き豚・ごま油			●					
		小袋冷麺スープ	中華冷麺スープ（しょうゆ・砂糖・醸造酢・ごま油）			●					
ボークビーンズ	豚肉・大豆水煮・じゃがいも・玉ねぎ・人参・食油・ケチャップ・ウスターソース・上白糖・食塩・こしょう			●							
切干大根のカレーサラダ	切干大根・人参・まぐろ油漬・オリーブ油・こいくちしょうゆ・みりん・上白糖・カレー粉・レモン果汁・白いりごま			●							
牛乳	牛乳		●								
14	木	ごはん	ごはん（米）								
		メンチカツ	（冷）メンチカツ（キャベツ・豚肉・鶏肉・パン粉・小麦粉・しょうゆ）・食油・ケチャップ・お好みソース			●					
		野菜炒め	キャベツ・玉ねぎ・人参・豚肉・酒・食油・こしょう・こいくちしょうゆ・食塩			●					
		生揚げのカレー炒め	生揚げ・鶏肉・人参・玉ねぎ・キャベツ（冷）グリーンピース・食油・中華だし・上白糖・食塩・こいくちしょうゆ・カレー粉			●					
		インゲンツナごまドレ和え	（冷）カットいんげん・人参・まぐろ油漬・胡麻ドレッシングクリーム	●		●					
牛乳	牛乳		●								
15	金	ごはん	ごはん（米）								
		豚肉のピリッと炒め	豚肉・人参・玉ねぎ・たけのこ水煮・白菜（乾）きくらげスライス・食油・こいくちしょうゆ・食塩・かつおだし・上白糖・コチュジャン・でん粉			●					
		フライドポテト	（冷）ナチュラルカットポテト・食油・食塩								
		ちくわの2種揚げ（ごま・のり）	ちくわ・天ぷら粉・黒ごま・青のり・食塩・食油			●					
		ブロッコリーおかがらめ	（冷）ブロッコリー・人参・食塩・上白糖・みりん・うすくちしょうゆ・糸削り節			●					
牛乳	牛乳		●								

日付	曜日	料理名	食 材	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	
19	火	ごはん	ごはん（米）								
		さばの藻塩焼き	（冷）さば切り身・藻塩								
		カラフルかき揚げ	かにかまフレーク（冷）カーネルコーン・玉ねぎ（冷）枝豆むきみ・天ぷら粉・食塩・食油			●					●
		肉じゃが	牛肉・じゃがいも・糸こんにゃく・玉ねぎ・人参（冷）カットいんげん・食油・上白糖・こいくちしょうゆ・みりん			●					
		ほうれん草の和え物	（冷）ほうれん草・人参・こいくちしょうゆ・上白糖・食塩・糸削り節			●					
レモンゼリー	広島県産まるごとレモンのゼリー										
牛乳	牛乳		●								
20	水	ごはん	ごはん（米）								
		ささみチーズフライ	（冷）チーズ入りささみフライ（鶏肉・パン粉・小麦粉・プロセスチーズ・しょうゆ）・食油			●	●				
		イタリアンマカロニ	マカロニ・食塩・玉ねぎ・ベーコン・食油・トマトピューレ・ケチャップ・こしょう・ウスターソース			●					
		唯みってる！GoGo炒め	ごぼう・豚肉・切りこんにゃく・人参（冷）さやいんげん・ごま油・白いりごま・赤みそ・こいくちしょうゆ・上白糖・酒			●					
		コールスローサラダ	キャベツ（冷）カーネルコーン・人参・フレンチドレッシング白	●							
牛乳	牛乳		●								
21	木	ごはん	ごはん（米）								
		豚肉のオーロラソース	豚肉・おろししょうが・酒・食油・でん粉・白みそ・上白糖・ケチャップ								
		インゲンソテー	（冷）カーネルコーン（冷）カットいんげん・食油・食塩・こしょう								
		切り昆布煮	細切り昆布・人参・さつま揚げ・食油・上白糖・こいくちしょうゆ・白いりごま			●					
		みかん缶	みかん缶詰								
牛乳	牛乳		●								
22	金	ごはん	ごはん（米）								
		ししゃもの南部揚げ	（冷）ししゃも・天ぷら粉・食油・黒ごま			●					
		ビーフン	豚肉・ビーフン・キャベツ・人参・玉ねぎ・食油・食塩・こしょう・うすくちしょうゆ・ごま油・中華だし			●					
		じゃが芋トマト煮	豚肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参（冷）グリーンピース・食油・上白糖・こいくちしょうゆ・酒・ケチャップ			●					
		ブロッコリーゆかりあえ	（冷）ブロッコリー・人参・食塩・ゆかり			●					
ゆりかけ	お魚ゆりかけ（ごま・砂糖・しょうゆ・青のり・黒のり・けずり節）			●							
牛乳	牛乳		●								
25	月	ごはん	ごはん（米）								
		ヤンニョムFish	（冷）ホキ切り身・食塩・こしょう・でん粉・食油・コチュジャン・ケチャップ・はちみつ・こいくちしょうゆ・白いりごま			●					
		キャベツソテー	キャベツ・人参・食油・食塩・こしょう								
		春雨の五目炒め	春雨・豚肉・玉ねぎ・人参・キャベツ・青ピーマン・おろししょうが・ごま油・トウバンジャン・上白糖・こいくちしょうゆ・みりん			●					
		大学いも	（冷）さつまいも・食油・黒ごま・上白糖・こいくちしょうゆ			●					
牛乳	牛乳		●								
26	火	ごはん	ごはん（米）								
		ドライカレー	鶏肉・玉ねぎ・人参・刻み蒸し大豆（冷）グリーンピース・食油・おろしにんにく・おろししょうが・カレー粉・ケチャップ・ウスターソース・食塩・こしょう								
		フライドポテト	（冷）フレンチポテトクリンクル・食油・食塩								
		豚しゃぶ	豚肉・キャベツ・人参・カットわかめ（冷）カーネルコーン・胡麻ドレッシングクリーム	●		●					
		小松菜おかが和え	（冷）小松菜・太もやし・糸削り節・こいくちしょうゆ・上白糖・食塩			●					
牛乳	牛乳		●								
27	水	ごはん	ごはん（米）								
		コロック	（冷）コロック（じゃがいも・玉ねぎ・牛肉・ねぎ・パン粉・でん粉）・食油（揚）			●	●				
		にんじんシリシリ	人参・まぐろ油漬（冷）カーネルコーン・食塩・かつおだし・こいくちしょうゆ・みりん・食油			●					
		ミートスパゲティ	鶏肉・おろしにんにく・玉ねぎ・人参・食油・スパゲティ・食塩・ホールトマト缶詰・トマトピューレ・ケチャップ・こしょう・お好みソース			●					
		インゲンごま和え	（冷）カットいんげん・人参・こいくちしょうゆ・上白糖・白いりごま・白すりごま			●					
牛乳	牛乳		●								
28	木	ごはん	ごはん（米）								
		さげのチャンチャン焼き	（冷）さげ切り身・酒・こしょう・食油・キャベツ・玉ねぎ・人参・しめじ・バター・中みそ・こいくちしょうゆ・上白糖・みりん			●	●				
		ほうれん草コーンソテー	（冷）ほうれん草（冷）カーネルコーン・食油・食塩・こしょう								
		豆腐の中華煮込み	豚肉・木綿豆腐・玉ねぎ・白菜・人参・干しいたけ・葉ねぎ・おろししょうが・こいくちしょうゆ・酒・中華だし・上白糖・食塩・ごま油・でん粉			●					
		ミートボール	（冷）チキンボール・食油・ケチャップ・ウスターソース			●					
牛乳	牛乳		●								
29	金	ごはん	ごはん（米）								
		酢鶏	鶏肉・おろししょうが・こいくちしょうゆ・酒・でん粉・食油・玉ねぎ・人参・たけのこ水煮・干しいたけ・青ピーマン・ごま油・中華だし・上白糖・食酢・ケチャップ・でん粉			●					
		蒸しゆづまい	しゅうまい（豚肉・玉ねぎ・パン粉・砂糖・小麦粉）			●					
		枝豆	（冷）枝豆・食塩								
		もやしのナムル	太もやし・人参・こいくちしょうゆ・上白糖・ごま油・白いりごま・中華だし			●					
フルーツ白玉	（冷）白玉餅・みかん缶詰・パインアップル缶詰（冷）カットサイダーゼリー										
牛乳	牛乳		●								

単 位	エネルギー	たんぱく質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量
基 準	833kcal	15%	339mg	3, 5mg	356μgRE	0, 5mg	1, 5mg	36mg	4, 7g	2, 7g
単 位	830kcal	1.3~2.0%	4.50mg	4, 5mg	300μgRE	0, 5mg	0, 6mg	3.5mg	7, 0g	2, 5g

・給食献立の料理別に使用している食品と、加工品・調味料について記載しています。アレルギー特定原材料のうち、表示義務のある7品目が含まれている場合は「●」を表示しています。その他の品目についてお知りになりたい場合は、学校までお問い合わせください。  
 ・食材の表記において、下味等、調理工程順に記載しているため、1つの料理に同じ食材が複数回、表記される場合があります。  
 ・製造や調理の際に起こりうるコンタミネーション（同一製造ライン使用、原材料の採取方法、えび、かにを捕獲していることによるもの）については記載しておりません。