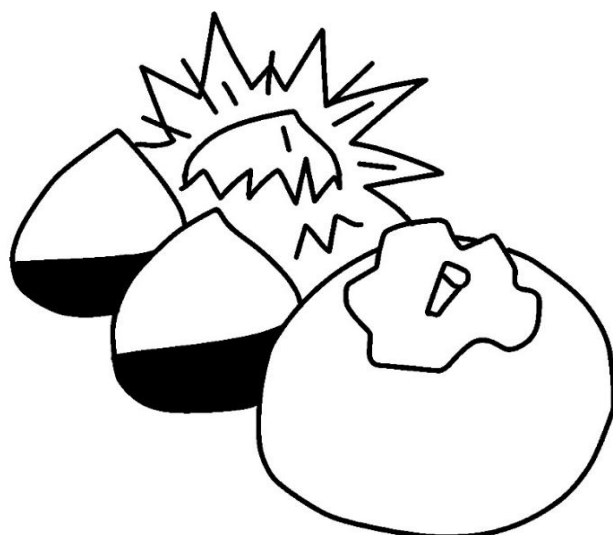


令和7年度  
食物アレルギー用詳細献立表  
10月



宇部市立 原小学校

|     | 材 料 |                   | 内容量(g) | 1人分量(単位) |
|-----|-----|-------------------|--------|----------|
|     |     | 【牛乳】              |        |          |
|     |     | 普通牛乳              | 206.00 | 1.00 本   |
| 10月 |     | 【県産米粉パン】          |        |          |
|     | 1   | 県産米粉パン            | 60.00  | 1.00 個   |
|     |     | .                 |        | 0.00 g   |
|     |     | 【りんごジャム】          |        |          |
|     | 2   | りんごジャム            | 15.00  | 1.00 個   |
|     |     | 【にんじんとコーンのポタージュ風】 |        |          |
|     | 3   | 国産にんじんピューレー       |        | 15.00 g  |
|     |     | たまねぎ              |        | 30.00 g  |
|     | 4   | ベーコン              |        | 10.00 g  |
|     |     | しめじ               |        | 7.00 g   |
| 11月 |     | 冷凍国産コーン           |        | 10.00 g  |
|     |     | 冷凍クリームコーン         |        | 20.00 g  |
|     |     | パセリ               |        | 0.30 g   |
|     |     | エキストラバージンオリーブオイル  |        | 1.00 g   |
|     | 調   | コンソメゴールド          |        | 1.00 g   |
|     |     | 食塩                |        | 0.30 g   |
|     |     | こしょう              |        | 0.01 g   |
|     |     | 牛乳                |        | 20.00 g  |
|     |     | 水                 |        | 90.00 g  |
|     |     | 【メンチカツ】           |        |          |
| 水   | 5   | メンチカツ             | 60.00  | 1.00 個   |
|     |     | 油                 |        | 6.00 g   |
|     |     | 【キャベツときゅうりのサラダ】   |        |          |
|     |     | キャベツ              |        | 20.00 g  |
|     |     | きゅうり              |        | 10.00 g  |
|     |     | にんじん              |        | 10.00 g  |
|     | 6   | 野菜いっぱい和風ドレッシングボトル |        | 10.00 g  |
|     |     |                   |        |          |
|     |     |                   |        |          |
|     |     |                   |        |          |

|     | 材 料 |            | 内容量(g) | 1人分量(単位) |
|-----|-----|------------|--------|----------|
|     |     | 【牛乳】       |        |          |
|     |     | 普通牛乳       | 206.00 | 1.00 本   |
| 10月 |     | 【ごはん】      |        |          |
|     |     | 無洗米        |        | 75.00 g  |
|     |     | 強化米        |        | 0.23 g   |
|     |     | 【ごまみそ煮】    |        |          |
|     |     | 鶏肉         |        | 20.00 g  |
|     | 7   | 冷凍絹厚揚げ     |        | 25.00 g  |
|     |     | たまねぎ       |        | 30.00 g  |
|     |     | 梅クイン       |        | 40.00 g  |
|     |     | にんじん       |        | 15.00 g  |
|     | 8   | 平天         |        | 7.00 g   |
| 2月  |     | 板こんにゃく     |        | 15.00 g  |
|     |     | 冷凍国産さやいんげん |        | 5.00 g   |
|     |     | 白すりごま      |        | 3.00 g   |
|     |     | 合わせ味噌      |        | 8.00 g   |
|     |     | こいくちしょうゆ   |        | 1.50 g   |
|     |     | 上白糖        |        | 2.00 g   |
|     |     | 本みりん       |        | 0.80 g   |
|     |     | 酒          |        | 1.00 g   |
|     |     | 【野菜の梅和え】   |        |          |
|     | 9   | まぐろ水煮フレーク  |        | 10.00 g  |
| 木   |     | にんじん       |        | 10.00 g  |
|     |     | たまねぎ       |        | 20.00 g  |
|     |     | しめじ        |        | 8.00 g   |
|     |     | チンゲンサイ     |        | 10.00 g  |
|     |     | 上白糖        |        | 0.50 g   |
|     |     | 酒          |        | 1.00 g   |
|     |     | 本みりん       |        | 1.00 g   |
|     |     | こいくちしょうゆ   |        | 2.00 g   |
|     | 10  | 梅びしお       |        | 2.00 g   |
|     |     | 【りんご】      |        |          |
|     |     | りんご        |        | 38.00 g  |

|     | 材 料 |                    | 内容量(g) | 1人分量(単位) |
|-----|-----|--------------------|--------|----------|
|     |     | 【牛乳】               |        |          |
|     |     | 普通牛乳               | 206.00 | 1.00 本   |
| 10月 |     | 【県産米粉パン】           |        |          |
|     | 1   | 県産米粉パン             | 60.00  | 1.00 個   |
|     |     | .                  |        | 0.00 g   |
|     |     | 【レーズンクリーム】         |        |          |
|     | 11  | レーズンクリーム           | 10.00  | 1.00 個   |
|     |     | 【春雨スープ】            |        |          |
|     | 12  | 緑豆春雨カット(短)         |        | 7.00 g   |
|     |     | 鶏肉                 |        | 15.00 g  |
|     |     | にんじん               |        | 12.00 g  |
|     |     | 太もやし               |        | 20.00 g  |
| 3月  |     | 葉ねぎ                |        | 5.00 g   |
|     | 調   | 中華あじ               |        | 0.50 g   |
|     |     | うすくちしょうゆ           |        | 3.00 g   |
|     |     | 食塩                 |        | 0.20 g   |
|     |     | こしょう               |        | 0.01 g   |
|     |     | 【ムーシーロー（豚肉と卵の炒め物）】 |        |          |
|     |     | 豚肉                 |        | 20.00 g  |
|     |     | 国産きくらげスライス         |        | 1.00 g   |
|     |     | こまつな               |        | 10.00 g  |
|     |     | たまねぎ               |        | 20.00 g  |
| 金   |     | にんじん               |        | 5.00 g   |
|     |     | 鶏卵                 |        | 20.00 g  |
|     |     | 食塩                 |        | 0.10 g   |
|     |     | 純正ごま油              |        | 1.00 g   |
|     | 13  | オイスターソース           |        | 0.80 g   |
|     |     | こいくちしょうゆ           |        | 0.80 g   |
|     |     | 上白糖                |        | 0.30 g   |
|     |     |                    |        |          |
|     |     |                    |        |          |
|     |     |                    |        |          |

|     | 材 料 |             | 内容量(g) | 1人分量(単位) |
|-----|-----|-------------|--------|----------|
|     |     | 【牛乳】        |        |          |
|     |     | 普通牛乳        | 206.00 | 1.00 本   |
| 10月 |     | 【ごはん】       |        |          |
|     |     | 無洗米         |        | 75.00 g  |
|     |     | 強化米         |        | 0.23 g   |
|     |     | 【お月見汁】      |        |          |
|     | 14  | たちうおつみれ     |        | 30.00 g  |
|     |     | えのきたけ       |        | 7.00 g   |
|     |     | だいこん        |        | 15.00 g  |
|     |     | にんじん        |        | 10.00 g  |
|     |     | さといも        |        | 10.00 g  |
|     |     | 葉ねぎ         |        | 5.00 g   |
| 6月  |     | こいくちしょうゆ    |        | 1.00 g   |
|     |     | うすくちしょうゆ    |        | 3.00 g   |
|     |     | 食塩          |        | 0.10 g   |
|     |     | 出し昆布        |        | 1.00 g   |
|     |     | 【ピーマンのごま炒め】 |        |          |
|     |     | 鶏肉          |        | 15.00 g  |
|     |     | 青ピーマン       |        | 12.00 g  |
|     |     | 赤ピーマン       |        | 5.00 g   |
|     |     | 太もやし        |        | 20.00 g  |
|     |     | こいくちしょうゆ    |        | 0.50 g   |
| 日   |     | 本みりん        |        | 0.50 g   |
|     |     | 白すりごま       |        | 0.50 g   |
|     |     | 純正ごま油       |        | 1.00 g   |
|     |     | 【お月見デザート】   |        |          |
|     | 15  | 十五夜デザート     | 28.00  | 1.00 個   |
|     |     |             |        |          |
|     |     |             |        |          |
|     |     |             |        |          |
|     |     |             |        |          |
|     |     |             |        |          |

| 材 料     |               | 内容量(g) | 1人分量(単位) |
|---------|---------------|--------|----------|
| 10月7日 火 | 【牛乳】          |        |          |
|         | 普通牛乳          | 206.00 | 1.00 本   |
|         | 【ごはん】         |        |          |
|         | 無洗米           | 75.00  | g        |
|         | 強化米           | 0.23   | g        |
|         | 【韓国風肉じゃが】     |        |          |
|         | 豚肉            | 20.00  | g        |
|         | おろしにんにく       | 0.20   | g        |
|         | メークイン         | 50.00  | g        |
|         | にんじん          | 15.00  | g        |
|         | たまねぎ          | 40.00  | g        |
|         | ちくわ           | 10.00  | g        |
|         | 葉ねぎ           | 4.00   | g        |
|         | 冷凍絹厚揚げ        | 20.00  | g        |
|         | こいくちしょうゆ      | 6.00   | g        |
|         | 上白糖           | 1.00   | g        |
|         | 酒             | 0.50   | g        |
|         | 純正ごま油         | 0.50   | g        |
|         | 白いりごま         | 0.80   | g        |
|         | 豆板醤           | 0.20   | g        |
|         | 【こんにゃくのおかか炒め】 |        |          |
|         | つきこんにゃく       | 20.00  | g        |
|         | こまつな          | 10.00  | g        |
|         | にんじん          | 10.00  | g        |
|         | 平天            | 5.00   | g        |
|         | 純正ごま油         | 1.00   | g        |
|         | こいくちしょうゆ      | 1.50   | g        |
|         | 上白糖           | 1.00   | g        |
|         | 酒             | 0.30   | g        |
|         | 国産かつお節碎片      | 0.30   | g        |
|         |               |        |          |
|         |               |        |          |
|         |               |        |          |
|         |               |        |          |

| 材 料     |               | 内容量(g) | 1人分量(単位) |
|---------|---------------|--------|----------|
| 10月8日 水 | 【牛乳】          |        |          |
|         | 普通牛乳          | 206.00 | 1.00 本   |
|         | 【小県産米粉パン】     |        |          |
|         | 1 県産米粉パン (小)  | 45.00  | 1.00 個   |
|         | 【Feパテチョコレート】  |        |          |
|         | 17 Feパテチョコレート | 15.00  | 1.00 個   |
|         | 【沖縄そば汁】       |        |          |
|         | 18 アワセそば平めん   |        | 10.00 g  |
|         | 豚肉            |        | 20.00 g  |
|         | 上白糖           |        | 0.50 g   |
|         | こいくちしょうゆ      |        | 1.00 g   |
|         | 酒             |        | 0.40 g   |
|         | たまねぎ          |        | 20.00 g  |
|         | にんじん          |        | 10.00 g  |
|         | 19 かまぼこ       |        | 10.00 g  |
|         | 葉ねぎ           |        | 5.00 g   |
|         | 出し昆布          |        | 0.80 g   |
|         | 調 厚削り節        |        | 0.80 g   |
|         | こいくちしょうゆ      |        | 1.60 g   |
|         | うすくちしょうゆ      |        | 1.60 g   |
|         | 食塩            |        | 0.30 g   |
|         | 本みりん          |        | 1.00 g   |
|         | 【タマナーチャンプル】   |        |          |
|         | キャベツ          |        | 20.00 g  |
|         | 8 平天          |        | 7.00 g   |
|         | 木綿豆腐          |        | 30.00 g  |
|         | にんじん          |        | 8.00 g   |
|         | 太もやし          |        | 10.00 g  |
|         | にら            |        | 3.00 g   |
|         | 純正ごま油         |        | 2.00 g   |
|         | うすくちしょうゆ      |        | 1.00 g   |
|         | 本みりん          |        | 0.80 g   |
|         | 国産かつお節碎片      |        | 0.30 g   |
|         |               |        |          |
|         |               |        |          |
|         |               |        |          |

| 材 料     |            | 内容量(g) | 1人分量(単位) |
|---------|------------|--------|----------|
| 10月9日 木 | 【牛乳】       |        |          |
|         | 普通牛乳       | 206.00 | 1.00 本   |
|         | 【ごはん】      |        |          |
|         | 無洗米        | 75.00  | g        |
|         | 強化米        | 0.23   | g        |
|         | 【ひじきのり】    |        |          |
|         | 20 ひじきのりFe | 10.00  | 1.00 個   |
|         | 【なすのみそ汁】   |        |          |
|         | 木綿豆腐       |        | 20.00 g  |
|         | 21 きざみ揚げ   |        | 5.00 g   |
|         | たまねぎ       |        | 20.00 g  |
|         | なす         |        | 15.00 g  |
|         | にんじん       |        | 10.00 g  |
|         | 国産乾燥わかめカット |        | 0.50 g   |
|         | 葉ねぎ        |        | 5.00 g   |
|         | 合わせ味噌      |        | 13.00 g  |
|         | 国産煮干しパック入り |        | 1.00 g   |
|         | 【筑前煮】      |        |          |
|         | 鶏肉         |        | 10.00 g  |
|         | 16 ちくわ     |        | 7.00 g   |
|         | 板こんにゃく     |        | 10.00 g  |
|         | にんじん       |        | 10.00 g  |
|         | 国産干し椎茸スライス |        | 1.00 g   |
|         | さといも       |        | 15.00 g  |
|         | ごぼう        |        | 10.00 g  |
|         | れんこん       |        | 10.00 g  |
|         | 冷凍国産さやいんげん |        | 5.00 g   |
|         | 上白糖        |        | 0.60 g   |
|         | 本みりん       |        | 0.60 g   |
|         | こいくちしょうゆ   |        | 2.00 g   |
|         | うすくちしょうゆ   |        | 0.50 g   |
|         | 油          |        | 1.00 g   |
|         |            |        |          |
|         |            |        |          |
|         |            |        |          |

| 材 料      |             | 内容量(g) | 1人分量(単位) |
|----------|-------------|--------|----------|
| 10月10日 金 | 【牛乳】        |        |          |
|          | 普通牛乳        | 206.00 | 1.00 本   |
|          | 【秋の炊き込みごはん】 |        |          |
|          | 無洗米         |        | 60.00 g  |
|          | 強化米         |        | 0.20 g   |
|          | 鶏肉          |        | 10.00 g  |
|          | さつまいも       |        | 15.00 g  |
|          | ごぼう         |        | 5.00 g   |
|          | 21 きざみ揚げ    |        | 4.00 g   |
|          | にんじん        |        | 10.00 g  |
|          | 国産干し椎茸スライス  |        | 0.80 g   |
|          | しめじ         |        | 10.00 g  |
|          | 冷凍国産むき枝豆    |        | 4.00 g   |
|          | 上白糖         |        | 0.80 g   |
|          | こいくちしょうゆ    |        | 3.00 g   |
|          | 酒           |        | 1.00 g   |
|          | 食塩          |        | 0.50 g   |
|          | 出し昆布        |        | 0.50 g   |
|          | 調 厚削り節      |        | 0.50 g   |
|          | 【魚そうめん汁】    |        |          |
|          | 22 魚ソーメン    |        | 15.00 g  |
|          | にんじん        |        | 10.00 g  |
|          | たまねぎ        |        | 40.00 g  |
|          | 葉ねぎ         |        | 5.00 g   |
|          | こいくちしょうゆ    |        | 1.00 g   |
|          | うすくちしょうゆ    |        | 3.00 g   |
|          | 食塩          |        | 0.10 g   |
|          | 出し昆布        |        | 1.00 g   |
|          | 調 厚削り節      |        | 1.00 g   |
|          | 【いわしフライ】    |        |          |
|          | 23 いわしフライ   | 60.00  | 1.00 個   |
|          | 油           |        | 6.00 g   |
|          |             |        |          |
|          |             |        |          |
|          |             |        |          |





|     |    | 材 料           | 内容量(g) | 1人分量(単位) |
|-----|----|---------------|--------|----------|
| 10月 |    | 【牛乳】          |        |          |
|     |    | 普通牛乳          | 206.00 | 1.00 本   |
|     |    | 【県産米粉パン】      |        |          |
|     | 1  | 県産米粉パン        | 60.00  | 1.00 個   |
|     |    |               |        | 0.00 g   |
|     |    | 【マーマレード】      |        |          |
|     | 39 | マーマレード        | 15.00  | 1.00 個   |
|     |    | 【鶏肉とニラのスープ】   |        |          |
|     |    | 鶏肉            |        | 15.00 g  |
|     |    | たまねぎ          |        | 20.00 g  |
| 27日 |    | にんじん          |        | 10.00 g  |
|     |    | キャベツ          |        | 25.00 g  |
|     |    | にら            |        | 3.00 g   |
|     | 調  | 中華あじ          |        | 0.50 g   |
|     |    | うすくちしょうゆ      |        | 3.00 g   |
|     |    | 食塩            |        | 0.20 g   |
|     |    | こしょう          |        | 0.01 g   |
|     |    | 純正ごま油         |        | 0.50 g   |
|     |    | 【白身魚のオーロラソース】 |        |          |
|     |    | 白身魚角切でん粉付き    |        | 40.00 g  |
| 月   |    | 油             |        | 4.00 g   |
|     |    | たまねぎ          |        | 20.00 g  |
|     |    | にんじん          |        | 10.00 g  |
|     |    | 冷凍国産むき枝豆      |        | 4.00 g   |
|     | 調  | マヨネーズ         |        | 6.00 g   |
|     | 調  | トマトケチャップ      |        | 2.50 g   |
|     |    | 国産豆乳（無調整豆乳）   |        | 3.00 g   |
|     |    | 上白糖           |        | 0.80 g   |
|     |    |               |        |          |
|     |    |               |        |          |

|     |    | 材 料            | 内容量(g) | 1人分量(単位) |
|-----|----|----------------|--------|----------|
| 10月 |    | 【牛乳】           |        |          |
|     |    | 普通牛乳           | 206.00 | 1.00 本   |
|     |    | 【県産米粉パン】       |        |          |
|     | 1  | 県産米粉パン         | 60.00  | 1.00 個   |
|     |    |                |        | 0.00 g   |
|     |    | 【ソフトチーズ】       |        |          |
|     | 40 | ソフトチーズ         | 10.00  | 1.00 個   |
|     |    | 【コロコロスープ】      |        |          |
|     | 41 | お野菜つみれ         |        | 30.00 g  |
|     | 42 | ウインナー          |        | 7.00 g   |
| 29日 |    | たまねぎ           |        | 15.00 g  |
|     | 43 | シェルマカロニ        |        | 3.00 g   |
|     |    | にんじん           |        | 10.00 g  |
|     |    | 冷凍国産コーン        |        | 5.00 g   |
|     |    | 冷凍国産むき枝豆       |        | 4.00 g   |
|     | 調  | コンソメゴールド       |        | 0.50 g   |
|     |    | うすくちしょうゆ       |        | 3.00 g   |
|     |    | 食塩             |        | 0.10 g   |
|     |    | こしょう           |        | 0.01 g   |
|     |    | 【さつま芋とりんごの重ね煮】 |        |          |
| 水   |    | さつまいも          |        | 40.00 g  |
|     |    | りんご            |        | 20.00 g  |
|     | 44 | レーズン           |        | 3.00 g   |
|     |    | 上白糖            |        | 4.00 g   |
|     |    | 国産レモン果汁        |        | 1.00 g   |
|     |    |                |        |          |
|     |    |                |        |          |
|     |    |                |        |          |
|     |    |                |        |          |
|     |    |                |        |          |

|     |    | 材 料               | 内容量(g) | 1人分量(単位) |
|-----|----|-------------------|--------|----------|
| 10月 |    | 【牛乳】              |        |          |
|     |    | 普通牛乳              | 206.00 | 1.00 本   |
|     |    | 【県産米粉パン】          |        |          |
|     | 1  | 県産米粉パン            | 60.00  | 1.00 個   |
|     |    |                   |        | 0.00 g   |
|     |    | 【マーシャルピーンズ】       |        |          |
|     | 48 | マーシャルピーンズ         | 10.00  | 1.00 個   |
|     |    | 【かぼちゃのミルクスープ】     |        |          |
|     | 4  | ベーコン              |        | 8.00 g   |
|     |    | かぼちゃ              |        | 30.00 g  |
| 31日 |    | たまねぎ              |        | 25.00 g  |
|     |    | にんじん              |        | 5.00 g   |
|     |    | しめじ               |        | 7.00 g   |
|     |    | こまつな              |        | 5.00 g   |
|     |    | 普通牛乳              |        | 20.00 g  |
|     | 調  | コンソメゴールド          |        | 0.50 g   |
|     |    | 食塩                |        | 0.20 g   |
|     |    | こしょう              |        | 0.01 g   |
|     |    | 油                 |        | 0.00 g   |
|     |    | 【ひじきサラダ】          |        |          |
| 金   |    | 国産芽ひじき            |        | 0.50 g   |
|     |    | にんじん              |        | 5.00 g   |
|     |    | キャベツ              |        | 15.00 g  |
|     |    | 冷凍国産むき枝豆          |        | 4.00 g   |
|     |    | 冷凍国産コーン           |        | 5.00 g   |
|     | 6  | 野菜いっぱい和風ドレッシングボトル |        | 8.00 g   |
|     |    | 【ハロウィンミニゼリー】      |        |          |
|     | 49 | ハロウィンゼリー          | 22.00  | 1.00 個   |
|     |    |                   |        |          |
|     |    |                   |        |          |

## 食品組成成分

原小学校

| 番号 | 食品名               | 組成成分                                                                                                                                                  | アレルゲン                 | コンタミ                                    |
|----|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------------------------|
| 1  | 県産米粉パン            | 小麦粉、米粉、小麦グルテン、上白糖、ショートニング、脱脂粉乳、イースト、食塩、イーストフード                                                                                                        | 小麦<br>乳               |                                         |
| 2  | りんごジャム            | 糖類(水あめ、砂糖)、りんご、ゲル化剤(ペクチン)、酸味料(クエン酸)、酸化防止剤(V.C)                                                                                                        | りんご                   |                                         |
| 3  | 国産にんじんピューレー       | にんじん                                                                                                                                                  |                       |                                         |
| 4  | ベーコン              | 豚ばら肉、糖類(水あめ、乳糖)、食塩、卵たん白、リン酸塩(Na)、調味料(アミノ酸等)、増粘多糖類、酸化防止剤(ビタミンC)、発色剤(亜硝酸Na)、着色料(コチニール、ラック)、香辛料抽出物、(原材料の一部に大豆を含む)                                        | 卵 乳<br>大豆 豚肉          |                                         |
| 5  | メンチカツ             | 粒状植物性たん白、豚肉、たまねぎ、パン粉、砂糖、トマトケチャップ、しょうゆ、食塩、香辛料、酵母エキス、衣(パン粉、小麦粉、コーンフラワー、植物油)、水、加工デンプン、ドロマイト、ピロリン酸鉄、焼成Ca、着色料                                              | 豚肉 大豆<br>小麦           | 卵 乳成分                                   |
| 6  | 野菜いっぱい和風ドレッシングボトル | 食用植物油、果糖ぶどう糖液糖、しょうゆ、野菜(玉ねぎ、にんにく、赤ピーマン、しいたけ、生姜)、醸造酢、発酵調味料、食塩、オニオンフレーク、食物繊維、たん白加水分解物、酵母エキスパウダー、りんご、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、増粘剤(キサンタンガム)、甘味料(ステビア)、(水)         | 小麦 大豆<br>りんご<br>鶏肉 豚肉 |                                         |
| 7  | 冷凍絹厚揚げ            | 豆乳、デキストリン、でん粉、ぶどう糖、揚げ油(植物油)、豆腐用凝固剤、水                                                                                                                  | 大豆                    |                                         |
| 8  | 平天                | 魚肉すり身、馬鈴薯でん粉、なたね油、食塩、ぶどう糖、植物性たん白、調味料(アミノ酸等)、加工でん粉、保存料(ソルビン酸K)、キシロース、甘味料(ステビア)、水                                                                       | 大豆                    | えび                                      |
| 9  | まぐろ水煮フレーク         | きはだまぐろ、食塩、野菜エキス、水                                                                                                                                     |                       |                                         |
| 10 | 梅びしお              | 梅干、調味酢、デキストリン、食塩、かつお節、酒精、酸味料、調味料(アミノ酸)、増粘多糖類、アントシアニン色素、香料                                                                                             | りんご                   |                                         |
| 11 | レーズンクリーム          | 食用油脂(植物油、加工油脂)、デキストリン、糖類(砂糖、粉末水あめ)、レーズン、難消化性デキストリン、ホエイパウダー、全粉乳、脱脂粉乳、食塩、乳化剤、炭酸カルシウム、香料                                                                 | 乳<br>大豆               | 小麦 ごま<br>落花生<br>りんご<br>アーモンド            |
| 12 | 緑豆春雨カット(短)        | 緑豆澱粉                                                                                                                                                  |                       |                                         |
| 13 | オイスターソース          | かき、水あめ、醤油、砂糖液糖、食塩、酒精、加工でん粉、水                                                                                                                          | 小麦 大豆                 | かに                                      |
| 14 | たちうおつみれ           | 魚肉(太刀魚)、でん粉、砂糖、小麦粉、食塩、調味料(アミノ酸)、リン酸塩(Na)、水                                                                                                            | 小麦                    | 卵 えび<br>いか ごま<br>さば 大豆<br>やまいも<br>りんご 乳 |
| 15 | 十五夜デザート           | みかんゼリー(うんしゅうみかん果汁(濃縮還元)、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、砂糖、ぶどう糖、水、乳酸Ca、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、ビタミンC、クエン酸鉄Na、香料)、モチーフ(水あめ、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、砂糖、粉末油脂、寒天、レモン果汁、水、乳化剤、酸味料、ゲル化剤(キサンタンガム)、香料 |                       |                                         |
| 16 | ちくわ               | 魚肉すり身、馬鈴薯でん粉、なたね油、食塩、ぶどう糖、加工でん粉、調味料(アミノ酸等)、保存料(ソルビン酸K)、D-キシロース、水                                                                                      | 大豆                    | えび                                      |
| 17 | Feパテチョコレート        | 水飴、砂糖、カカオマス、加糖脱脂練乳、ココアパウダー、増粘剤(加工澱粉)、ヘム鉄、香料、乳化剤、仕込水                                                                                                   | 乳                     |                                         |
| 18 | アワセそば平めん          | 小麦粉、食塩、かんすい、カロチン色素                                                                                                                                    | 小麦                    | 卵                                       |
| 19 | かまぼこ              | 魚肉すり身、食塩、加工でん粉、調味料(アミノ酸等)、保存料(ソルビン酸K)、着色料(コチニール)、水                                                                                                    | 大豆                    | えび                                      |

| 番号 | 食品名        | 組成成分                                                                                                                             | アレルゲン                | コンタミ                                    |
|----|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|-----------------------------------------|
| 20 | ひじきのりFe    | 糖類(水あめ、砂糖)、しょうゆ、みりん、のり、ひじき、にぼし、かつお、水、増粘多糖類、ヘム鉄                                                                                   | 小麦 大豆                |                                         |
| 21 | きざみ揚げ      | 大豆、植物油(菜種油、大豆油)、凝固剤(塩化マグネシウム)、消泡剤(グリセリン脂肪酸エステル、炭酸カルシウム、炭酸マグネシウム、レシチン)                                                            | 大豆                   |                                         |
| 22 | 魚ソーメン      | 魚肉(イトヨリ)、でん粉(とうもろこし)、砂糖、食塩、水あめ、みりん、植物油脂、水                                                                                        |                      | えび かに<br>小麦 大豆<br>豚肉 卵<br>乳 いか<br>ごま さば |
| 23 | いわしフライ     | いわし、衣(パン粉、バター粉(小麦粉、食塩、増粘剤製剤)、打ち粉(パン粉)、水)                                                                                         | 小麦 大豆                | 乳成分                                     |
| 24 | さば味噌煮      | さば、タレ(みそ、砂糖、発酵調味料、でん粉)                                                                                                           | さば 大豆                |                                         |
| 25 | イチゴジャム     | 糖類(水あめ、砂糖)、いちご、ゲル化剤(ペクチン)、酸味料(クエン酸)、仕込水                                                                                          |                      |                                         |
| 26 | スパゲッティ ハーフ | デュラム小麦のセモリナ                                                                                                                      | 小麦                   |                                         |
| 27 | 刻み高菜塩漬け    | たかな、食塩、うこん、調味料(アミノ酸等、クエン酸、リンゴ酸、乳酸)、水                                                                                             |                      | 小麦 大豆                                   |
| 28 | ピピピチーズ     | ナチュラルチーズ、ミルクカルシウム、乳化剤、クエン酸鉄Na、水                                                                                                  | 乳成分                  |                                         |
| 29 | ナン         | 小麦粉、砂糖、食塩、ショートニング、イースト、食用なたね油、モルトフラワー、増粘剤(グァーガム)、乳化剤(ソルビタン脂肪酸エステル)、ビタミンC、水                                                       | 小麦                   | 乳 卵<br>大豆 牛肉<br>豚肉 鶏肉<br>オレノゼ           |
| 30 | 国産みかん缶     | みかん、砂糖、酸味料(クエン酸)、酵素(ヘスペリジナーゼ)、水                                                                                                  |                      |                                         |
| 31 | パイン缶       | パインアップル、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、酸味料(クエン酸)、水                                                                                                  |                      |                                         |
| 32 | 黄桃缶        | 黄桃、砂糖、クエン酸、酸化防止剤(ビタミンC)、水                                                                                                        | もも                   |                                         |
| 33 | 冷凍白玉       | もち米粉、水、加工デンプン、酵素                                                                                                                 | 大豆                   |                                         |
| 34 | ビーフン       | 米                                                                                                                                |                      |                                         |
| 35 | はちみつ&マーガリン | 【はちみつ】はちみつ<br>【マーガリン】食用植物油脂、食用精製加工油脂、食塩、バターミルクパウダー、乳化剤、香料、酸化防止剤(ビタミンE)、カロチノイド色素、水                                                | 乳成分<br>大豆            |                                         |
| 36 | ショウロンボウ    | 食肉(豚肉、鶏肉)、野菜(キャベツ、たまねぎ)、豚脂、難消化性デキストリン、たけのこ水煮、はるさめ、しょうゆ、でん粉、かきエクス調味料、砂糖、おろししょうが、発酵調味料、植物油脂、食塩、香辛料、皮(小麦粉、小麦グルテン、食塩)、ピロリン酸第二鉄、(調整水) | 豚肉 鶏肉<br>大豆 小麦<br>ごま |                                         |
| 37 | 黒豆きなこクリーム  | 食用油脂(植物油脂、加工油脂)、糖類(砂糖、乳糖、ぶどう糖、粉末水あめ)、きなこ(黒大豆)、乳等を主要原料とする食品、食塩、乳化剤                                                                | 大豆<br>乳 ごま           | 小麦<br>落花生<br>りんご<br>アーモンド               |
| 38 | うどん        | 小麦粉、加工澱粉、並塩                                                                                                                      | 小麦                   | そば 卵<br>大豆                              |
| 39 | マーマレード     | 糖類(水あめ、砂糖)、果実(みかん、オレンジ、なつみかん)、酸味料、ゲル化剤(ペクチン)、pH調整剤、香料                                                                            | オレンジ                 |                                         |
| 40 | ソフトチーズ     | 乳等を主要原料とする食品(ナチュラルチーズ、ショートニング、マルトデキストリン、乳清カルシウム、安定剤(加工デンプン)、乳化剤、酢酸Na、pH調整剤、グリシン、グリセリン脂肪酸エステル、水)                                  | 乳                    |                                         |

| 番号 | 食品名       | 組成成分                                                                                                   | アレルゲン      | コンタミ                                          |
|----|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-----------------------------------------------|
| 41 | お野菜つみれ    | 魚肉(すけとうだら)、でん粉(ばれいしょ)、砂糖、人参ペースト、かぼちゃペースト、ほうれんそうペースト、食塩、ソルビトール、調味料(アミノ酸)、リン酸塩(Na)、水                     |            | 小麦 乳<br>卵 えび<br>いか ごま<br>さば 大豆<br>やまいも<br>りんご |
| 42 | ウインナー     | 豚肉、豚脂肪、結着材料(大豆たん白、でん粉)、糖類(水あめ、砂糖)、食塩、香辛料、ポークエキス、リン酸塩(Na)、調味料(アミノ酸)、加工でん粉、酸化防止剤(ビタミンC)、pH調整剤、発色剤(亜硝酸Na) | 大豆<br>豚肉   |                                               |
| 43 | シェルマカロニ   | デュラム小麦のセモリナ                                                                                            | 小麦         |                                               |
| 44 | レーズン      | レーズン                                                                                                   |            | くるみ<br>カシューナッツ<br>アーモンド                       |
| 45 | おにぎり海苔    | 乾のり                                                                                                    |            | えび かに                                         |
| 46 | ひきわり納豆    | 大豆、納豆菌                                                                                                 | 大豆         |                                               |
| 47 | 五目厚焼き玉子   | 鶏卵、だし汁(醤油、糖類、風味原料(かつおエキス、濃縮煮干だし)、食塩)、人参、グリーンピース、コーン、筍、澱粉、椎茸、砂糖、醤油、食塩、植物油脂                              | 卵 小麦<br>大豆 |                                               |
| 48 | マーシャルビーンズ | 食用油脂(植物油脂、加工油脂)、砂糖、大豆粉、ココアパウダー、ぶどう糖、脱脂粉乳、食塩、炭酸カルシウム、植物レシチン、香料                                          | 乳<br>大豆    | 小麦 ごま<br>落花生<br>りんご<br>アーモンド                  |
| 49 | ハロウィンゼリー  | 異性化液糖、還元水あめ、砂糖、グレープ濃縮果汁、果糖、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、香料、ブドウ果皮色素、水                                                |            | 大豆                                            |

## 調味料組成成分

原小学校

| 品名               | 組成成分                                                                                                                                                                                                                                  | アレルゲン                         | コンタミ |
|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|------|
| ウスターソース          | 醸造酢、砂糖類(ぶどう糖果糖液糖、砂糖)、野菜・果実(トマト、にんじん、たまねぎ、ブルー)、食塩、たん白加水分解物、酵母エキス、香辛料、水                                                                                                                                                                 |                               |      |
| 中濃ソース            | 野菜・果実、糖類、醸造酢、食塩、アミノ酸液、醤油、酒精、香辛料、蛋白加水分解物、カラメル色素、増粘剤、調味料(アミノ酸等)                                                                                                                                                                         | 小麦 大豆<br>もも りんご               |      |
| コンソメゴールド         | 食塩、デキストリン、ぶどう糖、麦芽糖、食用植物油脂、粉末しょうゆ、砂糖、野菜パウダー、チキンエキスパウダー、チキンパウダー、香辛料、ポークエキスパウダー、酵母エキス、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、酸味料                                                                                                                              | 小麦 大豆<br>鶏肉 豚肉                |      |
| 中華あじ             | 食塩、チキンエキス、ポークエキス、砂糖、食用風味油、デキストリン、香辛料、酵母エキス調味料、野菜エキス、たん白加水分解物、ゼラチン、酵母エキス、調味料(アミノ酸等)、pH調整剤                                                                                                                                              | 鶏肉 豚肉<br>牛肉 大豆<br>ゼラチン        |      |
| トマトケチャップ         | トマト、果糖ぶどう糖液糖、醸造酢、食塩、たまねぎ、香辛料                                                                                                                                                                                                          |                               |      |
| 厚削り節             | 鰹の節                                                                                                                                                                                                                                   |                               |      |
| 豆板醤              | 塩蔵唐辛子、そら豆加工品、乾燥唐辛子、食塩、酒精、酸化防止剤(ビタミンC)                                                                                                                                                                                                 |                               |      |
| カレールウ            | 小麦粉、豚脂、砂糖、食塩、カレーパウダー、でんぷん、オニオンパウダー、脱脂粉乳、トマトパウダー、チーズ、ミルクカルシウム、バナナペースト、粉末しょう油、はちみつ、粉乳小麦粉ルウ、小麦発酵調味料、粉末ソース、脱脂大豆、ココア、バターミルクパウダー、こんぶエキス、りんごペースト、ガーリックパウダー、酵母エキス、ポークエキス、ブラウナルウ、トマト調味料、香辛料／加工デンプン、着色料(カラメル、パブリカ色素)、乳化剤、調味料(核酸等)、酸味料、香料、香辛料抽出物 | 乳成分<br>小麦 大豆<br>バナナ 豚肉<br>りんご |      |
| カレー粉             | ターメリック、コリアンダー、クミン、フェネグリーク、こしょう、赤唐辛子、ちんぴ、シナモン、フェンネル、ジンジャー、スターアニス、ガーリック、甘草、クローブ、サボリー、ナツメグ、ローレル、オールスパイス、オレガノ、セージ、タイム、カルダモン、アニスシード、ガラングル、キャラウェイ、セロリーシード、タラゴン、ディルシード、バジル、パプリカ、マジョラム、マスタード、メース、ローズマリー                                       |                               |      |
| バター              | バター、食用植物油脂、食用精製加工油脂、無糖練乳、食塩、乳化剤、香料、着色料(カロテン)、添加水                                                                                                                                                                                      | 乳成分<br>大豆                     |      |
| マヨネーズ            | 食用植物油脂、卵黄、醸造酢、食塩、砂糖、乳清たんぱく、乳化剤、調味料(アミノ酸)、増粘剤(タマリンド)、酸味料、香料、水                                                                                                                                                                          | 卵 乳<br>大豆                     |      |
| 一食焙煎ごまドレッシング     | 食用植物油脂、砂糖類(ぶどう糖果糖液糖、砂糖)、しょうゆ、醸造酢、ごま、しいたけエキス、食塩、酵母エキスパウダー、香辛料抽出物、加工でん粉、増粘剤(キサンタンガム)、水                                                                                                                                                  | 小麦 ごま<br>大豆                   |      |
| 一食ノンオイル青じそドレッシング | 果糖ぶどう糖液糖、醸造酢、しょうゆ、食塩、ほたてエキス、かつお節エキス、梅肉、りんご、オニオンエキス、たん白加水分解物、青じそ、酒精、調味料(アミノ酸等)、酸味料、香料、増粘剤(キサンタンガム)、香辛料抽出物、ビタミンB1、(水)                                                                                                                   | りんご<br>小麦 大豆<br>鶏肉 豚肉         |      |
| 一食野菜いっぱい和風ドレッシング | 食用植物油脂、果糖ぶどう糖液糖、しょうゆ、野菜(玉ねぎ、にんにく、赤ピーマン、しいたけ、生姜)、醸造酢、発酵調味料、食塩、オニオンフレーク、食物繊維、たん白加水分解物、酵母エキスパウダー、りんご、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、増粘剤(キサンタンガム)、甘味料(ステビア)、(水)                                                                                        | 小麦 大豆<br>りんご<br>鶏肉 豚肉         |      |
| 炒め油              | 食用大豆油、食用なたね油                                                                                                                                                                                                                          | 大豆                            |      |
| 揚げ油              | 食用なたね油、シリコーン                                                                                                                                                                                                                          |                               |      |

この冊子について、ご不明な点等ありましたら、  
**宇部市学校給食センター** 栄養士までお問い合わせください。

TEL0836-54-4646