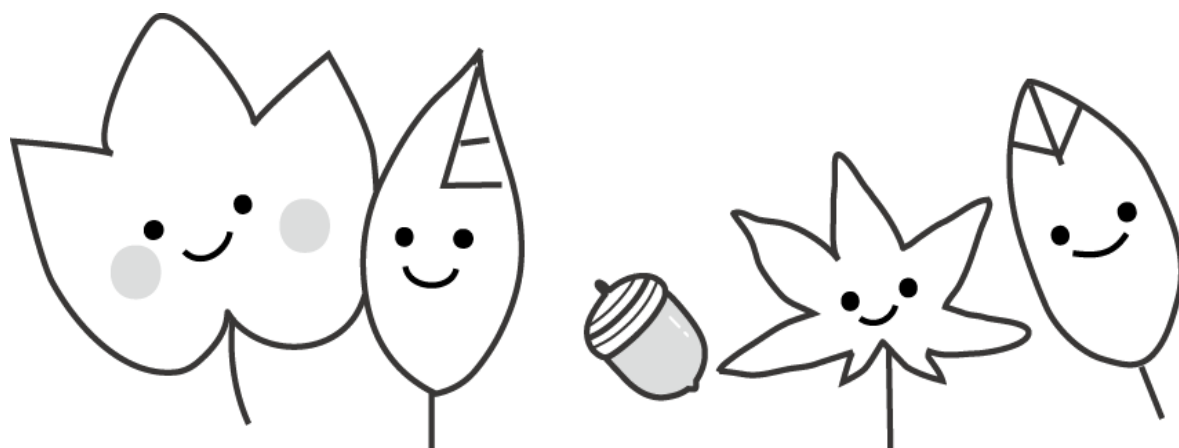


令和7年度
食物アレルギー用詳細献立表
11月



宇部市立 原小学校

		材 料		内容量(g)	1人分量(単位)
11月		【牛乳】			
		普通牛乳	206.00	1.00	本
		【県産米粉パン】			
	4	県産米粉パン	60.00	1.00	個
				0.00	g
		【県産イチゴジャム】			
	24	県産イチゴジャム	15.00	1.00	個
		【チンゲンサイのスープ】			
		鶏肉		10.00	g
		たまねぎ		25.00	g
		にんじん		10.00	g
		だいこん		15.00	g
		チンゲンサイ		10.00	g
	調	中華あじ		0.50	g
14日		うすくちしょうゆ		2.00	g
		食塩		0.20	g
		こしょう		0.01	g
		【山口県産餃子メンチ】			
金	25	山口県産餃子メンチ	50.00	1.00	個
		油		5.00	g
金		【もやしの塩炒め】			
		太もやし		30.00	g
		にら		5.00	g
		にんじん		5.00	g
	調	中華あじ		0.10	g
		食塩		0.10	g
		こしょう		0.01	g
		うすくちしょうゆ		0.30	g
		純正ごま油		1.00	g

	材 料		内容量(g)	1人分量(単位)
		【牛乳】		
11月17日		普通牛乳	206.00	1.00 本
		【ごはん】		
		無洗米		75.00 g
		強化米		0.23 g
		【五目スープ】		
		太もやし		20.00 g
		鶏肉		15.00 g
		にんじん		10.00 g
		たまねぎ		20.00 g
		葉ねぎ		5.00 g
		国産きくらげスライス		0.30 g
	調	中華あじ		0.50 g
		うすくちしょうゆ		2.00 g
		食塩		0.20 g
		こしょう		0.01 g
		油		1.00 g
	月		【そぼろごはんの具】	
		豚ひき肉		20.00 g
		たまねぎ		15.00 g
		蒸しひきわり大豆ドライパック		10.00 g
		れんこん		10.00 g
		にんじん		5.00 g
		白いりごま		1.00 g
		こいくちしょうゆ		2.00 g
		上白糖		1.00 g
		おろししょうが		0.20 g
調		豆板醤		0.10 g
		油		1.00 g

[illegible]

	材 料		内容量(g)	1人分量(単位)
		【牛乳】		
11月		普通牛乳	206.00	1.00 本
		【小県産米粉パン】		
	4	県産米粉パン（小）	45.00	1.00 個
		【マーシャルビーンズ】		
	26	マーシャルビーンズ	10.00	1.00 個
		【おいものシチュー】		
		鶏肉		20.00 g
		メイクイン		25.00 g
		さつまいも		25.00 g
		たまねぎ		45.00 g
		にんじん		15.00 g
		冷凍国産グリーンピース		4.00 g
		油		0.50 g
		小麦粉（国産）		5.00 g
	調	バター		5.00 g
	19	普通牛乳		30.00 g
	調	コンソメゴールド		1.00 g
		食塩		0.10 g
	日	こしょう		0.01 g
水		【カラフルソテー】		
	27	ウインナー		10.00 g
		エリンギ		10.00 g
		青ピーマン		5.00 g
		キャベツ		20.00 g
		にんじん		5.00 g
		冷凍国産コーン		5.00 g
	調	コンソメゴールド		0.10 g
		こしょう		0.01 g
		食塩		0.10 g
		油		0.50 g

		材 料	内容量(g)	1人分量(単位)
11月20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
		【吉野汁】		
		鶏肉		15.00 g
	21	きざみ揚げ		5.00 g
		だいこん		20.00 g
		白ねぎ		10.00 g
		にんじん		10.00 g
		えのきたけ		10.00 g
		こまつな		5.00 g
		うすくちしょうゆ		3.00 g
		食塩		0.20 g
		酒		0.50 g
		でんぷん（国産）		2.00 g
		出し昆布		1.00 g
	調	厚削り節		1.00 g
		【あじカツ】		
	28	あじカツ	50.00	1.00 個
		油		5.00 g
		【五目きんぴら】		
		つきこんにゃく		10.00 g
		れんこん		15.00 g
		にんじん		10.00 g
		冷凍国産さやいんげん		5.00 g
		上白糖		1.50 g
	こいくちしょうゆ		3.00 g	
	酒		1.00 g	
	本みりん		1.50 g	
	白すりごま		1.00 g	
	唐辛子粉		0.01 g	
	純正ごま油		1.00 g	

[illegible]

		材 料	内容量(g)	1人分量(単位)
11月25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
		【小芋汁】		
		さといも		15.00 g
		鶏肉		10.00 g
	30	冷凍絹厚揚げ（ミニ）		15.00 g
		だいこん		15.00 g
		えのきたけ		10.00 g
		にんじん		5.00 g
		トウモロコシ		3.00 g
		出し昆布		1.00 g
	調	厚削り節		2.00 g
		うすくちしょうゆ		4.00 g
	25	本みりん		1.00 g
		酒		1.00 g
		食塩		0.10 g
	日	【鯨のだて煮】		
	31	くじら須の子		35.00 g
		板こんにゃく		20.00 g
		ごぼう		10.00 g
		にんじん		10.00 g
		葉ねぎ		3.00 g
	おろししょうが		1.00 g	
	こいくちしょうゆ		3.00 g	
	上白糖		2.50 g	
	酒		1.00 g	
	水		15.00 g	
	赤色辛みそ		2.30 g	
	【青りんごゼリー】			
32	青りんごゼリー	30.00	1.00 個	

		材 料	内容量(g)	1人分量(単位)
11月26日水		【牛乳】		
		普通牛乳	206.00	1.00 本
		【小県産米粉パン】		
	4	県産米粉パン（小）	45.00	1.00 個
		【マーマレード】		
	33	マーマレード	15.00	1.00 個
		【皿うどん】		
	34	皿うどん	20.00	1.00 個
		豚肉		15.00 g
		冷凍いか		10.00 g
	17	かまぼこ		10.00 g
		たまねぎ		40.00 g
		たけのこ水煮		10.00 g
		キャベツ		30.00 g
		にんじん		15.00 g
		青ピーマン		6.00 g
	26	調	中華あじ	0.50 g
			うすくちしょうゆ	4.00 g
			食塩	0.20 g
	日		こしょう	0.01 g
		でんぷん（国産）	2.00 g	
水		【きゅうりのあおじそ和え】		
		きゅうり		20.00 g
		にんじん		8.00 g
		太もやし		15.00 g
	18	ちくわ		7.00 g
		白すりごま		0.50 g
	9	ノンオイル青じそドレッシングボトル		8.00 g

	材 料		内容量(g)	1人分量(単位)
11月27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
		【すこやかふりかけおかか】		
	35	すこやかふりかけおかか	2.00	1.00 個
		【豚汁】		
		豚肉		20.00 g
		だいこん		15.00 g
		にんじん		8.00 g
		冷凍国産里芋 2 S		10.00 g
		ごぼう		10.00 g
	21	きざみ揚げ		3.00 g
		板こんにゃく		10.00 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
		【コーン焼売】		
	36	コーン焼売	30.00	1.00 個
		【りんかけ大豆】		
		ロースト大豆		10.00 g
		上白糖		4.00 g
		食塩		0.05 g

	材 料		内容量(g)	1人分量(単位)
11月28日金		【牛乳】		
		普通牛乳	206.00	1.00 本
		【小県産米粉パン】		
	4	県産米粉パン（小）	45.00	1.00 個
		【レーズンクリーム】		
	37	レーズンクリーム	10.00	1.00 個
		【肉団子のピリ辛煮込み】		
	38	煮込み用ミートボール		30.00 g
		はくさい		30.00 g
		にんじん		10.00 g
		たまねぎ		25.00 g
		国産干し椎茸スライス		0.50 g
	39	緑豆春雨カット（短）		4.00 g
		葉ねぎ		5.00 g
		おろしにんにく		0.20 g
		おろししょうが		0.20 g
	調	中華あじ		0.50 g
		合わせ味噌		6.00 g
		こいくちしょうゆ		2.00 g
		上白糖		1.50 g
		酒		0.50 g
	調	豆板醤		0.20 g
		でんぷん（国産）		1.00 g
		純正ごま油		0.50 g
		【大学いも】		
		さつまいも		60.00 g
		油		5.00 g
		上白糖		3.30 g
	40	麦芽糖みずあめ		2.40 g
		こいくちしょうゆ		0.30 g
		米酢		0.10 g
		白いりごま		0.50 g
		水		3.30 g

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	豆ちくわ	魚肉、でん粉、砂糖、食塩、植物油、酵母エキス、ぶどう糖、加工でん粉、キシロース、水		えび かに
2	冷凍絹厚揚げ	豆乳、デキストリン、でん粉、ぶどう糖、揚げ油(植物油脂)、豆腐用凝固剤、水	大豆	
3	焼きのり	乾のり		えび かに
4	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	小麦乳	
5	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	大豆乳 ごま	小麦 落花生 りんご アーモンド
6	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 大豆 豚肉	
7	粉チーズ(クラスメイト)	ナチュラルチーズ、コーンスターチ、乳化剤	乳	
8	まぐろ水煮フレーク	きはだまぐろ、食塩、野菜エキス、水		
9	ノンオイル青じそドレッシングボトル	果糖ぶどう糖液糖、しょうゆ、醸造酢、食塩、たん白加水分解物、発酵調味料、りんご、かつお節エキス、梅肉、レモン果汁、野菜エキス、ほたてエキス、青じそ、酒精、調味料(アミノ酸等)、香料、増粘剤(キサンタンガム)、カラメル色素、ビタミンB1、(水)	りんご 小麦 大豆 鶏肉 豚肉	
10	プレーンオムレツ	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)、澱粉、砂糖、食塩、植物油脂	卵 小麦 大豆	
11	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	
12	アルファベットマカロニ	デュラム小麦のセモリナ	小麦	
13	ハンバーグ	鶏肉、たまねぎ、豚脂、豚肉、粒状植物性たん白、砂糖、ぶどう糖、食塩、酵母エキス、トマトペースト、香辛料、にんにくペースト、小麦不使用しょうゆ、しょうがペースト、水、加工デンプン、炭酸Ca、セルロース、ピロリン酸第二鉄	大豆 鶏肉 豚肉	
14	マイルドデミグラスソース	ブラウンルウ(小麦粉、ラード)、トマトペースト、ソテードオニオン、チキンエキス、にんじん、砂糖、酵母エキス、でん粉(とうもろこし)、食塩、香辛料(黒こしょう)、水	小麦 鶏肉	えび かに 乳 卵 落花生
15	県産ぽんかんジャム	糖類(水あめ、砂糖)、ぽんかん、ゲル化剤(ペクチン)、酸味料、調整剤、仕込水		
16	県産うどん	小麦粉、加工澱粉、並塩	小麦	そば 卵 大豆
17	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
18	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
19	山口県産味付け小魚ゴマなし	カタクチイワシ煮干し、砂糖、還元水あめ、水		乳 小麦 えび かに いか くるみ 大豆 ごま カシューナッツ
20	宇部産味付けのり	乾のり、砂糖、醤油食塩含、調味料、昆布エキス、醸造調味料、甘味料、エビエキス、香辛料	小麦 えび 大豆	かに
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	小野茶麺	小麦粉、食塩、粉末緑茶、水	小麦	卵 ごま さば 大豆

番号	食品名	組成成分	アレルゲン	コンタミ
23	野菜いっぱい和風ドレッシングボトル	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 りんご 鶏肉 豚肉	
24	県産イチゴジャム	糖類(砂糖、水あめ)、いちご、ゲル化剤(ペクチン)、酸味料(クエン酸)、仕込水		
25	山口県産餃子メンチ	豚肉、たまねぎ、パン粉、餃子あんの素(醤油、おろしにんにく、おろししょうが、米発酵調味料、その他)、フライ用調味液(フライ用調味料、食塩、白コショウ)、調味料(アミノ酸等)、増粘剤(加工でん粉)、酸化防止剤(ビタミンC)、イーストフード、加工でん粉	小麦 豚肉 ごま 鶏肉 大豆 ゼラチン	卵 牛肉 乳
26	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 大豆	小麦 ごま 落花生 りんご アーモンド
27	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 豚肉	
28	あじカツ	アジ、すり身(スケソーダラ)、玉ねぎ、乾燥パン粉、植物油脂、食用油脂、砂糖、豆乳、食塩、醤油、酵母エキス、魚醬パウダー、衣(パン粉、小麦粉、でん粉、乾燥パン粉、砂糖、食塩、酵母エキス、香辛料)、加工でん粉、未焼成カルシウム、増粘多糖類、ピロリン酸第二鉄、pH調整剤	小麦 大豆	卵 えび 乳 さば いか 鶏肉 ゼラチン ごま 豚肉 かに さけ りんご
29	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	
30	冷凍絹厚揚げ(ミニ)	豆乳、でん粉、ぶどう糖、揚げ油(植物油脂)、トレハロース、豆腐用凝固剤、水	大豆	
31	くじら須の子	鯨		小麦 えび いか さけ さば 大豆
32	青りんごゼリー	りんご果汁、糖類(果糖ぶどう糖液糖、砂糖)、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、クエン酸鉄Na、着色料(フラボノイド、クチナシ)、香料、水	りんご	
33	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	
34	皿うどん	小麦粉、菜種油、水分	小麦	
35	すこやかふりかけおかか	調味顆粒(ぶどう糖、砂糖、食塩、鰹節粉、とうもろこしでん粉、デキストリン、酵母エキス、抹茶)、味付鰹削り節(鰹削り節、砂糖、食塩、酵母エキス、椎茸エキス)、海苔、貝カルシウム、セルロース、酸化防止剤(ビタミンE)		えび かに さけ
36	コーン焼売	野菜(とうもろこし、たまねぎ)、つなぎ(でん粉、粉末状植物性たん白、パン粉)、魚肉すり身、豚脂、豆腐、砂糖、食塩、みりん、焼酎、酵母エキスパウダー、皮(小麦粉、粉末状植物性たん白、水あめ混合異性化液糖)、水、加工デンプン、炭酸Ca、ピロリン酸鉄、乳化剤、豆腐用凝固剤	豚肉 大豆 小麦	えび かに 卵 乳成分 ごま
37	レーズンクリーム	食用油脂(植物油脂、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 大豆	小麦 ごま 落花生 りんご アーモンド
38	煮込み用ミートボール	鶏肉、豚肉、たまねぎ、パン粉、粉末状植物性たん白、でん粉(馬鈴薯)、酵母エキス、香辛料(ナツメグ、黒こしょう)、食塩、炭酸カルシウム、ピロリン酸第二鉄	小麦 鶏肉 豚肉	
39	緑豆春雨カット(短)	緑豆澱粉		

番号	食品名	組成成分	アレルギー	コンタミ
40	麦芽糖みずあめ	でん粉		乳

調味料組成成分

原小学校

品名	組成成分	アレルギー	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、ブルーン)、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 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 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 牛肉 大豆 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	鯉の節		
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、ブラウンルウ、トマト調味料、香辛料／加工デンプン、着色料(カラメル、パプリカ色素)、乳化剤、調味料(核酸等)、酸味料、香料、香辛料抽出物	乳成分 小麦 大豆 バナナ 豚肉 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、ちんび、シナモン、フェネル、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、ガランガル、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 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 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 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 小麦 大豆 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 りんご 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