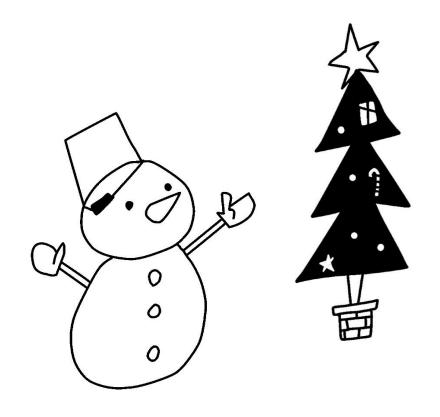
令和7年度 食物アレルギー用詳細献立表 12 月



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
		【ごはん】			- 1
		無洗米		75.00	g
		強化米		0. 23	g
		【チキンカレー】			
		鶏肉		25. 00	g
		メークイン		50.00	g
		たまねぎ		50.00	g
12		にんじん		20.00	g
		冷凍国産むき枝豆		5. 00	g
		おろしにんにく		0.30	g
月		おろししょうが		0. 30	g
		油		1.00	g
	調	カレールウ		13.00	g
	調	ウスターソース		1.00	g
1	調	トマトケチャップ		3. 00	g
		【海藻サラダ】			
		国産乾燥海藻サラダ		0.80	g
日		キャベツ		25. 00	g
		にんじん		10.00	g
		冷凍国産コーン		5. 00	g
	1	野菜いっぱい和風ドレッシングボトル		8. 00	g
_		【西岐波みかん】			
月		西岐波みかん	80.00	1.00	個

		材 料	中帝是()	1人分量()	* /+ /
			内谷重(g)	人分重(単1业)
		【牛乳】		1 00	
		普通牛乳	206.00	1.00	本
		【県産米粉パン】			
	3	県産米粉パン	60.00	1.00	個
		•		0.00	g
		【マーシャルビーンズ】			
	4	マーシャルビーンズ	10.00	1.00	個
		【ジュリエンヌスープ】			
	5	ベーコン		8. 00	g
12		たまねぎ		20.00	g
		にんじん		10.00	g
		はくさい		20.00	g
月		えのきたけ		10.00	g
		トウミョウ		5. 00	g
	調	コンソメゴールド		0. 50	g
	Hr. 3	食塩		0. 10	g
3		こしょう		0. 01	g
		うすくちしょうゆ		2. 00	g
		【ポークチャップ】			0
日		豚肉		20.00	g
		たまねぎ		40.00	g
		しめじ		8. 00	g
		にんじん		5. 00	g
		こしょう		0. 01	g
水	調	トマトケチャップ		8. 00	g
-	調	中濃ソース		4. 00	g
		上白糖		0. 20	g
		油		1.00	g
					Ü

			内容量(g)	1人分量(単位)
		【牛乳】		
		普通牛乳	206. 00	1.00 本
		【ごはん】	200.00	1.00 本
		無洗米		75.00 g
		強化米		0. 23 g
		【みそ汁】		g
		メークイン		15.00 g
	2	きざみ揚げ		5.00 g
	_	木綿豆腐		20.00 g
12		はくさい		20.00 g
		にんじん		10.00 g
		葉ねぎ		5.00 g
月		国産乾燥わかめカット		0.50 g
' '		合わせ味噌		13.00 g
		国産煮干しパック入り		1.00 g
		【豚肉と野菜のスタミナ炒め】		Ü
2		豚肉		25.00 g
		キャベツ		20.00 g
		たまねぎ		15.00 g
日		にんじん		10.00 g
		青ピーマン		5.00 g
		おろしにんにく		0. 20 g
		おろししょうが		0. 20 g
		こいくちしょうゆ		3.00 g
火		上白糖		0.80 g
		酒		0.50 g
		油		1.00 g

	1		内容量(g)	1人分量(単位)
		【牛乳】	.,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	
		普通牛乳	206. 00	1.00 本
		【ごはん】	200.00	1.00 本
		無洗米		75.00 g
		強化米		75.00 g 0.23 g
		【煮込みおでん】	-	0. 20 g
		鶏肉		30.00 g
		だいこん		30.00 g 40.00 g
		にんじん	-	15. 00 g
12		さといも		25. 00 g
12	6	豆ちくわ		15. 00 g
	0	板こんにゃく	-	15. 00 g
月	7	冷凍絹厚揚げ		20.00 g
77		うずら卵		10.00 g
		国産六分角昆布		1.00 g
		上白糖		1.50 g
4		こいくちしょうゆ		5. 00 g
-		本みりん		1.00 g
		酒		1.00 g
В	調	厚削り節		0.50 g
Ι	[]/19	【ごまみそ和え】		0.00 g
		冷凍国産さやいんげん		15.00 g
		キャベツ		25. 00 g
		にんじん		5. 00 g
木		合わせ味噌		2. 50 g
		上白糖		0.50 g
		こいくちしょうゆ		0.40 g
		白すりごま		1.00 g

		材料	内容量(g)	1人分量(単位)
		【牛乳】		
		普通牛乳	206.00	1.00 本
		【県産米粉パン】		
	3	県産米粉パン	60.00	1.00 個
				0.00 g
		【いちごジャム】		
	8	イチゴジャム	15. 00	1.00 個
		【ふわふわスープ】		
		たまねぎ		30.00 g
12		にんじん		10.00 g
	5	ベーコン		5.00 g
		こまつな		10.00 g
月		鶏卵		20.00 g
	9	パン粉		1.60 g
	10	粉チーズ		1.60 g
		こいくちしょうゆ		0.50 g
5		うすくちしょうゆ		1.50 g
	調	コンソメゴールド		0.50 g
		食塩		0. 20 g
日		こしょう		0.01 g
		【揚げ餃子】		
	11	ぎょうざ	18. 00	2.00 個
		油		4.00 g
		【こんにゃくの中華炒め】		
金		つきこんにゃく		15.00 g
	12	平天		8.00 g
		チンゲンサイ		10.00 g
		にんじん		10.00 g
		こいくちしょうゆ		0.50 g
	調	中華あじ		0.10 g
		白いりごま		0.70 g
		純正ごま油		1.00 g
<u></u>				

			内容量(g)	1人分量(単位)
		【牛乳】	1711210	.,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,
		普通牛乳	206. 00	1.00 本
		【ごはん】	200.00	1.00 本
		無洗米		75.00 g
		強化米		0. 23 g
		【五目とろみスープ】		0. 20 g
		木綿豆腐		20.00 g
		鶏肉		15.00 g
	15	緑豆春雨カット(短)		5. 00 g
12	10	にんじん		10.00 g
'-		たまねぎ		20.00 g
		チンゲンサイ		10.00 g
月	調	中華あじ		0.50 g
/,	[J/P]	うすくちしょうゆ		2. 00 g
		食塩		0.10 g
		こしょう		0.05 g
9		でんぷん(国産)		1.50 g
_		油		1.00 g
		【かぼちゃひき肉フライ】		
日	16	カボチャ挽肉フライ	60.00	1.00 個
		油		6.00 g
		【野菜のソース炒め】		
		キャベツ		15.00 g
		太もやし		10.00 g
火		たまねぎ		10.00 g
		にんじん		5.00 g
	12	平天		10.00 g
	調	中濃ソース		3.00 g
	調	ウスターソース		1.50 g
		食塩		0.10 g
		こしょう		0.01 g
		油		1.00 g

		材 料	内容量(g)	1人分量(単位
		【牛乳】	F70120	1777 = (-)
		・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	206. 00	1.00 本
		【県産米粉パン】	200.00	1.00 本
	_	県産米粉パン	60.00	1.00 個
	3	宗座不切パン	00.00	0.00
		【レーズンクリーム】		0.00 g
	10	レーズンクリーム	10.00	1.00 個
	13	【冬野菜のポトフ】	10.00	1.00 個
				15.00 g
4.0		鶏肉		
12		メークイン		8
		にんじん		ь
_		たまねぎ		30.00 g
月		かぶ		20.00 g
		はくさい		40.00 g
		ブロッコリー		10.00 g
		しめじ		8.00 g
8	調	コンソメゴールド		1.00 g
		うすくちしょうゆ		3.00 g
		食塩		0. 20 g
日		こしょう		0.01 g
		【れんこんとちくわのマヨ炒め】		
		れんこん		13.00 g
	14	ちくわ		10.00 g
		にんじん		10.00 g
月		たまねぎ		10.00 g
		こまつな		7.00 g
	調	マヨネーズ		4.00 g
		食塩		0. 20 g
		こしょう		0.01 g
		油		0.50 g

		4.4 ded	1	
		材料	内容量(g)	1人分量(単位)
		【牛乳】		
		普通牛乳	206.00	1.00 本
		【県産米粉パン】		
	3	県産米粉パン	60.00	Ī
		-		0.00 g
		【りんごジャム】		
	17	りんごジャム	15.00	1.00 個
		【花野菜シチュー】		
		鶏肉		20.00 g
12		メークイン		35.00 g
		たまねぎ		30.00 g
		にんじん		10.00 g
月		しめじ		8.00 g
		カリフラワー		10.00 g
		ブロッコリー		15.00 g
		油		0.50 g
10		小麦粉(国産)		5.00 g
	調	バター		5.00 g
		普通牛乳		30.00 g
日		食塩		0. 20 g
		こしょう		0.01 g
	調	コンソメゴールド		1.00 g
		【コロコロソテー】		
		冷凍国産コーン		15.00 g
水	18	ウインナー		8.00 g
		たまねぎ		20.00 g
		冷凍国産むき枝豆		10.00 g
		にんじん		5.00 g
	調	コンソメゴールド		0.10 g
		食塩		0.10 g
		こしょう		0.01 g
		油		0.50 g
		<u> </u>		

		材料	内容量(g)	1人分量(単位)
		【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
		【宇部産キャベツと鶏団子	のあっ	
	19	山口県産チキンボール		30.00 g
		キャベツ(宇部産)		20.00 g
		白ねぎ(宇部産)		10.00 g
12		だいこん		10.00 g
		にんじん		10.00 g
		国産干し椎茸スライス		0.50 g
月		おろししょうが		0. 20 g
		うすくちしょうゆ		3.00 g
		本みりん		0.50 g
		酒		1.00 g
11		食塩		0.20 g
		出し昆布		1.00 g
	調	厚削り節		1.00 g
日		【ちくわ磯辺揚げ】		
	20	ちくわ磯辺揚げ	30.00	1.00 個
		油		3.00 g
木				
		【野菜のごま炒め】		45.00
		太もやし		15.00 g
		こまつな		12.00 g
		にんじん		10.00 g
		こいくちしょうゆ		1.50 g
		上白糖		0.50 g
		白いりごま		1.00 g
		白すりごま		0.50 g
		純正ごま油		1.00 g

		材 料	内容量(g)	1人分量(単位)
		【牛乳】		
		普通牛乳	206. 00	1.00 本
		【ごはん】		
		無洗米		75.00 g
		強化米		0. 23 g
		【厚揚げの中華煮】		
		豚ひき肉		20.00 g
	12	平天		10.00 g
	7	冷凍絹厚揚げ		30.00 g
12		にんじん		20.00 g
		たまねぎ		30.00 g
		たけのこ水煮		20.00 g
月		つきこんにゃく		10.00 g
		冷凍国産さやいんげん		10.00 g
		おろしにんにく		0. 20 g
15	調	中華あじ		0.50 g
		酒		1.00 g
		上白糖		0.30 g
日		こいくちしょうゆ		3.00 g
		食塩		0.10 g
		こしょう		0.01 g
		純正ごま油		0.50 g
		でんぷん(国産)		1.00 g
月		【ラーパーツァイ(白菜のピリ辛甘酢煮) 】		
		はくさい		50.00 g
		にんじん		5.00 g
		米酢		2.50 g
		上白糖		1.50 g
		うすくちしょうゆ		1.50 g
		おろししょうが		0. 20 g
		純正ごま油		1.00 g
		唐辛子粉		0.01 g

		材 料	内容量(g)	1人分量(単位)
		【牛乳】		
		普通牛乳	206. 00	1.00 本
		【小県産米粉パン】		- 1
	3	県産米粉パン(小)	45.00	1.00 個
		【黒豆きなこクリーム】		
	21	黒豆きなこクリーム	10.00	1.00 個
		【カレーうどん】		
	22	うどん		65.00 g
		豚肉		20.00 g
12		たまねぎ		25.00 g
		にんじん		10.00 g
	23	かまぼこ		10.00 g
月		葉ねぎ		5.00 g
	調	カレールウ		8.00 g
	調	カレー粉		0.30 g
	調	厚削り節		2.00 g
12		こいくちしょうゆ		2.50 g
		【キャベツときゅうりのサラダ】		
		キャベツ		20.00 g
日		きゅうり		10.00 g
		にんじん		10.00 g
		冷凍国産コーン		5.00 g
	24	ノンオイル青じそドレッシングボトル		10.00 g
_				
金				

		1.1. drd	T	
		材料	内容量(g)	1人分量(単位)
		【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
		【おにぎり海苔】		
	25	おにぎり海苔	3.00	1.00 食
		【わかめスープ】		
		国産乾燥わかめカット		0.80 g
12		鶏肉		15.00 g
		木綿豆腐		20.00 g
		たまねぎ		20.00 g
月		にんじん		10.00 g
		葉ねぎ		5.00 g
		うすくちしょうゆ		3.00 g
	調	中華あじ		0.50 g
16		食塩		0. 20 g
		こしょう		0.01 g
		【おにぎりキンパの具】		
日		牛肉		20.00 g
		たまねぎ		20.00 g
		にんじん		10.00 g
		ほうれんそう		10.00 g
	26	千切りだいこん漬け		5.00 g
火		おろしにんにく		0. 20 g
		純正ごま油		0.80 g
		こいくちしょうゆ		2. 30 g
		酒		1.30 g
		本みりん		1.00 g
		上白糖		0.70 g
		食塩		0.01 g
	調	豆板醤		0.10 g
		白いりごま		1.00 g
		【厚焼き玉子】		
	27	厚焼き玉子	30.00	1.00 個

		材 料	内容量(g)	1人分量(単	(位)
		【牛乳】			
		普通牛乳	206.00	1.00	本
		【県産米粉パン】			
	3	県産米粉パン	60.00	1.00	個
				0.00	g
		【メープル&マーガリン】			
	28	メープル&マーガリン	11.00	1.00	個
		【冬野菜のミネストローネ】			
		鶏肉		15.00	æ
12		セロリ		5. 00	g
		キャベツ		15.00	ø
		だいこん		10.00	യ
月		たまねぎ		25. 00	Ø
		にんじん		10.00	g
		油		1.00	g
17		おろしにんにく		0. 20	g
		トマト水煮缶ダイス		20.00	g
	調	トマトケチャップ		4. 00	g
日	調	コンソメゴールド		1.00	g
		食塩		0. 30	g
		こしょう		0. 01	g
		【じゃがいもとひじきのソテー】			
		メークイン		40.00	g
水	5	ベーコン		8. 00	g
		国産芽ひじき		0. 80	g
		にんじん		7. 00	g
		さやいんげん		5. 00	g
		食塩		0. 10	g
		こしょう		0. 01	g
		こいくちしょうゆ		0.40	g
	調	マヨネーズ		4. 00	g
		油		0.50	g

	ı —	材 料	由容量(-)	1人分量()	# (+·)
			内谷里(g)	1人万里(半1江)
		【牛乳】	000.00	1 00	_
		普通牛乳	206.00	1.00	本
		【食パン2枚】	00.00	4 00	
	30	食パン	90.00	1.00	袋
		【コンソメスープ】			
		鶏肉		15.00	g
		たまねぎ		30.00	g
		こまつな		10.00	g
		えのきたけ		10.00	g
12		にんじん		10.00	g
	調	コンソメゴールド		0.60	g
		食塩		0. 20	g
月		こしょう		0. 01	g
		うすくちしょうゆ		2. 00	g
		【コロッケ】			
	31	コロッケ	50.00	1.00	個
19		揚げ油		5. 00	g
		【一食ウスターソース】			
	32	一食ウスターソース	8. 00	1.00	個
日		【コーンキャベツ】			
		キャベツ		30.00	g
		にんじん		5. 00	g
		冷凍国産コーン		10.00	g
	調	コンソメゴールド		0. 20	g
金		食塩		0.10	g
		こしょう		0.01	g
			Ì		
			1		

	Ι		内容量(*)	1人分量(単位)
		【牛乳】	NATE(8)	1八万里(平位)
		・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	206.00	1.00 本
		【ごはん】	200.00	1.00 本
		無洗米		75. 00 g
		強化米		0.00
		【かぽちゃのみそ汁】	-	0.23 g
		たまねぎ		20. 00 g
		たまねる 大綿豆腐		
	_	── ^{・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・}	1	
12	2	かぼちゃ	1	20.00
12		 葉ねぎ		
				5
		国産乾燥わかめカット		0.50 g
月		国産煮干しパック入り		1.00 g
		合わせ味噌		13.00 g
		【いわし生姜煮】	40.00	1 00 -
	29	いわし生姜煮	40.00	1.00 個
18		【野菜の柚香和え】		00.00
		はくさい		30.00 g
_		にんじん		5.00 g
日		こまつな		5.00 g
		しめじ		8.00 g
		長門ゆずきち果汁		1.80 g
		上白糖		0. 20 g
		うすくちしょうゆ		1.30 g
木		食塩		0.10 g

			内容量(g)	1人分量(単位)
		【牛乳】	171110	.,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,
		普通牛乳	206. 00	1.00 本
		【小県産米粉パン】	200.00	1.00 承
	3	県産米粉パン(小)	45. 00	1.00 個
		【焼きそば】		
	33	中華めん		70.00 g
	- 00	豚肉		20.00 g
	12	平天		5. 00 g
		キャベツ		25. 00 g
12		にんじん		10.00 g
		たまねぎ		25. 00 g
		太もやし		20.00 g
月		葉ねぎ		5.00 g
		油		1.50 g
	調	ウスターソース		2.00 g
	調	中濃ソース		4.00 g
22		こいくちしょうゆ		2.00 g
		食塩		0. 20 g
		こしょう		0.01 g
日		【ツナと野菜のさっぱり炒め】		
	34	まぐろ水煮フレーク		8.00 g
		こまつな		10.00 g
		れんこん		15.00 g
		冷凍国産コーン		10.00 g
月		にんじん		10.00 g
	24	ノンオイル青じそドレッシングボトル		3.00 g
		純正ごま油		0.50 g
		【ミルメークコーヒー】		
	35	ミルメーク(コーヒー)液体	12. 50	1.00 個

		材 料	内容量(g)	1人分量(単位)
		【牛乳】			
		普通牛乳	206.00	1.00	本
		【カレーピラフ】			
		無洗米		55.00	g
		強化米		0. 20	g
	18	ウインナー		10.00	g
		たまねぎ		20.00	g
		にんじん		10.00	g
		冷凍国産グリンピース		5. 00	g
12		マッシュルーム水煮		5. 00	g
		油		1.00	g
	調	コンソメゴールド		0.80	g
月	調	カレー粉		0.40	g
		こいくちしょうゆ		1.00	g
		食塩		0. 20	g
		こしょう		0. 01	g
23		【ABCスープ】			
	5	ベーコン		10.00	g
		たまねぎ		25. 00	g
日	36	アルファベットマカロニ		8. 00	g
		はくさい		10.00	g
		しめじ		8. 00	g
		にんじん		10.00	g
		パセリ		0. 30	g
火	調	コンソメゴールド		0. 60	g
		食塩		0. 40	g
		こしょう		0. 01	g
		【鶏のからあげ】			
		鶏肉塩胡椒でん粉付き	40.00	1.00	個
		油		4. 00	g
		【クリスマスデザート】			
	37	サンタさんのチョコケーキ		1.00	
	38	サンタさんのいちごケーキ		1.00	
	39	クリスマスカップケーキ		1.00	個

★保護者様へ★

クリスマスデザートはセレクトです。 お子様が選んだデザートの番号の 組成成分表示をご確認ください。

		食品組成成分	赤 小	学校
番号	食品名	組成成分	アレルゲン	コンタミ
1	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	
2	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	
3	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	
4	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
5	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	
6	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
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(植物油脂)、豆腐用凝固剤、水	大豆	
8	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		
9	パン粉	小麦粉、イースト、ショートニング、食塩、イーストフード、V.C、水分	小麦	
10	粉チーズ	ナチュラルチーズ、コーンスターチ、乳化剤	乳	
11	ぎょうざ	豚肉、キャベツ、玉ネギ、ネギ、ニラ、ニンニク、生姜、人参、椎茸、植物性タンパク、ポークエキス、みりん、砂糖、しょう油、食塩、コショウ、小麦粉、醸造調味料、還元水あめ、水	小麦 大豆 豚肉	卵乳 オ牛さ鶏 やりざい ないごう かまり かまい あまん ラご かまいご チま
12	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
13	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
14	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
15	緑豆春雨カット(短)	緑豆澱粉		
16	カボチャ挽肉フライ	野菜(かぼちゃ、たまねぎ)、豚肉、砂糖、しょうゆ、豚脂、粒状植物性たん白、つなぎ(でん粉、パン粉)、発酵調味料、小麦グルテン酵素分解物、ウスターソース、香辛料、衣(パン粉、でん粉、小麦粉、植物油脂、デキストリン)、水、加エデンプン、調味料(アミノ酸)、着色料	小麦 大豆 豚肉 りんご	えび かに 卵 乳成分
17	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	

番号	食品名	組成成分	アレルゲン	コンタミ
18	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	
19	山口県産チキンボー ル	鶏肉、豚肉、玉葱、乾燥パン粉、砂糖、食塩、胡椒、揚げ油(なたね油)、加工でん粉	小麦 鶏肉 豚肉	
20	ちくわ磯辺揚げ	ちくわ(魚肉すり身、難消化性デキストリン、でん粉、砂糖、植物油脂、 粉末状植物性たん白、食塩、ドロマイト、魚醤、ピロリン酸鉄、水)、衣 (小麦粉、植物油脂、砂糖、あおさ、しょうゆ、加エデンプン、水)、揚 げ油(大豆油)、製造用剤、栄養強化剤	大豆 小麦	乳成分 卵 えび かに
21	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
22	うどん	小麦粉、加工澱粉、並塩	小麦	そば 卵 大豆
23	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
24	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	
25	おにぎり海苔	乾のり		えび かに
26	千切りだいこん漬け	塩押しだいこん、漬け原材料(糖類(ぶどう糖果糖液糖、砂糖)、発酵 調味料、食塩、醸造酢、たん白加水分解物、梅酢)、水		小麦
27	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)、澱粉、砂糖、食塩、植物油脂	卵 小麦 大豆	
28	メープル&マーガリ ン	シロップ(水あめ・砂糖混合ぶどう糖果糖液糖、水あめ、メープルシロップ/香料、カラメル色素)、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、(一部に乳成分・大豆を含む))	乳成分 大豆	
29	いわし生姜煮	いわし、砂糖、しょうゆ、本みりん、でん粉(馬鈴薯)、生姜、食塩、水	小麦 大豆	
30	食パン	小麦粉、ショートニング、砂糖、イースト、食塩、乳等を主要原料とする 食品、(調整水)	小麦 乳	即
31	コロッケ	馬鈴薯、玉ねぎ、パン粉、バッター粉、牛肉、牛脂、食塩、コショウ	小麦 牛肉	卵 豚肉 乳 大豆
32	一食ウスターソース	醸造酢、野菜(トマト、たまねぎ、にんじん、その他)、砂糖、食塩、香 辛料/カラメル色素		
33	中華めん	小麦粉、食塩、水、加エデンプン、かんすい、いため油(米油)	小麦	
34	まぐろ水煮フレーク	きはだまぐろ、食塩、野菜エキス、水		
35	ミルメーク(コーヒー) 液体	果糖ぶどう糖液糖、砂糖、インスタントコーヒー、食塩、乳酸Ca、着色料(カラメル)、香料、V.C、V.B1、V.B2、水		
36	アルファベットマカロ ニ	デュラム小麦のセモリナ	小麦	
37	サンタさんのチョコ ケーキ	乳又は乳製品を主要原料とする食品、砂糖、液全卵、小麦粉、液卵白、チョコレート、ココアパウダー、水あめ、準チョコレート、こんにゃく加工品(水あめ、こんにゃく粉、でん粉)、還元水あめ、植物油、水、加エデンプン、乳化剤、膨脹剤、炭酸Ca、ピロリン酸第二鉄、ホエイソルト、pH調整剤、カカオ色素、香料、安定剤(増粘多糖類)	卵 乳 小麦 大豆	

番号	食品名	組成成分	アレルゲン	コンタミ
38	サンタさんのいちご ケーキ	乳又は乳製品を主要原料とする食品、液全卵、砂糖、小麦粉、水あめ、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、粉末油脂、いちご濃縮果汁、水、乳化剤、増粘多糖類、膨脹剤、カゼインNa、炭酸Ca、安定剤(増粘多糖類)、酸味料、ピロリン酸第二鉄、紅麹色素、ビタミンC、香料、乳清ミネラル、pH調整剤	卵 乳 小麦 大豆	
39	クリスマスカップデ ザート	【乳・卵抜きいちごプリン】豆乳加工食品(植物油脂、豆乳クリーム、砂糖類、その他)、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、水あめ、砂糖、ぶどう糖、いちごシロップ(砂糖、いちご濃縮果汁)、水、ゲル化剤(加工デンプン、増粘多糖類)、炭酸Ca、乳化剤、pH調整剤、香料、紅麹色素、セルロース、酸味料【いちごソース】いちごピューレー(いちご、砂糖、水あめ、ぶどう糖果糖液糖)、砂糖、ぶどう糖、水あめ、水、増粘多糖類、酸味料、紅麹色素、香料【絞りクリーム】豆乳加工食品(植物油脂、豆乳クリーム、砂糖類、その他)、砂糖、水あめ、安定剤(増粘多糖類)、乳化剤、pH調整剤、ピロリン酸第二鉄、セルロース、香料	大豆	

	D3-71-1-1-2-7-2-7-2-7-2-7-2-7-2-7-2-7-2-7-		= =:
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、 プルーン)、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	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、ナツメッグ、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	
ー食野菜いっぱい 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