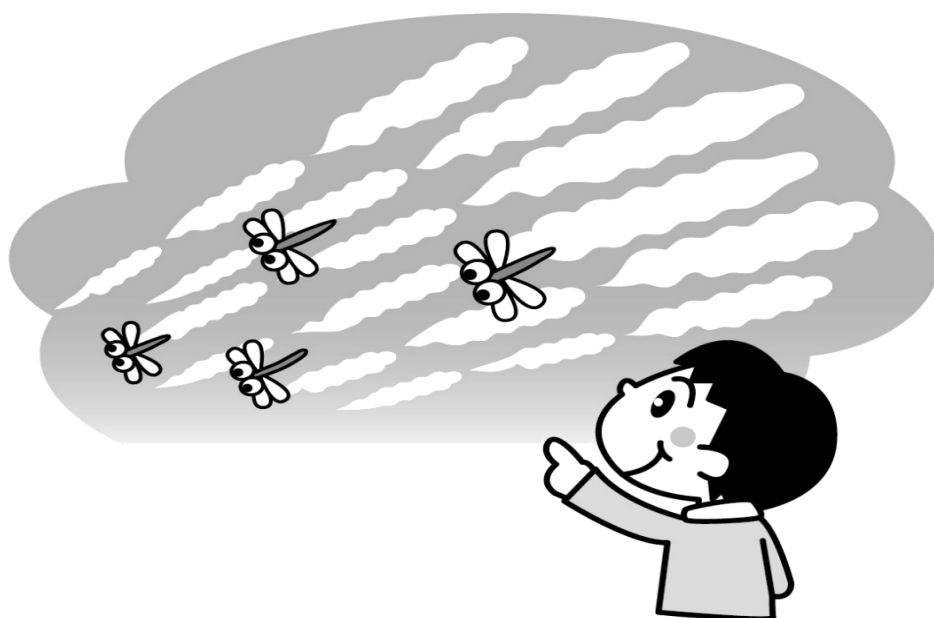


令和7年度
食物アレルギー用詳細献立表
9 月



宇部市立 原小学校

		材 料	内容量(g)	1人分量(単位)
9月		【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
		【たまごスープ】		
		木綿豆腐		15.00 g
		たまねぎ		25.00 g
		にんじん		10.00 g
		冷凍国産コーン		5.00 g
		鶏卵		20.00 g
		菜ねぎ		5.00 g
	調	中華あじ		0.60 g
		うすくちしょうゆ		3.00 g
		食塩		0.20 g
	11日		こしょう	
		でんぶん（国産）		0.50 g
		【鶏肉と野菜の生姜炒め】		
		鶏肉		20.00 g
		たまねぎ		30.00 g
		にんじん		15.00 g
		青ピーマン		7.00 g
		おろししょうが		0.40 g
		こいくちしょうゆ		2.50 g
木			上白糖	
		酒		1.00 g
		油		1.50 g
		【納豆】		
	22	納豆	20.00	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】		
	1 県産米粉パン	60.00	1.00 個
	.		0.00 g
	【レーズンクリーム】		
	23 レーズンクリーム	10.00	1.00 個
	【カレースープ】		
9	24 ウインナー		8.00 g
	メークイン		30.00 g
	たまねぎ		25.00 g
月	にんじん		10.00 g
	パセリ		0.30 g
	油		1.00 g
	おろしにんにく		0.20 g
12	調 中華あじ		1.00 g
	調 カレー粉		0.30 g
	調 カレールウ		3.00 g
	食塩		0.20 g
日	うすくちしょうゆ		1.00 g
	【きんぴらバーグ】		
	25 和風きんぴら包み焼き	50.00	1.00 個
	【コンキャベツ】		
	キャベツ		30.00 g
金	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
	食塩		0.10 g
	こしょう		0.01 g

		材 料	内容量(g)	1人分量(単位)
9月16日調火		【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
		【ふわふわどんぶり】		
		鶏ひき肉		15.00 g
		鶏卵		30.00 g
		たまねぎ		40.00 g
		にんじん		10.00 g
	14	かまぼこ		5.00 g
		木綿豆腐		30.00 g
		葉ねぎ		5.00 g
	26	焼きふ		1.50 g
		酒		1.00 g
		本みりん		1.00 g
		上白糖		0.40 g
		こいくちしょうゆ		2.50 g
		うすくちしょうゆ		2.50 g
		食塩		0.30 g
		出し昆布		1.00 g
	調	厚削り節		1.00 g
		【なすの味噌炒め】		
		なす		30.00 g
		豚肉		15.00 g
		冷凍国産さやいんげん		5.00 g
27	ちくわ		10.00 g	
	たまねぎ		20.00 g	
	合わせ味噌		3.00 g	
	上白糖		1.00 g	
	こいくちしょうゆ		2.00 g	
	本みりん		1.00 g	
	酒		1.00 g	
	白すりごま		2.00 g	
	でんぷん（国産）		1.00 g	
	油		2.50 g	
	【マンゴーアセロラゼリー】			
28	マンゴーアセロラゼリー	30	1 個	

		材 料	内容量(g)	1人分量(単位)	
9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	
		【ブルーベリージャム】			
	29	ブルーベリージャム	15.00	1.00 個	
		【かぼちゃとコーンのスープ】			
		かぼちゃ		20.00 g	
	24	ウインナー		10.00 g	
		たまねぎ		30.00 g	
		にんじん		10.00 g	
		冷凍国産コーン		7.00 g	
		冷凍クリームコーン		20.00 g	
		パセリ		0.30 g	
	17日		油		1.00 g
		調	コンソメゴールド		1.00 g
		食塩		0.20 g	
		こしょう		0.01 g	
		【チキンと野菜のソテー】			
水		鶏肉		25.00 g	
		たまねぎ		20.00 g	
		キャベツ		15.00 g	
		にんじん		5.00 g	
	調	コンソメゴールド		0.20 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)
9月18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
	【わかめスープ】		
	国産乾燥わかめカット		0.80 g
	豚肉		15.00 g
	太もやし		15.00 g
	たまねぎ		25.00 g
	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
	食塩		0.20 g
	こしょう		0.01 g
	【ヤンニョムチキン】		
	鶏肉塩胡椒でん粉付き		40.00 g
	油		4.00 g
	白ねぎ		4.00 g
	おろししょうが		0.20 g
	おろしにんにく		0.20 g
	調 トマトケチャップ		3.30 g
	合わせ味噌		2.00 g
	調 豆板醤		0.20 g
	上白糖		1.60 g
	こいくちしょうゆ		1.50 g
	酒		1.00 g
	純正ごま油		0.60 g
	水		5.00 g
	【梨】		
	梨		35.00 g

材 料		内容量(g)	1人分量(単位)
9月19日金	【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
	【マーマレード】		
	30 マーマレード	15.00	1.00 個
	【きつねうどん】		
	31 うどん		60.00 g
	32 きざみ揚げ		15.00 g
	鶏肉		15.00 g
	こいくちしょうゆ		1.00 g
	上白糖		1.00 g
	酒		0.50 g
	14 かまぼこ		5.00 g
	たまねぎ		20.00 g
	えのきたけ		10.00 g
	にんじん		10.00 g
	葉ねぎ		5.00 g
	うすくちしょうゆ		3.00 g
	食塩		0.10 g
	本みりん		0.50 g
	出し昆布		1.00 g
	調 厚削り節		1.00 g
	【野菜のじゃこ炒め】		
	豚肉		15.00 g
	4 平天		5.00 g
	キャベツ		25.00 g
	にんじん		5.00 g
	しらす干し		1.00 g
	こいくちしょうゆ		1.50 g
	上白糖		0.50 g
	油		1.00 g

材 料		内容量(g)	1人分量(単位)
9月22日水	【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
	【ミートボールカレー】		
	33 煮込み用ミートボール		30.00 g
	メイクイン		40.00 g
	たまねぎ		50.00 g
	にんじん		15.00 g
	冷凍国産むき枝豆		5.00 g
	おろしにんにく		0.20 g
	おろししょうが		0.20 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
	調 トマトケチャップ		3.00 g
	【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
	27 ちくわ		7.00 g
	白すりごま		0.50 g
	10 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)
9月24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
	【黒豆きなこクリーム】		
	34 黒豆きなこクリーム	10.00	1.00 個
	【なすとひき肉のスパゲティ】		
	35 スパゲッティ ハーフ		30.00 g
	牛ひき肉		10.00 g
	豚ひき肉		15.00 g
	たまねぎ		40.00 g
	にんじん		15.00 g
	なす		30.00 g
	冷凍国産グリーンピース		5.00 g
	トマト水煮缶ダイス		15.00 g
	調 中濃ソース		1.80 g
	調 トマトケチャップ		12.00 g
	おろしにんにく		0.20 g
	赤ワイン		1.00 g
	調 コンソメゴールド		0.20 g
	食塩		0.10 g
	こしょう		0.01 g
	エキストラバージンオリーブオイル		0.80 g
	【人参とツナのソテー】		
	にんじん		15.00 g
	36 まぐろ水煮フレーク		10.00 g
	こまつな		10.00 g
	たまねぎ		15.00 g
	油		0.50 g
	食塩		0.20 g
	調 コンソメゴールド		0.10 g
	こしょう		0.01 g

		材 料	内容量(g)	1人分量(単位)
9月26日金		【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
		【いちごジャム】		
	37	イチゴジャム	15.00	1.00 個
		【ビーフンスープ】		
	38	ビーフン		6.00 g
		鶏肉		15.00 g
		たまねぎ		20.00 g
		にんじん		10.00 g
		太もやし		20.00 g
		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		0.10 g
		こしょう		0.01 g
		油		0.50 g
		【スタミナ炒め】		
	豚肉		25.00 g	
	キャベツ		20.00 g	
	たまねぎ		15.00 g	
	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	
	上白糖		0.80 g	
	酒		0.50 g	
	白いりごま		0.50 g	
	油		1.00 g	

[illegible]

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 乳	
2	はちみつ&マーガリン	【はちみつ】はちみつ 【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 大豆	
3	中華めん	小麦粉、食塩、水、加工デンプン、かんすい、いため油(米油)	小麦	
4	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
5	Fe/パテチョコレート	糖類(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	
6	コンビネーションオムレツ	鶏卵、トマトケチャップ、玉ねぎ、ピーマン、かまぼこ、砂糖、プロセスチーズ、にんじん、グリーンピース、とうもろこし、でん粉、粒状大豆たん白、豚肉、マーガリン、みりん、果糖ぶどう糖液糖、発酵調味料、食塩、魚介エキス、香辛料、大豆油、加工デンプン、着色料製剤、pH調整剤、水	卵 牛肉 大豆 豚肉 乳 さば	
7	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	
8	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	
9	塩昆布①	昆布、しょうゆ、たんぱく加水分解物、砂糖、昆布エキス、食塩、調味料(アミノ酸等)	小麦 大豆	
10	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、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	
11	まぐろ油漬フレーク	キハダマグロ、大豆油、水、野菜エキス、食塩	大豆	
12	塩昆布②	塩ふき昆布、昆布、醤油、食塩、砂糖	大豆 小麦	いか さば ごま ゼラチン
13	冷凍国産塩抜きもずく	もずく	大豆	えび かに
14	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
15	きびなごフライ	きびなご、しょうが、魚醤パウダー、衣(マッシュポテト、でん粉、酵母エキス、食塩、植物油脂)、揚げ油(なたね油、パーム油)、加工でん粉		卵 乳 小麦 えび 大豆 いか さば 鶏肉 豚肉 りんご ゼラチン ごま かに さけ
16	シークワサーゼリー	砂糖・ぶどう糖果糖液糖、シークワサー果汁(濃縮還元)、水溶性食物繊維、砂糖、水、ゲル化剤(増粘多糖類)、ビタミンC、酸味料、クエン酸鉄Na、香料		
17	いわしの梅煮	いわし、砂糖、しそ抽出液、しょうゆ、本みりん、でん粉(馬鈴薯)、梅肉、食塩、水	小麦 大豆	
18	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	
19	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	
20	マカロニ	デュラム小麦のセモリナ	小麦	

番号	食品名	組成成分	アレルゲン	コンタミ
21	山口県産チキンカツ	鶏肉、でん粉、大豆たん白、水あめ、食塩、加工でん粉、リン酸塩ナトリウム、調味料(アミノ酸等)、pH調整剤、増粘多糖類、微粒二酸化ケイ素、パン粉、バターミックス、加水	小麦 大豆 鶏肉	卵 乳 牛肉 豚肉
22	納豆	ひきわり大豆、納豆菌、納豆のたれ(砂糖、醤油、たんぱく加水分解物、食塩、かつおエキス、みりん、醸造酢、調味料(アミノ酸等)、酒精)	大豆 小麦	
23	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
24	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	
25	和風きんぴら包み焼き	鶏肉、たまねぎ、ごぼう、豆腐、鶏皮、粒状植物性たん白、小麦不使用しょうゆ、にんじん、砂糖、みりん、植物油、ぶどう糖、しょうがペースト、食塩、豚ゼラチン、酵母エキス、液状混合調味料、ごま、香辛料、水、加工デンプン、セルロース、凝固剤、安定剤(グァーガム)、ピロリン酸第二鉄	大豆 鶏肉 ゼラチン ごま	
26	焼きふ	小麦粉、小麦たんぱく、ビタミンE	小麦	
27	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
28	マンゴーアセロラゼリー	果糖ぶどう糖液糖、アセロラ果汁、マンゴーピューレー、豆乳加工品、加工でん粉、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、クエン酸鉄Na、香料、着色料(アントシアニン、カロチノイド)、水	大豆	
29	ブルーベリージャム	糖類(砂糖、水あめ)、ブルーベリー、ゲル化剤(ペクチン)、酸味料(クエン酸)、pH調整剤(クエン酸Na)、仕込水		
30	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	
31	うどん	小麦粉、加工澱粉、並塩	小麦	そば 卵 大豆
32	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	
33	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)、炭酸カルシウム、酵母エキス、香辛料(ナツメグ、黒こしょう)、食塩、ピロリン酸第二鉄	小麦 鶏肉 豚肉	
34	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
35	スパゲッティ ハーフ	デュラム小麦のセモリナ	小麦	
36	まぐろ水煮フレーク	きはだまぐろ、食塩、野菜エキス、水		
37	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		
38	ビーフン	米		
39	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
40	白身魚とごぼうの団子	魚肉すり身、ごぼう、豆腐、でん粉、食塩、砂糖、コンブエキス、カツオブシエキス、しょうゆ、酵母エキス、調製水、(一部に小麦・大豆を含む)	小麦 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 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、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、糖類(砂糖・ぶどう糖果糖液糖、ぶどう糖)、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、香辛料ノ加工デンプン、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 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、パブリカ、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、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、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、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、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