# 令和2年10月　献立表（アレルギー）

南天　Okinawa

1.予定献立表（アレルギー詳細）は、食品衛生法に定められている27品目を表示しています。

| 表示義務　7品目 | 表示の推奨　21品目 |
|---|---|
| 卵　乳　小麦　ソバ　落花生　エビ　カニ | アワビ　イカ　イクラ　オレンジ　キウイ　牛肉　クルミ　サケ　サバ　大豆　鶏肉　バナナ　豚肉　マツタケ<br>モモ　山芋　リンゴ　ゼラチン　カシューナッツ　ゴマ　アーモンド |

※海藻類（モズク・アーサ・シラス）は収穫の際、エビ、カニが混ざる漁法で採取されていることから、「エビ、カニ」が混入することがあります。
※アサリには、カニが共生しています。
※鶏がらには、微量に鶏卵が含まれるため卵の表示をしています。
※揚げ油に使用する油は、3回程度　同一の油を使用しています。（※前回使用した食材の成分が混入している可能性があります。）
※食品を製造する際に、原材料として使用していないにも関わらず、同じ製造ライン又は同じ製造工場内で生産されている別の製品の
　アレルギー物質が微量に混入してしまうことがあります。
　これらについては記載しておりません。詳細については株式会社オーディフまでお問合せ下さい。

| 日付 | | 食材名 | 調味料 |
|---|---|---|---|
| 2(金) | 紅鮭菜めし | 精白米、紅鮭菜めし（さけ、ごま） | |
| | 鶏肉のごまみそ焼き | 鶏肉、白ごま、なたね油 | おろししょうが、三温糖、しょうゆ（小麦、大豆）、本みりん、料理酒、白みそ（大豆） |
| | 野菜炒め（キャベツ） | キャベツ、ブロッコリー、にんじん、ベーコン（豚肉）、なたね油 | シママース、こしょう、しょうゆ（小麦、大豆） |
| | ゆし豆腐 | ゆし豆腐（大豆）、葉ねぎ、かつお節 | シママース、うすくちしょうゆ（小麦、大豆） |
| 5(月) | ごはん | 精白米 | |
| | チキンカツ | 国産鶏のチキンカツ（小麦、大豆、鶏肉）、なたね油 | |
| | 豆腐チャンプルー | 木綿豆腐（大豆）、キャベツ、もやし、にんじん、にら、ツナ、なたね油 | シママース、しょうゆ（小麦、大豆） |
| | アーサ汁 | アーサ、絹ごし豆腐（大豆）、かつお節 | うすくちしょうゆ（小麦、大豆）、シママース、料理酒、しょうが |
| 6(火) | 麦ごはん | 押し麦、精白米 | |
| | 鶏肉の塩ダレ焼き | 鶏肉、塩麹、長ねぎ、レモン果汁、白ごま、ごま油（ごま） | 料理酒、おろしにんにく、三温糖、シママース |
| | ひじきの五目炒め | ひじき、にんじん、糸こんにゃく　、キャベツ、もやし、チキアギ、にら、なたね油、かつお節 | しょうゆ（小麦、大豆）、三温糖、料理酒、シママース、ポークブイヨン（豚肉、鶏肉） |
| | きのこのみそ汁 | えのきたけ、しめじ、しいたけ、ねぎ、かつお節 | 白みそ（大豆）、赤みそ（大豆） |
| 7(水) | ごはん | 精白米 | |
| | 米粉春巻 | 米粉入り春巻（小麦、大豆、豚肉）、なたね油 | |
| | たけのこのオイスター炒め | 青ピーマン、豚肉、たけのこ、もやし、にんじん、きくらげ、なたね油、でん粉 | おろししょうが、しょうゆ（小麦、大豆）、オイスターソース（大豆）、シママース、料理酒 |
| | 麦と野菜のスープ | セロリー、押し麦、白菜、にんじん、たまねぎ、あさり、大根、かつお節 | チキンブイヨン（鶏肉）、シママース、うすくちしょうゆ（小麦、大豆） |
| 8(木) | ごはん | 精白米 | |
| | 筑前煮 | 鶏肉、だいこん、こんにゃく、たけのこ、にんじん、ごぼう、チクワ、しいたけ、絹さや、なたね油、かつお節 | しょうゆ（小麦、大豆）、本みりん、料理酒、三温糖、シママース |
| | かぼちゃひき肉フライ | かぼちゃひき肉フライ（小麦、大豆、豚肉）、なたね油 | |
| | なめこのみそ汁 | なめこ、絹ごし豆腐（大豆）、ねぎ、かつお節 | 白みそ（大豆）、赤みそ（大豆） |
| 9(金) | 国コッペパン | コッペパン（小麦、大豆、乳） | |
| | ポークビーンズソテー | じゃがいも、豚肉、ポークビーンズ（小麦、大豆、豚肉）、たまねぎ、ひよこまめ、大豆、なたね油 | おろしにんにく、ケチャップ、三温糖、しょうゆ（小麦、大豆）、シママース、ポークブイヨン（鶏肉、豚肉）ﾏｲﾙﾄﾞﾃﾞﾐｸﾞﾗｽｿｰｽ（小麦、鶏肉） |
| | クリームスープ | ほうれん草、にんじん、鶏肉、白花豆＆白いんげん豆ペースト、小麦粉、乳なしマーガリン（大豆）、鶏がら（鶏肉、卵） | ホワイトルウ（小麦、豚肉）、シママース、三温糖、こしょう、チキンブイヨン（鶏肉） |
| | ジャム | りんごジャム（りんご） | |
| 12(月) | 麦ごはん | 押し麦、精白米 | |
| | マーボー豆腐 | 木綿豆腐（大豆）、豚ひき肉、大豆タンパク（大豆）、たまねぎ、たけのこ、にんじん、にら、なたね油、ごま油（ごま）、かたくり粉 | おろししょうが、おろしにんにく、三温糖、しょうゆ（小麦、大豆）、赤みそ（大豆）、料理酒、豆ばん醤（大豆）、ポークブイヨン（鶏肉、豚肉）、オイスターソース（大豆、魚介類） |
| | ひじきの温サラダ | ひじき、ごぼう、枝豆、とりささみ（鶏肉）、コーン、にんじん、 | ごまドレッシング（小麦、ごま、大豆） |
| | 果物 | りんご | |
| 13(火) | ごはん | 精白米 | |
| | お芋のバジルソテー | さつまいも、なたね油、鶏肉、たまねぎ、ブロッコリー、カリフラワー、コーン、なたね油、乳なしマーガリン（大豆） | おろしにんにく、シママース,バジル粉 |
| | 国オムレツ | プレーンオムレツ（卵、小麦、大豆） | |
| | ミネストローネスープ | 牛肉、にんじん　、たまねぎ、セロリー、じゃがいも、枝豆、トマト、鶏がら（卵、鶏肉） | 赤ﾜｲﾝ、しょうゆ（小麦、大豆）、シママース、三温糖、ポークブイヨン（鶏肉、豚肉） |
| 14(水) | ごはん | 精白米 | |
| | 国産鶏と根菜の平つくね | 国産鶏と根菜の平つくね（小麦、鶏肉、豚肉、大豆、ごま） | |
| | 中身汁 | 中身、豚肉、こんにゃく、しいたけ、ねぎ、かつお節 | おろししょうが、しょうゆ（小麦、大豆）、料理酒、シママース、ポークブイヨン（鶏肉、豚肉） |
| | もみじ炒め | にんじん、黄ピーマン、赤ピーマン、ひじき、絹さや、ベーコン（豚肉）、なたね油 | シママース、こしょう、チキンブイヨン（鶏肉）、しょうゆ（小麦、大豆） |
| 16(金) | ごはん | 精白米 | |
| | 国ささみチーズフライ | ササミチーズ巻（乳、小麦、鶏肉、大豆）、なたね油 | |
| | 人参ソテー | にんじん、いんげん、しめじ、ベーコン（豚肉）、なたね油 | シママース、こしょう、しょうゆ（小麦、大豆）、三温糖 |
| | 切り干し大根汁 | 豚肉、千切大根、長ねぎ、しいたけ、かつお節 | うすくちしょうゆ（小麦、大豆）、シママース |
| 21(水) | ごはん | 精白米 | |
| | 魚の塩麹焼き | 赤魚、長ねぎ | 料理酒、三温糖、塩麹 |
| | きんぴら | 糸こんにゃく、ごぼう、にんじん、じゃがいも、豚肉、絹さや、ごま油（ごま）、白ごま、なたね油 | しょうゆ（小麦、大豆）、三温糖、料理酒、穀物酢（小麦） |
| | さつま汁 | さつまいも、えのきたけ、わかめ、かつお節 | 白みそ（大豆）、赤みそ（大豆） |
| 22(木) | ごはん | 精白米 | |
| | 野菜と厚揚げの中華炒め | キャベツ、厚揚げ（大豆）、豚肉　、にんじん、もやし、たけのこ、にら、ごま油（ごま）、かたくり粉、なたね油 | おろしにんにく、料理酒、オイスターソース（大豆、魚介類）、シママース、本みりん、赤みそ（大豆）、しょうゆ（小麦、大豆） |
| | ジャンボひじきしゅうまい | ジャンボひじきしゅうまい（小麦、豚肉、鶏肉、大豆） | |
| | 春雨スープ | 鶏肉、緑豆はるさめ、にんじん、こまつな、しょうが、鶏がら（卵、鶏肉） | チキンブイヨン（鶏肉）、シママース、うすくちしょうゆ（小麦、大豆） |
| 23(金) | ごはん | 精白米 | |
| | ◎タコライス | 合びき肉（豚肉、牛肉）、大豆タンパク（大豆）、たまねぎ、にんじん、パプリカパウダー、なたね油、キャベツ、チーズ（乳） | チリパウダー、トマトピューレ、ケチャップ、しょうゆ（小麦、大豆）、シママース、三温糖、ウスターソース（大豆、りんご）おろししょうが、おろしにんにく |
| | コーンスープ | クリームコーン、コーン、たまねぎ、にんじん、かたくり粉、鶏がら（卵、鶏肉） | シママース、チキンブイヨン（鶏肉）、パセリ、三温糖 |
| | みかんゼリー | 夏みかんゼリー | |
| 26(月) | きのこの炊き込みご飯 | 精白米、鶏肉、しめじ、えのきたけ、にんじん、しいたけ、ねぎ、なたね油、かつお節 | しょうゆ（小麦、大豆）、シママース、料理酒 |
| | さばごま味噌煮 | さばごま味噌煮（さば、大豆、ごま） | |
| | つみれ汁 | たけのこ、えのきたけ、にんじん、いわしつみれ（大豆）、ねぎ、かつお節 | うすくちしょうゆ（小麦、大豆）、しょうゆ（小麦、大豆）、シママース |
| | ごまあえ | ちくわ、ほうれん草、もやし、にんじん、すりごま | うすくちしょうゆ（小麦、大豆）、三温糖、シママース |
| 27(火) | ごはん | 精白米 | |
| | マカロニソテー | マカロニ（小麦）、たまねぎ、ブロッコリ、カリフラワー、ベーコン（豚肉）、赤パプリカ、オリーブ油、なたね油 | シママース、おろしにんにく、しょうゆ（小麦、大豆）、三温糖、こしょう、チキンブイヨン（鶏肉） |
| | 国白はんぺんフライ | はんぺん（小麦、卵、魚介類）、なたね油 | |
| | ベジタブルスープ | たまねぎ、にんじん、ひよこまめ、じゃがいも、トマトダイス缶、鶏がら（鶏肉、卵） | 三温糖、チキンブイヨン（鶏肉）、シママース、こしょう、うすくちしょうゆ（小麦、大豆） |
| 28(水) | ごはん | 精白米 | |
| | 鶏肉のマスタード焼き | 鶏肉、なたね油 | シママース、こしょう、ノンエッグマヨネーズ（大豆）、パセリ、三温糖、料理酒、マスタード |
| | もやしとベーコンの炒め物 | もやし、小松菜、じゃがいも、にんじん、コーン、ベーコン（豚肉）、なたね油 | シママース、こしょう、しょうゆ（小麦、大豆） |
| | 白菜スープ | はくさい、しめじ、鶏肉、にんじん、鶏がら（卵、鶏肉） | シママース、チキンブイヨン（鶏肉）、ポークブイヨン（鶏肉、豚肉）、しょうゆ（小麦、大豆）、三温糖 |
| 29(木) | ごはん | 精白米 | |
| | ケチャップ炒め | ベーコン（豚肉）、ピーマン、赤ピーマン、にんじん、たけのこ、たまねぎ、かたくり粉、なたね油 | 三温糖、ケチャップ、しょうゆ（小麦、大豆）、シママース、おろしにんにく、ウスターソース（りんご、大豆）、チキンブイヨン（鶏肉） |
| | チキンの唐揚げ | 鶏肉、小麦粉、かたくり粉、なたね油 | おろしにんにく、おろししょうが、しょうゆ（小麦、大豆）、シママース、三温糖、料理酒 |
| | ★トマトと卵のスープ | 鶏卵、ベーコン（豚肉）、たまねぎ、トマトダイス缶、鶏がら（卵、鶏肉） | パセリ、シママース、三温糖、チキンブイヨン（鶏肉）、おろしにんにく、うすくちしょうゆ（小麦、大豆） |
| 30(金) | ごはん | 精白米 | |
| | ハンバーグ | 国産鶏肉・豚肉ハンバーグ（大豆、鶏肉、豚肉） | |
| | 温野菜 | キャベツ、ブロッコリー、赤ピーマン、スイートコーン、カリフラワー | シママース、ナムルドレッシング（小麦、大豆、ごま、鶏肉、豚肉） |
| | ★パンプキンスープ | 鶏もも肉、たまねぎ、栗かぼちゃ、じゃがいも、パセリ、小麦粉、無塩バター（乳、大豆）、裏ごしカボチャ、白花豆＆白いんげん豆ペースト、生クリーム（乳）、鶏がら（卵、鶏肉） | ホワイトルウ（小麦、豚肉）、三温糖、シママース、こしょう |