

# 令和3年10月

# 献立表(アレルギー)

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28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	
※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。詳細については南天Okinawaまでお問合せ下さい。			

日付	こんだて	食材名	調味料
1(金)		ごはん	精白米
		ひじきの五目炒め	豚肉、ひじき、にんじん、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
		千草焼き	千草焼(小麦、卵、乳、大豆、鶏肉)
		けんちん汁	豚肉、大根、里芋、にんじん、ごぼう、かつお節
4(月)		ごはん	精白米
		カレーライス	鶏肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、乳なしマーガリン(大豆)、小麦粉、なたね油
		ハンバーグ	FM国産鶏豚使用のハンバーグ(大豆、鶏肉、豚肉)
		温野菜	ブロッコリー、もやし、三色ピーマン
5(火)		ごはん	精白米
		白身魚のフライ	白身魚フライ(小麦、大豆)、なたね油
		人参シリシリ	液卵、にんじん、チョップドラチポーク(豚肉)、たまねぎ、にら、かつお節、なたね油
		ゆし豆腐	ゆし豆腐(大豆)、ねぎ、かつお節
11(月)		ゆかりご飯	精白米、ゆかり
		ちくわの磯辺天ぷら	ちくわの磯辺天ぷら(小麦、大豆)、なたね油
		きんぴらレンコン	れんこん、にんじん、こんにゃく、絹さや、白ごま、なたね油、ごま油
		具だくさん味噌汁	小松菜、にんじん、豚肉、こんにゃく、かつお節
12(火)		コッペパン	コッペパン(小麦、大豆、乳)
		チリコンカン	煮豆(大豆)、レッドキドニー、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、三色ピーマン、トマトダイス、なたね油、かたくり粉
		ウインナー	無塩漬ウインナー(小麦、豚肉、牛肉)
		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
13(水)		さつま芋ご飯	精白米、さつまいも、黒ごま
		千切りイリチー	角切大根、千切り大根、にんじん、豚肉、絹さや、かつお節、なたね油
		いわしの甘露煮	いわしの甘露煮(小麦、大豆)
		味噌汁	豚肉、大根、キャベツ、にんじん、かつお節
14(木)		ミートソースパゲッティー	スパゲティ(小麦)、豚ひき肉、大豆の華、たまねぎ、にんじん、ピーマン、トマトダイス、なたね油
		オニオンスープ	たまねぎ、にんじん、無塩漬ベーコン(豚肉)
		フラワーグラタン	フラワーグラタン(乳、小麦、大豆、豚肉)
		ごはん	精白米
15(金)		春巻き	米粉入り春巻(小麦、大豆、豚肉)、なたね油
		ひき肉としらたきの炒め	しらたき、豚ひき肉、小松菜、にんじん、なたね油、ごま油
		ほうれん草と豆腐のすまし汁	ほうれん草、沖縄豆腐(大豆)、チクワ、かつお節
		ごはん	精白米
18(月)		豆腐チャンプルー	沖縄豆腐(大豆)、もやし、赤ピーマン、にら、チョップドラチポーク(豚肉)、なたね油
		いわしのかぼすレモン煮	いわしかぼすレモン煮(小麦、大豆)
		切り干し大根汁	豚肉、切り干し大根、にんじん、キャベツ、しいたけ、かつお節
		ごはん	精白米
19(火)		アグー豚丼	豚肉、たまねぎ、にんじん、三色ピーマン、かつお節、なたね油
		焼き栗コロッケ	焼き栗コロッケ(小麦、大豆)、なたね油
		きのこのみそ汁	なめこ、えのきたけ、しめじ、長ねぎ、かつお節
		ごはん	精白米
20(水)		きのこ炊き込みご飯	精白米、豚肉、油揚げ(大豆)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
		さばの塩焼き	さば、なたね油
		かぼちゃのみそ汁	かぼちゃ、わかめ、たまねぎ、長ねぎ、かつお節
		デザート	おさつスティック
21(木)		ごはん	精白米
		そぼろ丼	鶏ひき肉、大豆の華、なたね油、ナムル小松菜(ごま)、にんじん、なたね油、白ごま
		シカムドゥチ	こんにゃく、豚肉、とうがん、白かまぼこ、しいたけ、ねぎ、かつお節
		果物	りんご
22(金)		ごはん	精白米
		肉じゃが	じゃがいも、豚肉、たまねぎ、にんじん、糸こんにゃく、グリーンピース、かつお節
		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)
		温サラダ	ブロッコリー、カリフラワー、とりさきみチヤンク(鶏肉)、コーン
25(月)		ごはん	精白米
		ジャンボひじきシュウマイ	ジャンボひじきシュウマイ(小麦、鶏肉、豚肉、大豆)
		回鍋肉	三枚肉(豚肉)、キャベツ、ピーマン、にんじん、もやし、長ねぎ、なたね油、かたくり粉
		ABCマカロニスープ	ABCマカロニ(小麦)、鶏肉、にんじん、たまねぎ、セロリー
26(火)		ごはん	精白米
		タコライス	合ひき肉(牛肉、豚肉)大豆の華、たまねぎ、にんじん、パプリカパウダー、トマトダイス缶、なたね油、キャベツ、クッキングチーズ(乳)
		クリームスープ	ほうれん草、にんじん、鶏肉、白花生 & 白いんげん豆ペースト、小麦粉、乳なしマーガリン(大豆)
		すりおろしりんごゼリー	すりおろしりんごゼリー
27(水)		クファージュシー	精白米、三枚肉(豚肉)白かまぼこ、ごぼう、にんじん、しいたけ、ひじき、ねぎ、かつお節、なたね油
		メンチカツ	ごちそうメンチカツ(小麦、乳、牛肉、大豆、鶏肉、豚肉)、なたね油
		アーサ汁	生アーサ、絹ごし豆腐(大豆)、かつお節
		ごはん	精白米
28(木)		もやし炒め	もやし、ほうれん草、にんじん、湿麩(小麦)、ツナ、なたね油、かつお節
		黒はんぺんフライ	黒はんぺんフライ、なたね油
		イナムドゥチ	豚肉、しいたけ、こんにゃく、白かまぼこ、ねぎ、かつお節
		ごはん	精白米
29(金)		ほうれん草オムレツ	ほうれん草オムレツ(卵、小麦、大豆)
		マカロニソテー	マカロニ(小麦)、無塩漬ウインナーソーセージ(豚肉)、たまねぎ、三色ピーマン、トマトダイス、なたね油
		パンピンスープ	鶏肉、たまねぎ、かぼちゃ、じゃがいも、あお豆、小麦粉、乳なしマーガリン(大豆)カボチャペースト、白花生 & 白いんげん豆ペースト
		ごはん	精白米