

9月2日(水)			9月3日(木)			9月4日(金)			9月7日(月)		
ご飯 飲むヨーグルト(プレーン) なすのみそ汁 鶏肉の唐揚げ こんにゃくの甘辛炒め			食パン 牛乳 いちごジャム ジュリエンスープ たらのハーブ揚げ じゃがいものミートソース			ご飯 牛乳 わかめと豆腐のみそ汁 豚肉のしょうが焼 お浸し しょうゆ			ご飯 牛乳 かき玉汁 鶏肉の香味焼 きんぴらごぼう		
アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量
乳	ご飯(精米80g)	1個	麦乳	食パン(小麦粉60g)	1個	乳	ご飯(精米80g)	1個	乳	ご飯(精米80g)	1個
	飲むヨーグルト(プレーン) 150ml	1本		麦乳 飲料牛乳 200ml	1本		飲料牛乳 200ml	1本		飲料牛乳 200ml	1本
他	なす	12.6g	果	いちごジャム 15g	1個	他	乾燥わかめ	0.504g	卵	たまねぎ	12.6g
	油揚げ	6.3g		油	0.63g		木綿豆腐	37.8g		えのきたけ	6.3g
他	赤みそ	5.67g	魚	ばらベーコン	7.56g	他	ながねぎ	10.08g	卵	しょうゆ	18.9g
	白みそ	5.67g		たまねぎ	12.6g		赤みそ	5.67g		塩	1.008g
他	かつお節	2.52g	魚	にんじん	12.6g	他	白みそ	5.67g	卵	しょうゆ	0.378g
	水	151.2g		キャベツ	18.9g		かつお節	2.52g		酒	1.26g
他	ながねぎ	6.3g	魚	セロリ	2.52g	他	水	151.2g	卵	片栗粉	1.26g
	こまつな	12.6g		塩	0.756g		豚がたロース 切身 60g	1枚		かつお節	2.52g
他	若鶏もも 切身 60g	1切	魚	白こしょう	0.025g	他	おろししょうが	0.882g	卵	水	151.2g
	おろしにんにく	0.378g		チキンブイヨン	1.26g		しょうゆ	5.04g		こまつな	12.6g
他	塩	0.378g	魚	しょうゆ	0.378g	他	酒	2.52g	卵	若鶏もも 切身 60g	1切
	白こしょう	0.025g		水	151.2g		水	1.26g		塩	0.252g
他	酒	2.52g	魚	たら 切身 60g	1個	他	油	1.26g	卵	しょうゆ	1.89g
	米粉	5.04g		塩	0.378g		こまつな	37.8g	卵	酒	1.764g
他	片栗粉	5.04g	魚	黒こしょう	0.025g	他	白こんにゃく	12.6g	卵	三温糖	0.378g
	油	5.04g		乾燥パセリ	0.101g	他	もやし	25.2g	卵	おろししょうが	0.378g
他	油	0.63g	魚	バジル	0.101g	他	グラス付しょうゆ	3.15g	卵	おろしにんにく	0.378g
	豚かた こま	12.6g	魚	ローレル粉末	0.101g	他			卵	水	12.6g
他	にんじん	12.6g	魚	米粉	5.04g	他			卵	油	1.26g
	糸こんにゃく	37.8g	魚	片栗粉	5.04g	他			卵	油	0.63g
他	干しいたけ	0.63g	魚	油	5.04g	他			卵	豚かた こま	12.6g
	三温糖	2.52g	魚	じゃがいも	50.4g	他			卵	にんじん	12.6g
他	しょうゆ	3.78g	魚	油	0.63g	他			卵	ごぼう	31.5g
	みりん	1.26g	魚	おろしにんにく	0.378g	他			卵	糸こんにゃく	12.6g
他	一味唐からし	0.008g	魚	豚かた 挽き	18.9g	他			卵	三温糖	1.89g
	白いりごま	0.378g	他	乾燥大豆	1.89g	他			卵	しょうゆ	3.78g
他	ごま油	0.378g	他	たまねぎ	25.2g	他			卵	みりん	1.26g
			他	むきえだまめ	6.3g	他			卵	ごま油	0.378g
他			他	トマトケチャップ	8.82g	他			卵		
			他	ウスターソース	1.26g	他			卵		
他			他	三温糖	0.63g	他			卵		
			他	チキンブイヨン	0.126g	他			卵		
他			他	塩	0.189g	他			卵		
			他	白こしょう	0.013g	他			卵		

■**特定原材料9品目**および学校生活管理指導表により申し出のあったアレルギーを記載しています。

卵・乳・麦・ソ・ピ・甲・実・果・魚・肉・他

上記の分類から、該当するアレルギーに○をつけてください。(ソ:ソバ ピ:ピーナッツ 甲:甲殻類 実:木の実類)

■加工品の原材料については、別紙『学校給食で使用する食品の原材料一覧』をご覧ください。
(学期ごとに使用するものが変わる「学期契約」と、月ごとに使用するものが変わる「月契約」の2種類あります。)

※大豆などの豆類は「他」、ごまは「実」、いか・たこ・魚卵は「魚」に分類されます。

*給食センターでは、複数の献立を調理していることから、該当献立にアレルギー(食物アレルギーの原因食物)を使用していなくても、同一施設内で原因食物を取り扱っています。また、加工品についてはその製造工場内でアレルギーを含んだ食品を使用している場合があります。

*「ソバ・ピーナッツ(落花生)・クルミ・カシューナッツ・アーモンド・マカダミアナッツ・キウイフルーツ・びわ」は給食では使用しません。

*しらす干し、ちりめんじゃこ、海藻類は、「えび・かに」が混ざる漁法で採取したものを使用しています。

「学校給食における食物アレルギー対応指針」に準じ、だし等の除去する必要がないとされているものは記載していません。

アレルギー用詳細献立表は教育委員会ホームページで公開しています。

右の二次元バーコードの読み込み、あるいは「青梅市教育委員会ホームページ>学校教育>学校給食情報>給食献立表」にアクセスしてください。



令和8年

× 毛

令和8年

アレルギー用詳細献立表(予定)

中学校

9月14日(月)			9月15日(火)			9月16日(水)			9月17日(木)			
ご飯 牛乳 親子煮 ゆで野菜 塩中華ドレッシング 米粉りんごタルト			ご飯 牛乳 肉団子スープ いかメンチ ソース もやしのバターじょうゆ炒め			黒砂糖食パン 牛乳 きのこのクリームシチュー オムレツ ケチャップ キャベツソテー			ご飯 牛乳 キャベツとさつまいものみそ汁 ししゃもの唐揚げ(3本) 高野豆腐のそぼろ煮			
アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量	
乳	ご飯(精米80g)	1 個	乳	ご飯(精米80g)	1 個	麦乳	黒砂糖食パン(小麦粉60g)	1 個	乳	ご飯(精米80g)	1 個	
	飲用牛乳 200ml	1 本		飲用牛乳 200ml	1 本		飲用牛乳 200ml	1 本		飲用牛乳 200ml	1 本	
	油	0.63 g		だいこん	25.2 g		油	1.008 g		さつまいも	31.5 g	
	若鶏もも 2cm角	31.5 g		ミートボール	27.72 g		若鶏もも 2cm角	31.5 g		キャベツ	18.9 g	
	たまねぎ	50.4 g		塩	0.882 g		たまねぎ	37.8 g		ながねぎ	6.3 g	
	にんじん	25.2 g		白こしょう	0.025 g		にんじん	25.2 g		赤みそ	5.67 g	
	たけのこ水煮1/4	12.6 g		中華スープ	1.26 g		じゃがいも	37.8 g		白みそ	5.67 g	
	魚 さつま揚げ	12.6 g		しょうゆ	0.378 g		しめじ	7.56 g		かつお節	2.52 g	
	干ししいたけ	0.882 g		片栗粉	1.26 g		マッシュルーム水煮	10.08 g		水	151.2 g	
	卵 液卵	44.1 g		水	151.2 g		塩	0.882 g	魚	ししゃも 15g	3 本	
	三温糖	2.52 g		こまつな	12.6 g		白こしょう	0.025 g		米粉	5.04 g	
	しょうゆ	6.3 g		ごま油	0.63 g		チキンブイヨン	1.26 g		片栗粉	5.04 g	
	みりん	1.26 g		麦魚他 いかメンチカツ60g	1 個	乳	調理用牛乳	50.4 g		油	5.04 g	
	チンゲンサイ	31.5 g		油	6.3 g		米粉	5.04 g		他	豚かた 挽き	0.63 g
	もやし	37.8 g	他乳	他乳 クラス付ソーニズ	6.3 g		水	100.8 g			12.6 g	
	にんじん	8.82 g		乳 調理用バター	0.882 g		生クリーム	10.08 g			高野豆腐(凍り豆腐)	7.56 g
	塩中華ドレッシング	6.3 g		豚かた こま	12.6 g		オムレツ 60g	1 個			三温糖	2.52 g
果他	米粉りんごタルト 25g	1 個		にんじん	12.6 g	他乳	油	1.26 g			しょうゆ	3.78 g
				キャベツ	12.6 g		他乳 クラス付ケチャップ	6.3 g			みりん	1.26 g
				もやし	25.2 g		油	0.63 g				
				エリンギ	7.56 g		ウインナー	10.08 g				
				塩	0.126 g		キャベツ	44.1 g				
				白こしょう	0.013 g	他乳	にんじん	10.08 g				
				しょうゆ	1.89 g		塩	0.378 g				
							白こしょう	0.025 g				

令和8年

アレルギー用詳細献立表(予定)

中学校

9月18日(金)			9月24日(木)			9月25日(金)			9月28日(月)		
菜飯 牛乳 具だくさん汁 里芋と鶏肉のみそ煮 月見団子			ご飯 牛乳 マーボー豆腐 春巻 コロコロりんご缶			横割り丸パン 飲むヨーグルト(プレーン) ポテトポタージュ ハンバーグのバーベキューソース カラフルソデー			ご飯 牛乳 ハヤシシチュー いんげんとコーンのソテー 梨		
アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量
魚乳 豚 他	菜めし(精米80g)	1 個	乳	ご飯(精米80g)	1 個	麦乳 乳 他	横割り丸パン(小麦粉60g)	1 個	乳	ご飯(精米90g)	1 個
	魚乳 飲む牛乳 200ml	1 本		乳 飲む牛乳 200ml	1 本		飲むヨーグルト(プレーン) 150ml	1 本		乳 飲む牛乳 200ml	1 本
	豚かた こま	12.6 g		油	0.63 g		調理用バター	1.26 g		油	1.008 g
	にんじん	12.6 g		おろしにんにく	0.63 g		ばらベーコン	6.3 g		おろしにんにく	0.63 g
	だいこん	25.2 g		おろししょうが	0.63 g		たまねぎ	25.2 g		豚かた こま	44.1 g
	はくさい	12.6 g		豚かた 挽き	37.8 g		ポテトペースト	25.2 g		塩	0.252 g
	生揚げ	25.2 g		たまねぎ	37.8 g		塩	0.756 g		白こしょう	0.013 g
	ながねぎ	6.3 g		にんじん	15.12 g		白こしょう	0.025 g		たまねぎ	0.63 g
	塩	0.504 g		たけのこ水煮1/4	12.6 g		チキンフイヨン	1.26 g		にんじん	25.2 g
	しょうゆ	5.04 g		押し豆腐	100.8 g	乳 他	調理用牛乳	50.4 g		マッシュルーム水煮	12.6 g
	酒	1.26 g		干しいたけ	1.26 g		米粉	2.52 g		ハヤシルウ	15.12 g
	かつお節	2.52 g		ながねぎ	10.08 g		水	1.26 g		トマトケチャップ	3.78 g
	水	1.26 g		塩	0.378 g		生クリーム	6.3 g		中濃ソース	1.26 g
	油	0.63 g		チキンブイヨン	1.26 g		ハンバーグ 60g	1 個		しょうゆ	1.26 g
	おろししょうが	0.378 g		三温糖	1.26 g		油	2.52 g		パプリカ粉末	0.063 g
	若鶏もも 2cm角	37.8 g		赤みそ	6.3 g		トマトケチャップ	6.3 g		米粉	2.52 g
	たまねぎ	12.6 g		しょうゆ	1.26 g		中濃ソース	2.52 g		水	100.8 g
	さといも	50.4 g		酒	1.26 g		三温糖	2.52 g		油	0.63 g
	塩	0.126 g		トウバンジャン	0.252 g		白こしょう	0.013 g		ウィンナー	10.08 g
	三温糖	2.52 g		テンメンジャン	0.63 g		片栗粉	0.378 g		さやいんげん	25.2 g
	赤みそ	3.78 g		片栗粉	3.78 g		水	6.3 g		ホールコーン	25.2 g
	みりん	1.26 g		水	25.2 g		油	0.63 g		塩	0.252 g
	水	12.6 g		にら	6.3 g		ウィンナー	10.08 g		白こしょう	0.013 g
	月見玄米団子(みだらじ)30g	1 個		ごま油	0.882 g		キャベツ	31.5 g		チキンフイヨン	0.126 g
			麦他 果	春巻 60g	1 個		にんじん	6.3 g	果	なし	1/6 個
				りんご缶1/2缶	75.6 g		むぎえだまめ	10.08 g			
							ホールコーン	10.08 g			
							塩	0.378 g			
							白こしょう	0.013 g			
							しょうゆ	0.252 g			

メモ

アレルギー用詳細献立表(予定)
中学校

令和8年

9月29日(火)			9月30日(水)								
ご飯 牛乳 じゃがいもと生揚げのごま汁 さわらの漬焼 ひじきのそぼろ煮			わかめご飯 牛乳 太平燕(タイビーエン) 鶏肉のみそ炒め 冷凍みかん								
アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量						
乳 他 実 魚	ご飯(精米80g)	1 個	乳 他 甲魚 魚他 果	わかめご飯(精米90g)	1 個						
	飲用牛乳 200ml	1 本		飲用牛乳 200ml	1 本						
	じゃがいも	31.5 g		油	0.63 g						
	生揚げ	31.5 g		おろししょうが	0.378 g						
	にんじん	12.6 g		豚かた こま	12.6 g						
	白練りごま	5.04 g		にんじん	10.08 g						
	白みそ	11.34 g		キャベツ	18.9 g						
	かつお節	2.52 g		むきえび	12.6 g						
	水	151.2 g		いか 短冊	12.6 g						
	はくさい	12.6 g		酒	2.52 g						
	白すりごま	1.008 g		緑豆はるさめ	5.04 g						
	さわら 切身 60g	1 切		干ししいたけ	0.63 g						
	おろししょうが	0.378 g		塩	0.882 g						
	しょうゆ	3.78 g		白こしょう	0.025 g						
	酒	1.26 g		中華スープ	1.26 g						
	みりん	1.26 g		しょうゆ	0.378 g						
	油	2.52 g		水	151.2 g						
	油	0.63 g		油	0.63 g						
	豚かた 挽き	18.9 g		若鶏もも 2cm角	37.8 g						
	にんじん	8.82 g		たまねぎ	12.6 g						
	干ししいたけ	0.63 g		もやし	18.9 g						
	干しひじき	3.15 g		さやいんげん	10.08 g						
	三温糖	2.52 g		三温糖	2.52 g						
	しょうゆ	3.78 g		赤みそ	3.78 g						
	みりん	1.26 g		テンメンジャン	0.252 g						
				酒	1.26 g						
				片栗粉	0.252 g						
				みかん	1 個						

メモ