

アレルギー食品使用予定献立表

令和5年 小学校（中学年）

12月1日(金)				12月4日(月)				12月5日(火)				12月6日(水)			
献立	アレルギー	食品名	分量	献立	アレルギー	食品名	分量	献立	アレルギー	食品名	分量	献立	アレルギー	食品名	分量
① ご飯		ご飯(精米60/70/80g)	1個	① ご飯		ご飯(精米60/70/80g)	1個	① ご飯		ご飯(精米60/70/80g)	1個	① 砂糖揚げパン		砂糖揚げパン(小麦粉50g)	1個
② 牛乳	乳	飲用牛乳200ml	1本	② 牛乳	乳	飲用牛乳200ml	1本	② 牛乳	乳	飲用牛乳200ml	1本	② 牛乳	乳	グラニュー糖	10g
③ 大根と油揚げのみそ汁	他	だいこん 油揚げ にんじん なごねぎ 赤みそ 白みそ かつおだし 水	30g 7g 10g 7g 4g 5g 2g 120g	③ さつまいものみそ汁	他	さつまいも さやいんげん(冷凍) にんじん たまねぎ 油揚げ 赤みそ 白みそ かつおだし 水	20g 8g 10g 20g 7g 4.5g 4.5g 2g 110g	③ 御岳汁	他	青梅豚肉 小間 じゃがいも にんじん ごぼう 油揚げ しめじ 白みそ しょうゆ かつおだし 酒かす なごねぎ 水	0.3g 10g 12g 8g 5g 8g 8.5g 0.5g 2g 2g 5g 5g 100g	③ 野菜スープ	他	油 飲用牛乳200ml ウインナー キャベツ にんじん じゃがいも セロリ しょうゆ 酒 塩 白こしょう チキンブイヨン 水	6g 1本 10g 20g 10g 20g 5g 20g 5g 0.7g 1g 0.4g 0.02g 1g 100g
④ 鶏肉の唐揚げ	他	若鶏もも 切身50g 塩 白こしょう 米粉 片栗粉 油	1切 0.3g 0.02g 5g 5g 5g	④ 鶏肉のねぎ塩だれ	他	若鶏もも 切身50g 油 ごま油 しょうが にんにく なごねぎ 三温糖 酒 塩 ゆず 果汁 白こしょう	1切 3g 1g 0.3g 0.3g 8g 0.8g 1.2g 0.4g 0.2g 0.01g	④ ますの塩焼	他	さけ薄塩50g 油 切り干しだいこん にんじん えだまめ(冷凍) 干しひじき 米酢 三温糖 塩 しょうゆ ごま油	1切 1g 0.5g 3.5g 10g 8g 0.6g 1.5g 1g 0.1g 3g 0.3g	④ ポークビーンズ	他	大豆(冷凍) 豚かた 小間 たまねぎ にんじん トマトケチャップ トマトピューレー ガーリックパウダー パプリカ粉末 白こしょう 塩	0.3g 20g 30g 12g 10g 5g 0.01g 0.01g 0.02g 0.1g
⑤ こんにゃくの甘辛炒め	実	こんにゃく 一味唐がらし 白いりごま ごま油	30g 0.01g 0.3g 0.3g	⑤ 煮浸し	他	もやし にんじん みりん しょうゆ 酒	25g 15g 1.5g 2.8g 0.7g	⑤ 切干し大根の甘酢あえ	他	いちごゼリー	1個	⑤ いちごゼリー	果	いちごゼリー40g	1個

■特定原材料7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。
(年間を通して同じものを使用する「年契約」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・落花生(ピーナッツ)・クルミ・カシューナッツ・アーモンド・びわ・キウイフルーツ」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。

*分量は、小学校中学年量で記載しています。低学年は0.9倍、高学年は1.1倍の量で提供します。

「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。

アレルギー食品使用予定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。



アレルギー食品使用予定献立表

令和5年 小学校（中学年）

12月7日(木)				12月8日(金)				12月11日(月)				12月12日(火)			
献立	アレルギー	食品名	分量	献立	アレルギー	食品名	分量	献立	アレルギー	食品名	分量	献立	アレルギー	食品名	分量
①		ご飯(精米70/80/90g)	1個	①		わかめご飯(わかめ、精米60/70/80g)	1個	①		ご飯(精米60/70/80g)	1個	①		ご飯(精米60/70/80g)	1個
②	乳	飲用牛乳200ml	1本	②	乳	飲用牛乳200ml	1本	②	乳	飲用牛乳200ml	1本	②	乳	飲用牛乳200ml	1本
③		油	0.8g	③	他	なめこ水煮	15g	③		油	1g	③	他	はくさい	25g
		にんにく	0.5g			豆腐	30g			豚かた 千切	15g		他	もやし	10g
		豚かた 小間	25g			なかねぎ	8g			しょうが	1g		他	豆腐	25g
		たまねぎ	50g			赤みそ	4.5g			にんじん	15g			赤みそ	4.5g
		にんじん	20g			白みそ	4.5g			たまねぎ	30g			白みそ	4.5g
		じゃがいも	50g			かつおだし	2g			干しいたけ(せん切)	1g			かつおだし	2g
	麦	カレールウ	17g			水	120g			たけのこ水煮(短冊)	10g			水	100g
		カレー粉	0.2g	④	麦他	チキンカツ50g	1個			はくさい	50g	④	魚	ししやも15g	2本
	他	トマトケチャップ	3g			油	6g		魚卵	いか短冊	15g			塩	0.25g
	他	中濃ソース	1g			キャベツ	20g			うずら卵水煮	15g			カレー粉	0.27g
		塩	0.1g		他	もやし	30g			なかねぎ	4g			米粉	4g
		白こしょう	0.03g			にんじん	8g			酒	1g			片栗粉	4g
		水	80g	⑥		和風ドレッシング	5g			しょうゆ	1g			油	6g
④		キャベツ	25g							中華スープ	1.2g	⑤		油	0.5g
		ベーコン	5g							塩	0.7g			にんにく	0.1g
		にんじん	10g							片栗粉	2g			しょうが	0.1g
		ホールコーン(冷凍)	15g							水	20g			豚かた 小間	12g
	乳	調理用バター	0.5g							ごま油	0.5g			水	4g
		塩	0.1g						④	魚麦他	しゅうまい18g	2個		だいこん	30g
		白こしょう	0.02g							油	5g			にんじん	10g
⑤	果	みかん	1個							杏仁寒天	40g			三温糖	2g
										温州みかん缶詰	15g			しょうゆ	3g
														さやいんげん(冷凍)	3g

アレルギー食品使用予定献立表

令和5年 小学校（中学年）

12月13日(水)				12月14日(木)				12月15日(金)				12月18日(月)			
献立	アレルギー	食品名	分量	献立	アレルギー	食品名	分量	献立	アレルギー	食品名	分量	献立	アレルギー	食品名	分量
①		ご飯	1個	①		ごはん(カレー味)	1個	①	卵乳麦	バターロールパン	1個	①		ご飯	1個
②	乳	牛乳	1本	②	乳	牛乳	1本	②	乳	牛乳	1本	②	乳	牛乳	1本
③	他	生揚げのみそ汁	12g	③	他	イタリアンスープ	0.5g	③	他	ポトフ	0.5g	③	他	かぼちゃのみそ汁	25g
④	他	ぶりの照焼	25g			豆乳コロッケ	10g		果	オムレツ	15g			さばの塩焼	10g
⑤		きのこのバターじゃよう炒め	10g			キャベツとコーンのサラダ	30g			ツナポテト	40g			刻み昆布の炒め物	5g
			4.5g			ノンエッグマヨネーズ	1g			米粉ガトーショコラ	20g				
			4.5g				100g								
			100g				0.5g								
④	魚	ぶり50g	1切		乳卵麦	白こしょう	0.02g	④	卵	プレーンオムレツ50g	1個	⑤	魚	さば薄塩50g	1切
			2.5g			バルメザンチーズ	2g			油	1g			ごま油	0.3g
			4g			液卵	15g			油	0.5g			豚かた 千切	10g
			2g			生パン粉	1.5g			たまねぎ	8g			にんじん	12g
			2g			乾燥パセリ	0.02g			ツナフレークホワイト	8g			刻み昆布	1.5g
⑤	乳	調理用バター	0.7g	④	麦他	豆乳コロッケ	1個	⑤	魚	ツナフレークホワイト	5g			糸こんにゃく	12g
		しめじ	8g			油	5g			ホールコーン(冷凍)	5g			さやいんげん(冷凍)	5g
		エリンギ	8g	⑤		キャベツ	35g			じゃがいも	40g			酒	1g
		マッシュルーム水煮	8g			にんじん	10g			塩	0.4g			三温糖	1g
		キャベツ	25g			ホールコーン(冷凍)	10g			白こしょう	0.01g			しょうゆ	2.5g
		ホールコーン(冷凍)	5g	⑥	他菓	ｸﾞﾗﾝﾌﾞﾗﾝｼﾞｬｯｸﾞ ﾏｲﾅｰｽﾞ	8g	⑥	他	米粉ガトーショコラ30g	1個				
		塩	0.2g												
		しょうゆ	0.8g												
		酒	1g												

メモ

アレルギー食品使用予定献立表

令和5年 小学校 (中学年)

12月19日(火)				12月20日(水)				12月21日(木)				12月22日(金)			
献立	アレルギー	食品名	分量	献立	アレルギー	食品名	分量	献立	アレルギー	食品名	分量	献立	アレルギー	食品名	分量
①		ご飯	1個	①		黒砂糖パン	1個	①		ご飯	1個	①		バセリご飯	1個
②		牛乳	1本	②		牛乳	1本	②		牛乳	1本	②		はっ酵乳	1本
③		豚汁	0.5g	③		かぶのホワイトシチュー	10g	③		にら玉スープ	10g	③		クラムチャウダー	10g
④		いわしの米粉揚げ	10g	④		ハンバーグのソースかけ	40g	④		揚げぎょうざ(2個)	25g	④		焼きフランク	30g
⑤		キャベツのピリ辛しょうゆ	5g	⑤		ごぼうのマヨ炒め	30g	⑤		豚キムチ	15g	⑤		フルーツとゼリーのポンチ	30g
①		ご飯(精米60/70/80g)	1個	①		黒砂糖食パン(小麦粉40/45/50g)	1個	①		ご飯(精米60/70/80g)	1個	①		バセリご飯(バセリ, 精米60/70/80g)	1個
②	乳	飲用牛乳200ml	1本	②	乳	飲用牛乳200ml	1本	②	乳	飲用牛乳200ml	1本	②	乳	はっ酵乳125ml	1本
③		油	0.5g	③		油	0.5g	③		油	0.5g	③		調理用バター	0.5g
		豚かた 小間	15g			若鶏もも こま	10g			若鶏もも こま	10g			あさり水煮	10g
		にんじん	10g			たまねぎ	40g			たまねぎ	25g			ベーコン	5g
		だいこん	20g			にんじん	20g			にんじん	10g			たまねぎ	30g
		ごぼう	5g			かぶ	30g			干しいたけ(せん切)	0.7g			にんじん	15g
		じゃがいも	25g			塩	0.5g		卵	鶏卵	15g			じゃがいも	30g
	他	豆腐	20g			白こしょう	0.02g			にら	5g			塩	0.5g
		板こんにゃく	10g		乳	調理用牛乳	40g			塩	0.8g			白こしょう	0.03g
		ながねぎ	5g			米粉	4g			白こしょう	0.02g			チキンブイヨン	1g
		白みそ	9g			チキンブイヨン	1g			しょうゆ	1g			米粉	4g
		かつおだし	2g			水	80g			酒	1g		乳	調理用牛乳	40g
		水	100g		乳	生クリーム	6g			片栗粉	1g		乳	チンゲンサイ	10g
④	魚	いわし40g	1枚	④	他	乾燥パセリ	0.03g	④	実	白いりごま	100g	④	乳	生クリーム	5g
		しょうゆ	3g			ハンバーグ50g	1個			ごま油	0.3g		水	40g	
		酒	1g		他	油	3g			しょうゆ	0.5g		④	水	1本
		しょうが	1g		他	トマトケチャップ	8g			麦	ぎょうざ18g	2個		油	2g
		米粉	4g			たまねぎ	10g		④	油	4g		⑤	りんご缶詰	10g
		片栗粉	4g			チキンブイヨン	0.3g			油	0.5g			温州みかん缶詰	15g
		油	5g			油	1g		⑤	油	0.5g			カクテルゼリー	30g
		ごま油	0.5g		他	中濃ソース	2g			豚かた 千切	10g				
		キャベツ	40g			片栗粉	0.2g			にんじん	10g				
		にんじん	7g			上白糖	0.4g			たけのご水煮(短冊)	5g				
		さやいんげん(冷凍)	5g			水	5g			キャベツ	15g				
		しょうゆ	2g		⑤	油	0.3g			もやし	10g				
		みりん	1g			ごぼう	30g			はくさいキムチ	10g				
		トウバンジャン	0.05g			にんじん	10g			しょうゆ	0.5g				
						ホールコーン(冷凍)	15g								
						塩	0.15g								
						調理用ノンエッグマヨネーズ	7g								

メモ