

アレルギー食品使用予定献立表

年 組 生徒名

令和6年 中学校

3月1日(金)			3月4日(月)			3月5日(火)			3月6日(水)		
① ご飯 ② 飲むヨーグルト ③ 生揚げのみそ汁 ④ 揚げぎょうざ(3個) ⑤ 切り干し大根の炒め煮			① ご飯 ② 牛乳 ③ 白菜のみそ汁 ④ あじフライ ⑤ こんにゃくの甘辛炒め			① ご飯 ② 牛乳 ③ チキンカレー ④ 大根サラダ ⑤ 和風ドレッシング ⑥ 米粉ガトーショコラ			① 砂糖揚げパン ② 牛乳 ③ トススープ ④ チリビーンズ ⑤ いちごゼリー		
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90g) 1個	①		ご飯(精米90g) 1個	①		ご飯(精米100g) 1個	①	乳麦	コッペパン(小麦粉60g) 1個
②	乳	飲むヨーグルト150ml 1本	②	乳	飲用牛乳200ml 1本	②	乳	飲用牛乳200ml 1本			グラニュー糖 12.6g
③	他	生揚げ 40g たまねぎ 18.9g はくさい 18.9g 生わかめ 8.82g 赤みそ 11.34g かつおだし 2.52g 水 151.2g	③	他	はくさい 37.8g 生わかめ 12.6g 豆腐 40g 白みそ 11.34g かつおだし 2.52g 水 151.2g	③		油 1.01g にんにく 0.63g しょうが 0.63g 岩鶏むね 2cm角 40g たまねぎ 50.4g にんじん 25.2g じゃがいも 75.6g 麦 カレールウ 21.42g カレールウ 0.25g 他 トマトケチャップ 3.78g 他 中濃ソース 1.26g 塩 0.13g 白こしょう 0.04g 水 88.2g	②	乳	飲用牛乳200ml 1本
④	麦	きょうざ18g 3個	④	麦魚	あじフライ60g 1枚	④	麦	油 7.56g 油 0.63g 豚かた 小間 22g にんじん 12.6g 糸こんにゃく 37.8g 干しいたけ(せん切) 0.63g 三温糖 2.52g しょうゆ 3.78g みりん 1.26g 一味唐がらし 0.01g 白いりごま 0.38g ごま油 0.63g	③		油 0.63g ウインナー 15g たまねぎ 31.5g にんじん 18.9g セロリー 2.52g キャベツ 37.8g さやいんげん 10.08g 塩 0.76g 白こしょう 0.01g チキンブイヨン 1.26g 水 126g
⑤		油 0.63g 豚かた 挽き 15g にんじん 8.82g 干しいたけ(せん切) 0.25g 切り干しだいこん 8.82g 三温糖 1.89g しょうゆ 3.78g みりん 1.26g	⑤	実	油 7.56g 油 0.63g 豚かた 小間 22g にんじん 12.6g 糸こんにゃく 37.8g 干しいたけ(せん切) 0.63g 三温糖 2.52g しょうゆ 3.78g みりん 1.26g 一味唐がらし 0.01g 白いりごま 0.38g ごま油 0.63g	⑤	他	白こしょう 0.04g 水 88.2g だいこん 25.2g 白こんにゃく 25.2g ホールコーン 12.6g さやいんげん 6.3g 和風ドレッシング 6.3g	④		油 0.63g にんにく 0.38g 豚かた 小間 20g たまねぎ 12.6g 大豆 40g 他 ホールコーン 12.6g 他 トマトケチャップ 7.56g 他 トマトピューレー 7.56g 他 中濃ソース 1.26g 他 しょうゆ 1.26g 塩 0.25g 他 チリパウダー 0.06g 他 チキンブイヨン 0.25g
						⑥	他	米粉ガトーショコラ 1個	⑤	果	いちごゼリー 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。

「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。  
右下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

年 組 生徒名

令和6年 中学校

3月7日(木)				3月8日(金)				3月11日(月)				3月12日(火)			
① ご飯 ② 牛乳 ③ 大根スープ ④ いかの一味マヨ焼 ⑤ 肉じゃが				① わかめご飯 ② 牛乳 ③ めった汁 ④ 鶏肉の唐揚げ ⑤ ゆで野菜 ⑥ ノンエッグマヨネーズ				① ご飯 ② 野菜ふりかけ ③ 牛乳 ④ 春雨スープ ⑤ 鶏肉の甘酢あえ ⑥ 清見オレンジ				① 赤飯 ② ごま塩 ③ 牛乳 ④ 菜の花と桜かまぼこのすまし汁 ⑤ さわらのみそ焼 ⑥ 煮合い			
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90g)	1個	①		わかめご飯(わかめ、精米100g)	1個	①		ご飯(精米90g)	1個	①		赤飯(小豆、精米、もち米90g)	1個
②	乳	飲用牛乳200ml	1本	②	乳	飲用牛乳200ml	1本	②	麦魚美他	ふりかけ2.5g	1個	②	麦美他	ごま塩	2.84g
③		だいこん	37.8g	③		かつおだし	2.52g	③	乳	飲用牛乳200ml	1本	③	乳	飲用牛乳200ml	1本
		にんじん	12.6g			水	157.5g	④		油	0.63g	④	魚	たけのこ水煮	18.9g
		しめじ	6.3g			豚かた 小間	15g			豚かた 小間	15g			桜型かまぼこ	12g
		ながねぎ	6.3g			板こんにやく	12.6g			えのきたけ	12.6g			塩	1.01g
		塩	0.88g			だいこん	25.2g			はるさめ	8.82g			しょうゆ	0.38g
		白こしょう	0.01g			にんじん	12.6g			なごみ	8.82g			酒	1.26g
		しょうゆ	0.38g			さつまいも	25.2g			ながねぎ	6.3g			かつおだし	2.52g
		チキンブイヨン	1.26g			ながねぎ	6.3g			塩	0.76g			水	151.2g
		水	151.2g			なみそ	10.08g			白こしょう	0.01g			なばな	12.6g
④	魚	いか70g	1切	④		若鶏もも 切身70g	1切			しょうゆ	0.38g	⑤	魚	さわら60g	1切
		調理用ノンエッグマヨネーズ	10.08g			塩	0.38g			チキンブイヨン	1.26g			しょうが	0.38g
		みりん	1.26g			白こしょう	0.03g			水	151.2g			白みそ	5.04g
		一味唐がらし	0.01g			米粉	5.04g			若鶏むね 2cm角	30g			三温糖	2.52g
		水	1.89g			片栗粉	5.04g			しょうが	0.38g			みりん	1.26g
		油	1.26g			油	5.04g			しょうゆ	2.52g			水	1.89g
⑤		油	0.63g	⑤	他	キャベツ	25.2g			酒	1.26g			油	1.26g
		しょうが	0.25g			もやし	31.5g			米粉	10.08g			れんこん	12.6g
		豚かた 小間	20g			しめじ	6.3g			油	5.04g			ごぼう	18.9g
		にんじん	12.6g			他果	6.3g			油	0.63g			にんじん	12.6g
		たまねぎ	12.6g			ライス付ノンエッグマヨネーズ	6.3g			たまねぎ	18.9g			干しいたけ(せん切)	0.63g
		じゃがいも	37.8g							にんじん	12.6g			しらたき	12.6g
		糸こんにやく	6.3g							たけのこ水煮	12.6g			油揚げ	7g
		さやいんげん	3.78g							うずら卵水煮	25.2g			油	0.63g
		酒	0.5g							トマトケチャップ	3.78g			しょうゆ	2.52g
		三温糖	1.64g							三温糖	2.52g			三温糖	2.52g
		塩	0.13g							しょうゆ	3.78g			米酢	3.78g
		しょうゆ	3.02g							米酢	1.26g			塩水	0.13g
		みりん	0.5g							片栗粉	1.26g			水	3.78g
										水	12.6g				
										果	清見オレンジ	1/4個			

メモ欄

アレルギー食品使用予定献立表

年 組 生徒名

令和6年 中学校

3月13日(水)				3月14日(木)				3月15日(金)				3月18日(月)					
① ご飯				① ご飯				① ソフトフランスパン				① ご飯					
② 牛乳				② 野菜ふりかけ				② ミルクコーヒー				② 牛乳					
③ ハッシュドポーク				③ 牛乳				③ カルル				③ 春野菜の白みそ焼					
④ グリーンサラダ				④ 中華スープ				④ 照焼きハンバーグ				④ さばの塩焼					
⑤ ごまドレッシング				⑤ 生揚げのマーボー炒め				⑤ 野菜ソテー				⑤ ごまあえ					
⑥ りんご缶とゼリーミックス				⑥ 清見オレンジ													
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100g)	1個	①		ご飯(精米90g)	1個	①	麦	ソフトフランスパン(70g)	1個	①		ご飯(精米90g)	1個		
②	乳	飲用牛乳200ml	1本	②	麦	ふりかけ2.5g	1個	②	乳	ミルクコーヒー200ml	1本	②	乳	飲用牛乳200ml	1本		
③		油	0.63g	③	乳	飲用牛乳200ml	1本	③	乳	調理用バター	1.26g	③	魚	たけのこ水煮	12.6g		
	果	豚かた 千切	45g			油	0.63g		甲	ベーコン	12.6g			さつま揚げ	15g		
		赤ワイン	0.63g			若鶏もも こま	25.2g			むきえび	20g			白みそ	11.34g		
		塩	0.25g			にんじん	15.12g			にんじん	18.9g			かつおだし	2.52g		
		白こしょう	0.01g			干しいたけ(せん切)	0.63g			たまねぎ	63g			水	151.2g		
		たまねぎ	50.4g			たけのこ水煮	12.6g		他	トマト缶詰ダイス	18.9g			生わかめ	10.08g		
		にんじん	25.2g			なごねぎ	7.56g			水	37.8g			なばな	12.6g		
		マッシュルーム水煮	12.6g			塩	0.88g			チキンブイヨン	1.26g		④	魚	さば薄塩60g	1切	
	他	トマトケチャップ	15.12g			白こしょう	0.03g		乳	米粉	5.04g			油	2.52g		
	他	トマトピューレー	18.9g			しょうゆ	5.04g			調理用牛乳	50.4g		⑤		にんじん	12.6g	
		中濃ソース	6.3g			酒	1.26g			さやいんげん	6.3g			他	さやいんげん	25.2g	
		しょうゆ	2.52g			中華スープ	2.52g			塩	0.76g				油揚げ	8g	
		塩	0.38g			水	126g			白こしょう	0.03g				白こんにゃく	25.2g	
		白こしょう	0.03g			片栗粉	1.89g		④	他	ハンバーグ60g	1個			三温糖	1.89g	
		パプリカ粉末	0.06g			鶏卵	18.9g			油	1.26g				しょうゆ	2.52g	
		チキンブイヨン	1.26g			米酢	1.51g			三温糖	1.26g				みりん	1.26g	
		米粉	5.04g			ごま油	0.63g			しょうゆ	2.52g				白すりごま	1.26g	
④		キャベツ	37.8g		⑤	他	生揚げ	50.4g			みりん	1.26g			実	白すりごま	1.26g
		さやいんげん	10.08g			油	0.63g			白こしょう	0.01g			実	白いりごま	0.63g	
		生わかめ	12.6g			にんにく	0.38g			片栗粉	0.5g						
⑤	美	ごまドレッシング(卵白アレルギー)	6.3g			しょうが	0.38g		⑤	他	水	15.12g					
⑥	他果	カクテルゼリー	50.4g			豚かた 挽き	25.2g			もやし	18.9g						
	果	りんご缶詰ダイス	25.2g			たまねぎ	12.6g			キャベツ	31.5g						
						三温糖	1.26g			にんじん	12.6g						
						赤みそ	3.78g			ウインナー	8g						
						しょうゆ	1.26g			油	0.63g						
						酒	1.26g			しょうゆ	0.38g						
						トウバンジャン	0.06g			塩	0.38g						
						片栗粉	0.63g			白こしょう	0.03g						
						水	6.3g										
						ごま油	0.63g										
					⑥	果	清見オレンジ	1/4個									

メモ欄

アレルギー食品使用予定献立表

年 組 生徒名

令和6年 中学校

3月19日(火)				3月21日(木)				3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
①	乳	食パン(小麦粉70g)	1個	①		ターメリックライス(精米90g)	1個	①		ご飯(精米90g)	1個
②	果	いちごジャム15g	1個	②	乳	飲用牛乳200ml	1本	②	乳	飲用牛乳200ml	1本
③	乳	飲用牛乳200ml	1本	③		油	0.63g	③		油	0.38g
④		油	1.26g			若鶏むね 2cm角	40g			若鶏もも こま	27g
		ベーコン	20g			たまねぎ	50.4g			にんじん	12.6g
		にんにく	0.25g			にんじん	25.2g			だいこん	25.2g
		セロリー	2.52g			塩	0.38g			じゃがいも	25.2g
		たまねぎ	18.9g			白こしょう	0.04g			ごぼう	6.3g
		水	100.8g			チキンブイヨン	1.26g		他	豆腐	35g
		キャベツ	18.9g			調理用牛乳	63g			ながねぎ	6.3g
		白いんげん豆	6.3g			えだまめ	12.6g			塩	0.38g
		じゃがいも	25.2g			生クリーム	6.3g			しょうゆ	5.04g
	他	トマト缶詰ダイス	25.2g			水	126g			酒	1.26g
	他	トマトケチャップ	3.78g			米粉	5.04g			かつおだし	2.52g
		中華スープ	2.52g	④		フレンチポテト	63g	④	麦他	水	126g
		塩	0.88g			油	6.3g			豆乳コロッケ60g	1個
		白こしょう	0.04g			クッキングソルト	0.25g			油	7.56g
		ウスターソース	1.26g	⑤		油	0.63g	⑤	他	もやし	37.8g
⑤	麦他	メンチカツ60g	1個			ホールコーン	6.3g			にら	3.78g
		油	6.3g			ツナフレーク	15g			ホールコーン	12.6g
⑥		油	0.63g		魚	切り干しだいこん	8.82g			たまねぎ	12.6g
		さやいんげん	31.5g			しょうゆ	1.51g			塩	0.38g
		ホールコーン	25.2g			みりん	0.63g			白こしょう	0.03g
		しめじ	8.82g			調理用ノンエッグマヨネーズ	8.82g			チキンブイヨン	0.25g
		塩	0.38g			ごま油	0.38g		卵	液卵	12.6g
		白こしょう	0.01g		実	白いりごま	0.63g				
		しょうゆ	0.25g			白こしょう	0.01g				

メモ欄