

アレルギー食品使用予定献立表

年 組 児童名

令和6年 小学校（中学年）

3月1日(金)				3月4日(月)				3月5日(火)				3月6日(水)			
①	ご飯			①	ご飯			①	ご飯			①	ご飯		
②	牛乳			②	牛乳			②	牛乳			②	野菜ふりかけ		
③	チキンカレー			③	ハッシュドポーク			③	白菜のみそ汁			③	牛乳		
④	大根サラダ			④	グリーンサラダ			④	あじフライ			④	中華スープ		
⑤	和風ドレッシング			⑤	ごまドレッシング			⑤	こんにゃくの甘辛炒め			⑤	生揚げのマーボー炒め		
⑥	米粉ガトーショコラ			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70/80/90g)	1個	①		ご飯(精米70/80/90g)	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	麦魚他	野菜ふりかけ2.5g	1個
③		油	0.8g	③		油	0.5g	③		油	30g	③	乳	飲用牛乳200ml	1本
		にんにく	0.5g			豚かた 千切	35g		他	はくさい	10g	④		油	0.5g
		しょうが	0.5g		果	赤ワイン	0.5g			生わかめ	10g			若鶏もも こま	20g
		若鶏むね 2cm角	30g			塩	0.2g			豆腐	30g			にんじん	12g
		たまねぎ	40g			白こしょう	0.01g			白みそ	9g			干しいたけ(せん切)	0.5g
		にんじん	20g			たまねぎ	40g			かつおだし	2g			たけのこ水煮	10g
		じゃがいも	60g			にんじん	20g	④	麦魚	あじフライ40g	1枚			ながねぎ	6g
	麦	カレーウ	17g			マッシュルーム水煮	10g			水	120g			塩	0.7g
		カレー粉	0.2g		他	トマトケチャップ	12g	⑤		油	0.5g			白こしょう	0.02g
	他	トマトケチャップ	3g		他	トマトピューレー	15g			豚かた 小間	15g			しょうゆ	4g
	他	中濃ソース	1g		他	中濃ソース	5g			にんじん	10g			酒	1g
		塩	0.1g			しょうゆ	2g			糸こんにゃく	30g			中華スープ	2g
		白こしょう	0.03g			塩	0.3g			干しいたけ(せん切)	0.5g			水	100g
		水	70g			白こしょう	0.02g			三温糖	2g			片栗粉	1.5g
④		だいこん	20g			パプリカ粉末	0.05g			しょうゆ	3g		卵	鶏卵	15g
		白こんにゃく	20g			チキンブイヨン	1g			みりん	1g			米酢	1.2g
		ホールコーン	10g	④		米粉	4g			一味唐がらし	0.01g			ごま油	0.5g
		さやいんげん	5g			キヤバツ	30g		実	白いりごま	0.3g	⑤	他	生揚げ	40g
⑤		和風ドレッシング	5g			さやいんげん	8g			ごま油	0.5g			油	0.5g
⑥	他	米粉ガトーショコラ30g	1個			生わかめ	10g							にんにく	0.3g
				⑤	美	ごまドレッシング(ノンオイル)	5g							しょうが	0.3g
				⑥	他	カクテルゼリー	40g							豚かた 挽き	20g
					果	りんご缶詰ダイス	20g							たまねぎ	10g

■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

令和6年 小学校 (中学年)

3月7日(木)				3月8日(金)				3月11日(月)				3月12日(火)				
①	わかめご飯			①	ソフトフランスパン			①	ご飯			①	砂糖揚げパン			
②	牛乳			②	ミルクコーヒー			②	牛乳			②	牛乳			
③	めった汁			③	カルル			③	春野菜の白みそ椀			③	トススープ			
④	鶏肉の唐揚げ			④	照焼きハンバーグ			④	さばの塩焼			④	チリビーンズ			
⑤	ゆで野菜			⑤	野菜ソテー			⑤	ごまあえ			⑤	いちごゼリー			
⑥	ノンエッグマヨネーズ															
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		わかめご飯(わかめ、精米70/80/90g)	1個	①	麦	ソフトフランスパン(小麦粉40/45/50g)	1個	①		ご飯(精米60/70/80g)	1個	①	乳麦	コッパパン(小麦粉50g)	1個	
②	乳	飲用牛乳200ml	1本	②	乳	ミルクコーヒー200ml	1本	②	乳	飲用牛乳200ml	1本	②	乳	飲用牛乳200ml	1本	
③		かつおだし	2g	③	乳	調理用バター	1g	③	魚	たけのこ水煮	10g	③		油	6g	
		水	125g			ベーコン	10g			さつま揚げ	10g			油	1本	
		豚かた 小間	10g		甲	むきえび	15g			白みそ	9g			油	0.5g	
		板こんにゃく	10g			にんじん	15g			かつおだし	2g			油	10g	
		だいこん	20g			たまねぎ	50g			水	120g			油	25g	
		にんじん	10g		他	トマト缶詰ダイス	15g			生わかめ	8g			油	15g	
		さつまいも	20g			水	30g			なばな	10g			油	2g	
		ながねぎ	5g			チキンブイヨン	1g		④	魚	さば薄塩40g	1切			油	30g
		白みそ	8g			米粉	4g			油	2g				油	8g
④		若鶏もも 切身50g	1切		乳	調理用牛乳	40g		⑤	他	にんじん	10g			塩	0.6g
		塩	0.3g			さやいんげん	5g			他	さやいんげん	20g			白こしょう	0.01g
		白こしょう	0.02g			塩	0.6g				油揚げ	5g			チキンブイヨン	1g
		米粉	4g		④	他	白こしょう	0.02g			白ここんにゃく	20g			水	100g
		片栗粉	4g			ハンバーグ50g	1個				三温糖	1.5g		④	油	0.5g
		油	4g			油	1g				しょうゆ	2g			油	0.3g
⑤		キャバツ	20g			三温糖	1g				みりん	1g			油	15g
	他	もやし	25g			しょうゆ	2g			実実	白すりごま	1g			油	10g
		しめじ	5g			みりん	1g				白いりごま	0.5g			油	30g
⑥	他果	ガス付ノンエッグマヨネーズ	5g			白こしょう	0.01g							他	大豆	10g
						片栗粉	0.4g							他	ホールコーン	10g
						水	12g							他	トマトケチャップ	6g
				⑤	他	もやし	15g							他	トマトピューレー	6g
						キャバツ	25g							他	中濃ソース	1g
						にんじん	10g							他	しょうゆ	1g
						ウインナー	5g								塩	0.2g
						油	0.5g								チリパウダー	0.05g
						しょうゆ	0.3g								チキンブイヨン	0.2g
						塩	0.3g								いちごゼリー40g	1個
						白こしょう	0.02g									

メモ欄

アレルギー食品使用予定献立表

令和6年 小学校 (中学年)

3月13日(水)			3月14日(木)			3月15日(金)			3月18日(月)			
① ご飯			① 赤飯			① ご飯			① ご飯			
② 牛乳			② ごま塩			② 野菜ふりかけ			② 飲むヨーグルト			
③ けんちん汁			③ 牛乳			③ 牛乳			③ 生揚げのみそ汁			
④ 豆乳コロッケ			④ 菜の花と桜かまぼこのすまし汁			④ 春雨スープ			④ 揚げぎょうざ(2個)			
⑤ 玉子入り野菜炒め			⑤ さわらのみそ焼			⑤ 鶏肉の甘酢あえ			⑤ 切り干し大根の炒め煮			
⑥ 煮合い						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	
①		ご飯(精米60/70/80g)	1個	①		赤飯(小豆,精米,もち米60/70/80g)	1個	①		ご飯(精米60/70/80g)	1個	
②	乳	飲む牛乳200ml	1本	②	麦実他	ごま塩	2.25g	②	麦実他	野菜ふりかけ2.5g	1個	
③		油	0.3g	③	乳	飲む牛乳200ml	1本	③	乳	飲む牛乳200ml	1本	
		若鶏もも	20g	④	魚他	たけのこ水煮	15g	④		油	0.5g	
		にんじん	10g			桜型かまぼこ	8g			豚かた 小間	10g	
		だいこん	20g			しょうゆ	0.3g			にんじん	10g	
		じゃがいも	20g			しょうゆ	1g			えのきたけ	7g	
		ごぼう	5g			かつおだし	2g			はるさめ	7g	
	他	豆腐	25g			水	120g			ながねぎ	5g	
		ながねぎ	5g			なばな	10g			水	120g	
		塩	0.3g	⑤	魚	さわら40g	1切		④	麦他	きょうざ18g	2個
		しょうゆ	4g			しょうが	0.3g			油	0.5g	
		酒	1g			白みそ	4g		⑤		豚かた 挽き	10g
		かつおだし	2g			三温糖	2g			にんじん	7g	
		水	100g			みりん	1g			干しいたけ(せん切)	0.2g	
④	麦他	豆乳コロッケ50g	1個			水	1.5g			切り干しだいこん	7g	
		油	6g			油	1g			三温糖	1.5g	
⑤	他	もやし	30g	⑥		れんこん	10g			しょうゆ	3g	
		にら	3g			ごぼう	15g			米粉	8g	
		ホールコーン	10g			にんじん	10g			油	4g	
		たまねぎ	10g			干しいたけ(せん切)	0.5g			油	0.5g	
		塩	0.3g			しらたき	10g			たまねぎ	20g	
		白こしょう	0.02g			油揚げ	5g			にんじん	10g	
		チキンブイヨン	0.2g		他	油揚げ	0.5g			たけのこ水煮	10g	
	卵	液卵	10g			しょうゆ	2g		他	トマトケチャップ	3g	
						三温糖	2g			三温糖	2g	
						米酢	3g			しょうゆ	3g	
						塩	0.1g			米酢	1g	
						水	3g			片栗粉	1g	
										水	10g	
										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

令和6年 小学校（中学年）

3月19日(火)				3月21日(木)				3月22日(金)					
①	食パン			①	ターメリックライス			①	ご飯				
②	いちごジャム			②	牛乳			②	牛乳				
③	牛乳			③	チキンクリーム煮			③	大根スープ				
④	ミネストローネ			④	フライドポテト			④	いかの一味マヨ焼				
⑤	メンチカツ			⑤	切り干し大根のツナマヨ炒め			⑤	肉じゃが				
⑥	いんげんとコーンのソテー												
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		
①	乳	食パン(小麦粉40/45/50g)	1個	①	ターメリックライス(精米60/70/80g)	1個	1個	①	乳	ご飯(精米60/70/80g)	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	若鶏むね 2cm角	0.5g	③	油	たいこん	30g		
④		油	1g			岩鶏むね	30g			にんじん	10g		
		ベーコン	15g			たまねぎ	40g			しめじ	5g		
		にんにく	0.2g			にんじん	20g			ながねぎ	5g		
		セロリー	2g			塩	0.3g			塩	0.7g		
		たまねぎ	15g			白こしょう	0.03g			白こしょう	0.01g		
		水	80g			チキンブイヨン	1g			しょうゆ	0.3g		
		キャベツ	15g			調理用牛乳	50g			チキンブイヨン	1g		
		白いんげん豆	5g			えだまめ	10g			水	120g		
		じゃがいも	20g			生クリーム	5g		④	魚	いか50g	1切	
	他	トマト缶詰ダイス	20g			水	100g			調理用ノンエッグマヨネーズ	8g		
	他	トマトケチャップ	3g			米粉	4g			みりん	1g		
		中華スープ	2g		④	フレンチポテト	50g			一味唐がらし	0.01g		
		塩	0.7g			油	5g			水	1.5g		
		白こしょう	0.03g			クッキングソルト	0.2g			油	1g		
	他	ウスターソース	1g		⑤	油	0.5g			油	0.5g		
⑤	麦	メンチカツ50g	1個			ホールコーン	5g			しょうが	0.2g		
		油	5g			ツナフレーク	10g			豚かた 小間	10g		
⑥		油	0.5g			切り干しだいこん	7g			にんじん	10g		
		さやいんげん	25g			しょうゆ	1.2g			たまねぎ	10g		
		ホールコーン	20g			みりん	0.5g			じゃがいも	30g		
		しめじ	7g			調理用ノンエッグマヨネーズ	7g			糸こんにゃく	5g		
		塩	0.3g			ごま油	0.3g			さやいんげん	3g		
		白こしょう	0.01g			白いりごま	0.5g			酒	0.4g		
		しょうゆ	0.2g			白こしょう	0.01g			三温糖	1.3g		
										塩	0.1g		
										しょうゆ	2.4g		
										みりん	0.4g		

メモ欄