

アレルギー用詳細献立表(予定)

年 組 児童名

令和6年 小学校

8月27日(火)				8月28日(水)				8月29日(木)				8月30日(金)			
①	ご飯			①	ご飯			①	ゆかりご飯			①	食パン		
②	牛乳			②	牛乳			②	牛乳			②	いちごジャム		
③	わかめと玉子のスープ			③	ユイミータン			③	豚汁			③	牛乳		
④	豚肉どんぶりの具			④	豚肉のしょうが焼			④	焼きししゃも(2本)			④	キャロットポタージュ		
⑤	春雨のサラダ			⑤	五目野菜あん			⑤	キャベツのピリ辛炒め			⑤	ホキのさっぱりレモンソース		
												⑥	カラフルサラダ		
												⑦	ごまドレッシング		
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50/60/70g)	1 個	①		ご飯(精米50/60/70g)	1 個	①	果	ゆかりご飯(赤しそ、精米60/70/80g)	1 個	①	乳麦	食パン(小麦粉40/45/50g)	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	果	いちごジャム15g	1 個
③	油	たまねぎ	0.5 g	③	油	たまねぎ	10 g	③	油	おろししょうが	0.5 g	③	乳	飲用牛乳200ml	1 本
	卵	生わかめ	5 g		卵	ホールコーン	8 g			豚かた 小間	0.3 g	④	乳	調理用バター	1 g
		鶏卵	15 g			クリームコーン缶	20 g			にんじん	30 g			ベーコン	8 g
		ながねぎ	8 g			ながねぎ	15 g			だいこん	10 g			たまねぎ	15 g
		塩	0.5 g			ながねぎ	5 g			じゃがいも	20 g			にんじん	10 g
		白こしょう	0.02 g			塩	0.7 g			ごぼう	20 g			塩	0.6 g
		しょうゆ	1 g			白こしょう	0.01 g			豆腐	5 g			白こしょう	0.02 g
	魚他	酒	1 g		魚他	中華スープ	1 g		他	糸こんにゃく	20 g			チキンフイヨン	1 g
		中華スープ	2 g			しょうゆ	0.3 g			糸こんにゃく	10 g		乳	調理用牛乳	40 g
		片栗粉	1 g			片栗粉	1.5 g			ながねぎ	5 g		乳	にんじんペースト	20 g
		水	120 g			水	120 g			白みそ	8 g		乳	生クリーム	5 g
		ごま油	0.5 g			豚かたロース切身50g	1 枚			かつおだし	2 g			乾燥パセリ	0.02 g
④		油	0.8 g	④		おろししょうが	0.5 g	④	魚	ししゃも15g	2 本			米粉	2 g
		豚かた 千切	50 g			しょうゆ	3 g			油	1 g	⑤	魚	ホキ50g	1 切
		たまねぎ	40 g			酒	1 g			油	0.5 g			塩	0.1 g
		干しいたけ(せん切)	1 g			水	1 g			キャベツ	40 g			白こしょう	0.01 g
		おろししょうが	0.5 g			油	1 g			にんじん	7 g			米粉	4 g
		おろしにんにく	0.5 g			油	0.5 g			さやいんげん	7 g			片栗粉	4 g
		みりん	1 g			豚かた 小間	15 g			しょうゆ	2 g			油	4 g
		三温糖	2 g			にんじん	15 g			白みそ	1 g			上白糖	2.5 g
		しょうゆ	3 g			さつま揚げ	10 g			みりん	0.05 g			しょうゆ	2.5 g
⑤		チンゲンサイ	15 g		魚	しめじ	10 g			トウバンジャン			果	レモン果汁	1 g
		緑豆はるさめ	5 g			チンゲンサイ	10 g							米酢	1 g
		にんじん	5 g			三温糖	2 g							水	10 g
		きくらげ	0.3 g		魚	オイスターソース	1 g							キャベツ	30 g
		調理用ノンエッグマヨネーズ	6 g			しょうゆ	1 g							赤ピーマン	5 g
		しょうゆ	0.5 g			酒	1 g							黄ピーマン	5 g
						片栗粉	1 g							さやいんげん	10 g
														ごまドレッシング(万葉列列-ミ)	5 g

■特定原材料8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。



令和6年 小学校(中学年)

9月2日(月)				9月3日(火)				9月4日(水)				9月5日(木)			
①	ご飯			①	ご飯			①	ご飯			①	食パン		
②	牛乳			②	牛乳			②	牛乳			②	チョコクリーム		
③	かき玉汁			③	五目うま煮			③	シーフードカレー			③	牛乳		
④	さわらの香味焼			④	ハモのしんじょうフライ			④	こんにゃくサラダ			④	トマトンスープ		
⑤	なすとピーマンのみそ炒め			⑤	冷凍みかん			⑤	ナムルドレッシング			⑤	ローストチキン		
⑥								⑥	シークワーサーゼリー			⑥	ホットコールスロー		
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50/60/70g)	1個	①		ご飯(精米50/60/70g)	1個	①		ご飯(精米50/60/70g)	1個	①	乳麦	食パン(小麦粉40/45/50g)	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	乳麦	チョコクリーム15g	1個
③		かつおだし	2g	③		油	0.8g	③		油	0.8g	③	乳	飲用牛乳200ml	1本
		水	120g			おろしにんにく	0.3g			おろしにんにく	0.5g	④		油	0.5g
		しょうゆ	1.5g			豚かた 小間	25g			豚かた 小間	15g		肉	おろしにんにく	0.3g
		塩	0.8g			たまねぎ	40g			たまねぎ	35g			チキンボール	20g
		にんじん	10g			にんじん	20g			にんじん	15g			たまねぎ	20g
		しめじ	7g			たけのこ水煮缶	15g			じゃがいも	30g			にんじん	10g
		片栗粉	0.8g		卵	うずら卵水煮	25g		甲	むきえび	10g			塩	0.6g
	卵	鶏卵	15g			はくさい	50g		魚	いか短冊	10g			白こしょう	0.02g
		ごまつな	10g			塩	0.8g			酒	2g			バジルミソ	0.03g
④	魚	さわら50g	1切			白こしょう	0.02g		魚	ほたてが貝柱	10g			しょうゆ	0.3g
		おろししょうが	0.2g			しょうゆ	0.3g		麦	カレールウ	17g			チキンブイヨン	1g
		おろしにんにく	0.2g			酒	1g		他	カレー粉	0.2g		他	トマト缶詰ダイス	40g
		しょうゆ	3g			片栗粉	3g		他	トマトケチャップ	3g			水	80g
		酒	1g		魚他	中華スープ	1g		他	中濃ソース	1g	⑤	肉	若鶏もも 切身50g	1切
		みりん	1g			水	20g			塩	0.05g			酒	0.3g
		ごま油	0.3g			ごま油	0.7g			白こしょう	0.03g			しょうゆ	1.7g
		油	1g	④	麦魚他	ハモのしんじょうフライ40g	1個			水	80g			みりん	1.7g
⑤		油	0.5g	⑤	果	冷凍みかん	1個	④	他	白こんにゃく	20g			はちみつ	1g
		豚かた 小間	20g							もやし	15g	⑥		油	0.1g
		たけのこ水煮	20g							にんじん	5g			油	10g
		なす	15g							きゅうり	10g			キャベツ	40g
		ピーマン	8g					⑤	他肉	ナムルドレッシング	5g			ホールコーン	7g
		三温糖	1.5g					⑥	果	シークワーサーゼリー50g	1個			塩	0.2g
		赤みそ	2g											白こしょう	0.02g
		しょうゆ	1g											調理用ノンエッグマヨネーズ	6g
		みりん	1g												

令和6年 小学校(中学年)

9月6日(金)				9月9日(月)				9月10日(火)				9月11日(水)			
①		ご飯		①		わかめご飯		①		ごまご飯		①		ご飯	
②		のりふりかけ		②		牛乳		②		牛乳		②		牛乳	
③		牛乳		③		春雨スープ		③		もずくスープ		③		なめこのみそ汁	
④		きのこ里芋のすまし汁		④		いかの竜田揚げ		④		タコミート		④		いわしの唐揚げ	
⑤		鶏肉の唐揚げ		⑤		生揚げのんにくしょうゆ炒め		⑤		ゆで野菜		⑤		豚肉と切り干し大根の塩炒め	
⑥		お浸し						⑥		ソイドレッシング					
⑦		しょうゆ						⑦		フローズンヨーグルト					
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50/60/70g)	1 個	①		わかめご飯 (わかめ、精米60/70/80g)	1 個	①		実 ごまご飯 (ごま、精米60/70/80g)	1 個	①		ご飯(精米50/60/70g)	1 個
②	魚	ふりかけ2.0g	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
③		乳 飲用牛乳200ml	1 本	③	肉	若鶏むねこま	10 g	③		もずく	15 g	③		なめこ水煮	20 g
④		しめじ	5 g			にんじん	10 g	④	他	豆腐	30 g	④	他	生わかめ	5 g
	他	えのきたけ	5 g			緑豆はるさめ	5 g			えのきたけ	5 g			油揚げ	5 g
		さといも	20 g			えのきたけ	7 g			塩	0.3 g			ながねぎ	5 g
		塩	0.8 g			ながねぎ	5 g		魚	和風だしの素	1 g			赤みそ	9 g
		しょうゆ	0.3 g			塩	0.6 g			しょうゆ	4 g			かつおだし	2 g
		酒	1 g			白こしょう	0.01 g			酒	1 g			水	120 g
		かつおだし	2 g			チキンブイヨン	1 g			水	120 g	④	魚	いわし40g	1 枚
	魚	水	120 g			しょうゆ	0.3 g	④		豚かた 挽き	30 g			おろししょうが	0.8 g
	他	菊型かまぼこ	5 g	④	魚	いか50g	1 切			たまねぎ	20 g			しょうゆ	3 g
⑤	肉	若鶏もも 切身50g	1 切			おろししょうが	0.3 g		他	にんじん	15 g			酒	1 g
		酒	2 g			しょうゆ	3 g			刻み大豆	15 g			米粉	4 g
		おろしにんにく	0.3 g			酒	1 g			おろしにんにく	0.3 g			片栗粉	4 g
		塩	0.3 g			酒	1 g			油	0.6 g			油	4 g
		白こしょう	0.02 g			米粉	4 g		他	トマトケチャップ	3 g	⑤		油	0.5 g
		米粉	4 g			片栗粉	4 g		他	トマトピューレー	4 g			豚かた 千切	10 g
		片栗粉	4 g			油	4 g			チリソース	1.5 g			切り干しだいこん	7 g
		油	4 g	⑤	他	生揚げ	45 g			パプリカ粉末	0.2 g			にんじん	7 g
⑥		ごまつな	20 g			油	0.5 g			チリパウダー	0.3 g			ながねぎ	10 g
		にんじん	5 g			おろしにんにく	0.4 g			塩	0.6 g			塩	0.3 g
	他	もやし	30 g			豚もも 挽き	15 g	⑤		キャバツ	25 g			黒こしょう	0.01 g
⑦		グラス付しょうゆ	2.5 g			たまねぎ	15 g			きゅうり	10 g			しょうゆ	2 g
						三温糖	1.5 g			生わかめ	8 g			酒	2 g
					魚	オイスターソース	1 g			ホールコーン	10 g			ごま油	0.3 g
						しょうゆ	1.5 g	⑥	卵	卵	5 g				
						片栗粉	0.5 g	⑦	乳	フローズンヨーグルト60g	1 個				
						水	5 g								

令和6年 小学校(中学年)

9月12日(木)				9月13日(金)				9月17日(火)				9月18日(水)			
① ご飯 ② 牛乳 ③ じゃがいもと生揚げのごま汁 ④ さばの塩焼 ⑤ 刻み昆布の炒め物				① 背割りコッペパン ② はっ酵乳 ③ ポトフ ④ 焼きフランクのバーベキューソース ⑤ カラフルゼリーのポンチ				① ご飯 ② 牛乳 ③ かぼちゃのみそ汁 ④ ちくわの磯辺揚げ ⑤ こんにゃくの甘辛炒め				① ご飯 ② 牛乳 ③ ハヤシチチュー ④ いんげんとコーンのソテー ⑤ 冷凍みかん			
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50/60/70g)	1 個	①	乳麦	背割りコッペパン (小麦粉40/45/50g)	1 個	①		ご飯(精米50/60/70g)	1 個	①		ご飯(精米50/60/70g)	1 個
②	乳	飲用牛乳200ml	1 本	②	乳	はっ酵乳125ml(ジアアレーン)	1 本	②	乳	飲用牛乳200ml	1 本	②	乳	飲用牛乳200ml	1 本
③	他	じゃがいも 25g 生揚げ 25g にんじん 10g さやいんげん 8g 白練りごま 4g 白みそ 8g しょうゆ 0.3g かつおだし 2g 水 100g 白すりごま 0.8g		③	油	シヨルダーベーコン 10g たまねぎ 30g にんじん 15g じゃがいも 30g セロリー 2g キャベツ 30g 塩 0.5g 白こしょう 0.02g チキンブイヨン 1g しょうゆ 0.3g 白ワイン 0.5g		③	他	かぼちゃ 25g たまねぎ 20g なかねぎ 5g 赤みそ 4.5g 白みそ 4.5g かつおだし 2g 水 120g		③	油	おろしにんにく 1g 豚かた千切 0.5g 豚かた千切 35g 赤ワイン 0.5g 塩 0.2g 白こしょう 0.01g たまねぎ 40g にんじん 20g マッシュルーム水煮 10g ハヤシルウ 12g トマトケチャップ 3g 中濃ソース 1g しょうゆ 1g 白こしょう 0.02g パプリカ粉末 0.05g 小麦粉 4g 水 80g	
④	麦	さば薄塩50g	1 切	④	果	フラングワルト40g	1 本	④	魚	白焼竹輪25g	1 本	④	麦	中濃ソース	1 本
⑤	魚	ごま油 0.2g にんじん 10g 刻み昆布 1.5g 豚かた千切 10g 干しいたけ(せん切) 1g 糸こんにゃく 12g 酒 1g 三温糖 1g しょうゆ 1.5g		⑤	他	トマトケチャップ 5g 中濃ソース 2g 三温糖 2g 白こしょう 0.01g 片栗粉 0.3g 水 5g		⑤	麦	小麦粉 0.1g あおさ粉 0.1g 塩 0.1g 油 6g		⑤	他	油 0.5g 豚かた小間 10g にんじん 10g 糸こんにゃく 30g 干しいたけ(せん切) 0.5g 三温糖 2g しょうゆ 3g みりん 1g 一味唐がらし 0.01g 白いりごま 0.3g ごま油 0.3g	
				⑤	他	カクテルゼリー 20g りんご缶詰ダイス 20g 温州みかん缶詰 20g						⑤	果	冷凍みかん	1 個



