

アレルギー用詳細献立表(予定)
令和6年 小学校(中学年)

年 組 児童名

10月1日(火)				10月2日(水)				10月3日(木)				10月4日(金)							
① ご飯 ② 牛乳 ③ だぶ ④ さばの塩焼 ⑤ 野菜の甘酢あえ				① 食パン ② 牛乳 ③ ポトフ ④ チリビーンズ ⑤ りんご				① さつまいものおこわ ② はっ酵乳 ③ 沢煮椀 ④ さわらの西京焼 ⑤ ごまあえ				① ご飯 ② 牛乳 ③ 親子煮 ④ お浸し ⑤ しょうゆ ⑥ 青梅産ブルーベリーゼリー							
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50/60/70g)	1 個	①	乳麦	食パン(小麦粉40/45/50g)	1 個	①		さつまいものおこわ (さつまいも、精米・もち米50/60/70g)	1 個	①		ご飯(麦無50/60/70g)	1 個				
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(シヨアレフ)	1 本	②	乳	飲用牛乳200ml	1 本				
③	肉 他	若鶏むね ごま さといも ごぼう にんじん 豆腐 他 板こんにゃく 塩 しょうゆ みりん かつおだし 片栗粉 水	15 g 15 g 5 g 10 g 20 g 10 g 0.4 g 3.5 g 1 g 2 g 0.5 g 100 g	③		油 ウィンナー たまねぎ にんじん じゃがいも セロリー キャベツ 塩 白こしょう チキンブイヨン しょうゆ 白ワイン 水	0.5 g 10 g 30 g 15 g 30 g 2 g 30 g 0.5 g 0.02 g 1 g 0.3 g 0.5 g 80 g	③		豚かた 干切 ごぼう にんじん だいこん えのきたけ しょうゆ 塩 酒 かつおだし 水 さわら50g おろししょうが 白みそ 三温糖 みりん 水 油	15 g 5 g 5 g 20 g 8 g 2.5 g 0.7 g 1 g 2 g 100 g 1 切 0.2 g 4 g 2 g 1 g 3 g 1 g	③	肉	若鶏もも 2cm角 たまねぎ にんじん さつま揚げ たけのこ水煮 干しいたけ(せん切) 三温糖 和風だしの素 しょうゆ みりん 液卵	0.5 g 35 g 35 g 15 g 12 g 5 g 0.7 g 2 g 1 g 5 g 1 g 35 g	④	魚	ごまうな にんじん 白こんにゃく もやし グラス付しょうゆ 青梅産ブルーベリーゼリー50g	20 g 5 g 10 g 20 g 2.5 g 1 個
④	魚	さば薄塩50g	1 切	④		油 おろしにんにく 豚かた 挽き たまねぎ 刻み大豆 大豆 白いんげん豆 トマトケチャップ トマトピューレー 中濃ソース しょうゆ 塩 チリパウダー チキンブイヨン りんご	0.5 g 0.3 g 25 g 10 g 20 g 10 g 10 g 6 g 6 g 1 g 1 g 0.2 g 0.05 g 0.2 g 1/6 個	④	魚	みりん 白みそ 三温糖 みりん 水 油 さやいんげん にんじん 白こんにゃく 油揚げ 三温糖 しょうゆ みりん 白すりごま 白いりごま	1 g 1 g 2 g 3 g 1 g 1 g 30 g 10 g 10 g 5 g 1.5 g 2 g 1 g 1 g 1 g	⑤	他	ごま油 にんじん たまねぎ エリンギ もやし チンゲンサイ 米酢 三温糖 塩 しょうゆ 白いりごま	0.5 g 10 g 10 g 10 g 20 g 10 g 0.8 g 1 g 0.1 g 2.5 g 0.3 g	⑤	実		
⑤	他			⑤	果			⑤	実			⑥	果						

■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）

アレルギー用詳細献立表(予定)

令和6年 小学校(中学年)

10月11日(金)				10月15日(火)				10月16日(水)				10月17日(木)			
① ご飯 ② 牛乳 ③ ポジョ・アルペハド ④ フライドポテト ⑤ カラフルサラダ ⑥ ごまドレッシング				① ご飯 ② 牛乳 ③ さつまいものみそ汁 ④ あじフライ ⑤ タルタルソース ⑥ こんにゃくの甘辛炒め				① ご飯 ② 牛乳 ③ ハッシュドボーク ④ ホットコールスロー ⑤ みかん				① ご飯 ② 牛乳 ③ にら玉スープ ④ 鶏肉の竜田揚げ ⑤ ゆで野菜 ⑥ ナムルドレッシング			
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(麦無50/60/70g)	1 個	①		ご飯(麦無50/60/70g)	1 個	①		ご飯(麦無50/60/70g)	1 個	①		ご飯(麦無50/60/70g)	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		オリーブ油	0.5 g	③		さつまいも	20 g	③		油	0.5 g	③		たまねぎ	15 g
		おろしにんにく	0.3 g			はくさい	10 g			おろしにんにく	0.5 g			鶏卵	15 g
	肉	若鶏もも 2cm角	35 g		他	豆腐	20 g			豚かた 千切	35 g		卵	にら	6 g
		塩	0.2 g			赤みそ	4.5 g			塩	0.2 g			塩	0.7 g
	果	白ワイン	0.5 g			白みそ	4.5 g			白こしょう	0.01 g			白こしょう	0.01 g
		たまねぎ	35 g			かつおだし	2 g			たまねぎ	50 g		魚他	中華スープ	1 g
		にんじん	10 g			水	120 g			にんじん	20 g			片栗粉	1 g
		グリーンピース	4 g		④	麦魚	あじフライ40g	1 枚		マッシュルーム水煮	10 g			水	120 g
	他	トマト缶詰ダイス	40 g			油	6 g		他	トマトケチャップ	12 g		実	白いりごま	0.3 g
	他	トマトケチャップ	5 g		⑤	他果	タルタルソース8g	1 個		トマトピューレー	10 g			ごま油	0.5 g
		三温糖	0.8 g		⑥		油	0.5 g		中濃ソース	5 g	④	肉	若鶏もも 切身50g	1 切
		塩	0.6 g			豚かた 小間	10 g		他果	しょうゆ	2 g			しょうゆ	3 g
		チキンブイヨン	1 g			にんじん	10 g			三温糖	2 g			酒	1.2 g
		白こしょう	0.02 g			糸こんにゃく	30 g			塩	0.3 g			おろししょうが	0.3 g
		クミンパウダー	0.03 g			干しいたけ(せん切)	0.5 g			白こしょう	0.02 g			片栗粉	4 g
		バジル ジン	0.03 g			三温糖	2 g			パプリカ粉末	0.05 g			米粉	4 g
		パプリカ粉末	0.05 g			しょうゆ	3 g			チキンブイヨン	1 g			油	5 g
		水	60 g			みりん	1 g			米粉	4 g	⑤		キャベツ	20 g
④		フレンチポテト	50 g			一味唐がらし	0.01 g	④		水	80 g			にんじん	10 g
		油	4 g		実	白いりごま	0.3 g			油	0.5 g		他	しめじ	10 g
		クッキングソルト	0.2 g			ごま油	0.3 g			キャベツ	40 g	⑥	実他肉	もやし	10 g
⑤		キャベツ	30 g							にんじん	10 g			ナムルドレッシング	5 g
		にんじん	5 g							ホールコーン	7 g				
	他	えだまめ	8 g							塩	0.1 g				
		ホールコーン	8 g							白こしょう	0.02 g				
⑥	実	ごまドレッシング(ナオミカレーミ)	5 g					⑤	果	調理用ノンエッグマヨネーズ	6 g				
										米粉	2 g				
										上白糖	1 g				
										みかん	1 個				

令和6年 小学校（中学年）

アレルギー用詳細献立表(予定)

令和6年 小学校(中学年)

10月24日(木)				10月25日(金)				10月28日(月)				10月29日(火)			
① ご飯 ② 牛乳 ③ 生揚げキムチどんの具 ④ チヂミの中華だれかけ ⑤ りんご				① まっちゃん蒸しパン ② 牛乳 ③ 白ごま坦々うどん ④ 野菜のすり身寄せ ⑤ みかん				① ご飯 ② 牛乳 ③ 鶏団子の春雨スープ ④ 肉野菜炒め ⑤ 大学芋				① ご飯 ② 牛乳 ③ 中華どんの具 ④ 揚げぎょうざ(2個) ⑤ 三色杏仁フルーツ			
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(麦無50/60/70g)	1 個	①	卵麦他	まっちゃん蒸しパン40g	1 個	①		ご飯(麦無50/60/70g)	1 個	①		ご飯(麦無50/60/70g)	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	0.5 g	③		油	0.5 g	③	肉	チキンボール	25 g	③		油	0.5 g
		おろしにんにく	0.2 g			豚かた 挽き	25 g			にんじん	10 g			おろしにんにく	0.3 g
		おろししょうが	0.2 g			おろしにんにく	0.1 g			はるさめ	5 g			おろししょうが	0.3 g
		豚かた 小間	25 g			おろししょうが	0.1 g			えのきたけ	10 g			豚かた 小間	15 g
	他	にんじん	15 g		他	もやし	15 g			塩	0.6 g			たまねぎ	50 g
		生揚げ	70 g			チンゲンサイ	15 g			白こしょう	0.01 g			にんじん	20 g
		はくさいキムチ	25 g			赤みそ	8 g			チキンブイヨン	1 g			たけのこ水煮缶	12 g
	魚他	にら	5 g			トウバンジャン	0.1 g			しょうゆ	0.3 g		甲	むぎえび	10 g
		中華スープ	2 g		実	練りごま	4 g			水	120 g		魚	いか短冊	10 g
		赤みそ	3 g			酒	0.8 g	④		油	0.5 g			酒	2 g
		三温糖	1.5 g			しょうゆ	1 g			おろしにんにく	0.3 g		卵	うずら卵水煮	20 g
		酒	1 g			三温糖	1 g			豚かた 小間	30 g			はくさい	50 g
		しょうゆ	1 g			水	110 g			にんじん	10 g			塩	0.8 g
		コチュジャン	0.3 g			チキンブイヨン	1 g			たけのこ水煮	10 g			白こしょう	0.02 g
		塩	0.1 g		麦	ゆでうどん	50 g			キャベツ	25 g			しょうゆ	0.3 g
		ごま油	0.5 g		麦	白すりごま	0.5 g			にら	5 g		魚他	酒	1 g
		片栗粉	1.5 g	④		油	5 g			塩	0.3 g			中華スープ	1 g
④	肉	米粉チヂミ40g	1 個	⑤	魚他	野菜のすり身寄せ40g	1 個			白こしょう	0.02 g			片栗粉	3.5 g
		油	4 g		果	みかん	1 個			チキンブイヨン	0.2 g			水	20 g
		おろしにんにく	0.1 g							しょうゆ	0.2 g			ごま油	0.7 g
		しょうゆ	2 g							片栗粉	0.25 g	④	麦他	ぎょうざ18g	2 個
		米酢	0.5 g							さつまいも	55 g			油	4 g
		三温糖	1.2 g					⑤		油	4 g		乳他	三色杏仁ゼリー	30 g
		酒	1 g							三温糖	4 g		果	温州みかん缶詰	20 g
		片栗粉	0.2 g						実	しょうゆ	1 g				
		水	11 g							黒いりごま	0.3 g				
⑤	果	りんご	1/6 個							水	5 g				
										片栗粉	0.2 g				

アレルギー用詳細献立表(予定)
令和6年 小学校 (中学年)

10月30日(水)				10月31日(木)									
①	わかめご飯			①	黒砂糖パン								
②	牛乳			②	飲むヨーグルト								
③	もやしスープ			③	パンプキンポタージュ								
④	メルルーサの唐揚げ			④	ハーブチキン								
⑤	高菜マヨポテト			⑤	ひじきサラダ								
⑥	サウザンドレッシング			⑥									
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60/70/80g)	1 個	①	乳麦	黒砂糖食パン(小麦粉40/45/50g)	1 個						
②	乳	飲用牛乳200ml	1 本	②	乳	飲むヨーグルト150ml	1 本						
③	肉他	油 若鶏むね こま もやし こまつな 塩 白こしょう しょうゆ チキンブイヨン 水	0.5 g 10 g 20 g 10 g 0.8 g 0.01 g 0.3 g 1 g 120 g	③	油	ショルダーベーコン たまねぎ かぼちゃペースト かぼちゃ 塩 白こしょう チキンブイヨン	0.5 g 10 g 20 g 25 g 20 g 0.6 g 0.02 g 1 g						
④	魚	メルルーサ50g 塩 白こしょう 米粉 片栗粉 油	1 切 0.2 g 0.02 g 4 g 4 g 4 g	④	乳	調理用牛乳 米粉 水 生クリーム	40 g 2 g 100 g 5 g						
⑤		じゃがいも 油 豚かた 小間 高菜漬け(刻み) 白こしょう しょうゆ 調理用ノンエッグマヨネーズ	50 g 0.5 g 10 g 5 g 0.01 g 0.2 g 7 g	⑤	肉	若鶏もも 切身50g オリーブ油 白ワイン 塩 黒こしょう バジル ミン ローレル粉末 油	1 切 0.5 g 2 g 0.3 g 0.02 g 0.08 g 0.08 g 2 g						
				⑥	他果	サウザンドレッシング	5 g						