

アレルギー用詳細献立表(予定)				年 組 生徒名			
令和6年 中学校 (中学)							
10月1日(火)				10月2日(水)			
① ご飯	① ご飯	① ご飯	① ナン				
② 牛乳	② 牛乳	② 牛乳	② 牛乳				
③ ポジョ・アルペハド	③ 中華どんの具	③ さといものしょうゆ汁	③ バターチキンカレー				
④ フライドポテト	④ 揚げぎょうざ(3個)	④ かつおのkokokoro揚げ	④ カラフルソーテ				
⑤ カラフルサラダ	⑤ 三色杏仁フルーツ	⑤ ゆで野菜	⑤ 白玉こんにやくポンチ				
⑥ ごまドレッシング		⑥ 柑橘ドレッシング					
献立	アレルギー	食品名	分量	献立	アレルギー	食品名	分量
①		ご飯(精米80g)	1 個	①		ご飯(精米80g)	1 個
②	乳	飲用牛乳200ml	1 本	②	乳	飲用牛乳200ml	1 本
③		オリーブ油	0.63 g	③		油	1.01 g
		おろしにんにく	0.38 g			おろしにんにく	0.63 g
	肉	若鶏もも 2cm角	44.1 g		肉	若鶏もも 2cm角	0.63 g
		塩	0.25 g		肉	若鶏もも 2cm角	44.1 g
	果	白ワイン	0.63 g		乳	ブレンヨーグルト	12.6 g
		たまねぎ	44.1 g			パブリカ粉末	0.38 g
		にんじん	12.6 g			カレー粉	0.25 g
		グリーンピース	5.04 g			たまねぎ	63 g
	他	トマト缶詰ダイス	50.4 g			さやいんげん	12.6 g
	他	トマトケチャップ	6.3 g			トマト缶詰ダイス	63 g
		三温糖	1.01 g		他	カレー粉	0.5 g
		塩	0.76 g			塩	0.88 g
		チキンブイヨン	1.26 g			三温糖	0.63 g
		白こしょう	0.03 g		乳	調理用バター	1.26 g
		クミンパウダー	0.04 g			米粉	5.04 g
		バジル シン	0.04 g		乳	生クリーム	12.6 g
		パブリカ粉末	0.06 g			水	100.8 g
		水	75.6 g		④	油	0.63 g
④		フレンチポテト	63 g			ウインナー	12.6 g
		油	5.04 g			キャベツ	25.2 g
		クッキングソルト	0.25 g			にんじん	6.3 g
⑤		キャベツ	37.8 g			えだまめ	10.08 g
		にんじん	6.3 g		他	ホールコーン	10.08 g
	他	えだまめ	10.08 g			塩	0.38 g
		ホールコーン	10.08 g			白こしょう	0.01 g
⑥	実	ごまドレッシング(オリーブオイルミ)	6.3 g		⑤	他	しょうゆ
						白玉こんにやく	37.8 g
						りんご缶詰	25.2 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。

「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 中学校（中学）

10月7日(月)				10月8日(火)				10月9日(水)				10月10日(木)				
① ご飯 ② 牛乳 ③ なら玉スープ ④ 鶏肉の竜田揚げ ⑤ ゆで野菜 ⑥ ナムルドレッシング				① ご飯 ② 牛乳 ③ なめこと豆腐のみそ汁 ④ ハンバーグのおろしソース ⑤ うま塩肉じゃが				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 小松菜のみそ汁 ④ 豚肉のねぎ塩だれ ⑤ 切り干し大根のカレー風味炒め				
献立	アレルゲン	食品名	分量	献立	アレルゲン	食品名	分量	献立	アレルゲン	食品名	分量	献立	アレルゲン	食品名	分量	
①		ご飯(精米80g)	1 個	①		ご飯(精米80g)	1 個	①		さつまいものおこわ (さつまいも、精米・もち米80g)	1 個	①		ご飯(精米80g)	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(シリアグアレーン)	1 本	②	乳	飲用牛乳200ml	1 本	
③	卵	たまねぎ	18.9 g	③	他	なめこ水煮	18.9 g	③		豚かた 千切	18.9 g	③	他	もやし	8.82 g	
		鶏卵	18.9 g			豆腐	37.8 g			ごぼう	6.3 g		他	油揚げ	6.3 g	
		にら	7.56 g			なごねぎ	10.08 g			にんじん	6.3 g			赤みそ	5.67 g	
		塩	1.01 g			赤みそ	11.34 g			だいこん	25.2 g			白みそ	5.67 g	
		白こしょう	0.01 g			かつおだし	2.52 g			えのきたけ	10.08 g			かつおだし	2.52 g	
	魚他	中華スープ	1.26 g			水	151.2 g			しょうゆ	3.15 g			水	151.2 g	
		片栗粉	1.26 g	④	他肉	ハンバーグ60g	1 個			塩	0.88 g		④		こまつな	18.9 g
		水	151.2 g			油	0.63 g			酒	1.26 g			豚かたコース切身60g	1 枚	
	実	白いりごま	0.38 g			だいこんおろし	10.08 g			かつおだし	2.52 g			酒	2.52 g	
		ごま油	0.63 g			三温糖	0.63 g			水	126 g			米酢	2.52 g	
④	肉	若鶏もも 切身60g	1 切			しょうゆ	3.78 g	④	魚	さわら60g	1 切			油	2.52 g	
		しょうゆ	3.78 g			みりん	1.89 g			おろししょうが	0.25 g			ごま油	1.26 g	
		酒	1.51 g			片栗粉	0.5 g			白みそ	5.04 g			おろしにんにく	0.38 g	
		おろししょうが	0.38 g			水	12.6 g			三温糖	2.52 g			おろししょうが	0.38 g	
		片栗粉	5.04 g	⑤		油	0.63 g			みりん	1.26 g			なごねぎ	6.3 g	
		米粉	5.04 g			おろししょうが	0.38 g			水	3.78 g			塩	0.38 g	
		油	6.3 g			おろしにんにく	0.38 g			油	1.26 g			黒こしょう	0.01 g	
⑤		キャベツ	25.2 g			豚かた 小間	25.2 g	⑤		さやいんげん	37.8 g			三温糖	1.01 g	
		にんじん	12.6 g			にんじん	12.6 g			にんじん	12.6 g			酒	1.51 g	
		しめじ	12.6 g			たまねぎ	18.9 g			白ごんにやく	12.6 g			ゆず果汁	0.25 g	
	他	もやし	12.6 g			じゃがいも	37.8 g		他	油揚げ	6.3 g		果	水	6.3 g	
⑥	実他肉	ナムルドレッシング	6.3 g			糸こんにゃく	6.3 g			三温糖	1.89 g		⑤		油	0.63 g
						さやいんげん	6.3 g			しょうゆ	2.52 g			魚	焼き竹輪	12.6 g
						塩	0.5 g			みりん	1.26 g				にんじん	8.82 g
					魚	和風だしの素	0.25 g			白すりごま	1.26 g				切り干しだいこん	8.82 g
						三温糖	1.01 g		実	白いりごま	1.26 g				ホールコーン	12.6 g
						酒	0.63 g								三温糖	2.52 g
						みりん	0.38 g								しょうゆ	3.15 g
						ごま油	0.38 g								みりん	1.26 g
															カレー粉	0.32 g

令和6年 中学校（中学）

令和6年 中学校（中学）

10月18日(金)				10月21日(月)				10月22日(火)				10月23日(水)					
① ご飯 ② 牛乳 ③ ハッシュドポーク ④ ホットコールスロー ⑤ みかん				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 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 ご飯 ② 牛乳 ③ ポークカレー ④ グリーンサラダ ⑤ 和風ドレッシング ⑥ レモンゼリー					
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80g)	1 個	①		ご飯(精米80g)	1 個	①		ご飯(精米80g)	1 個	①		ご飯(精米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	0.63 g	③		さつまいも	25.2 g	③		油	0.63 g	③		油	1.01 g		
		おろしにんにく	0.63 g			はくさい	12.6 g			おろしにんにく	0.25 g			おろしにんにく	0.63 g		
		豚かた 小切	44.1 g		他	豆腐	25.2 g			おろししょうが	0.25 g			豚かた 小間	44.1 g		
		塩	0.25 g			赤みそ	5.67 g			豚かた 小間	31.5 g			たまねぎ	63 g		
		白こしょう	0.01 g			白みそ	5.67 g			にんじん	18.9 g			にんじん	25.2 g		
		たまねぎ	63 g			かつおだし	2.52 g			生揚げ	88.2 g			じゃがいも	63 g		
		にんじん	25.2 g			水	151.2 g			はくさいキムチ	31.5 g		麦	カレーパウ	21.42 g		
		マッシュルーム水煮	12.6 g		④	麦魚	1 枚		魚他	中華スープ	2.52 g		他	カレー粉	0.25 g		
	他	トマトケチャップ	15.12 g			油	7.56 g			にら	6.3 g		他	トマトケチャップ	3.78 g		
	他	トマトピューレー	12.6 g		⑤	他果	タルタルソース8g			赤みそ	3.78 g		他	中濃ソース	1.26 g		
	他	中濃ソース	6.3 g		⑥		油	0.63 g		三温糖	1.89 g		他	塩	0.13 g		
		しょうゆ	2.52 g				豚かた 小間	12.6 g		酒	1.26 g			白こしょう	0.04 g		
		三温糖	2.52 g				にんじん	12.6 g		しょうゆ	1.26 g		④	水	100.8 g		
		塩	0.38 g				糸こんにゃく	37.8 g		コチュジャン	0.38 g			キャベツ	37.8 g		
		白こしょう	0.03 g				干しいたけ(せん切)	0.63 g		塩	0.13 g			さやいんげん	12.6 g		
		パプリカ粉末	0.06 g				三温糖	2.52 g		ごま油	0.63 g		⑤	生わかめ	12.6 g		
		チキンブイヨン	1.26 g				しょうゆ	3.78 g		片栗粉	1.89 g			和風ドレッシング	6.3 g		
		米粉	5.04 g				みりん	1.26 g		④	肉	米粉チヂミ50g	1 個	⑥	他果	レモンゼリー30g	1 個
		水	100.8 g				一味唐がらし	0.01 g			油	5.04 g					
④		油	0.63 g				白いりごま	0.38 g			おろしにんにく	0.13 g					
		キャベツ	50.4 g				ごま油	0.38 g			しょうゆ	2.52 g					
		にんじん	12.6 g								米酢	0.63 g					
		ホールコーン	8.82 g								三温糖	1.51 g					
		塩	0.13 g								酒	1.26 g					
		白こしょう	0.03 g								片栗粉	0.25 g					
		調理用ノンエッグマヨネーズ	7.56 g								水	13.86 g					
		米酢	2.52 g							⑤	果	りんご	1 個				
		太白糖	1.26 g														
⑤	果	みかん	1 個														

アレルギー用詳細献立表(予定)
令和6年 中学校(中学)

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 鶏団子の春雨スープ ④ 肉野菜炒め ⑤ 大学芋				① 食パン ② いちごジャム ③ はっ酵乳 ④ ショートパスタのミルクスープ ⑤ オムレツケチャップソース ⑥ いんげんとコーンのソテー				① ご飯 ② 牛乳 ③ 大根のみそ汁 ④ いかの一味マヨ焼 ⑤ 高野豆腐のそぼろ煮				① ご飯 ② 野菜ふりかけ ③ 牛乳 ④ わかめスープ ⑤ 生揚げのオイスターソース煮 ⑥ りんご			
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80g)	1 個	①	乳麦	食パン(小麦粉60g)	1 個	①		ご飯(精米80g)	1 個	①		ご飯(精米80g)	1 個
②	乳	飲用牛乳200ml	1 本	②	果	いちごジャム15g	1 個	②	乳	飲用牛乳200ml	1 本	②	実	ふりかけ2.5g	1 個
③	肉	チキンボール	31.5 g	③	乳	はっ酵乳125ml(シヨアレ-)	1 本	③		たいこん	37.8 g	③	乳	飲用牛乳200ml	1 本
		にんじん	12.6 g	④		油	0.63 g			こまつな	12.6 g	④		油	0.63 g
		はるさめ	6.3 g			シヨルダ-ベーコン	12.6 g			赤みそ	5.67 g		肉	若鶏むね こま	12.6 g
		えのきたけ	12.6 g			たまねぎ	12.6 g			白みそ	5.67 g			生わかめ	8.82 g
		塩	0.76 g			キャベツ	25.2 g			かつおだし	2.52 g			だいこん	12.6 g
		白こしょう	0.01 g		麦	ショートパスタ フジッリ	6.3 g			水	151.2 g			塩	0.88 g
		チキンピュ-ン	1.26 g			塩	0.76 g	④	魚	いか60g	1 切			白こしょう	0.01 g
		しょうゆ	0.38 g			白こしょう	0.03 g			調理用ノンエッグマヨネ-ズ	10.08 g			チキンピュ-ン	1.26 g
④		水	151.2 g			チキンピュ-ン	1.26 g			しょうゆ	1.26 g			しょうゆ	0.38 g
		油	0.63 g		乳	調理用牛乳	75.6 g			みりん	1.26 g			水	151.2 g
		おろしにんにく	0.38 g			水	50.4 g			一味唐がらし	0.01 g			こま油	0.63 g
		豚かた 小間	37.8 g			米粉	2.52 g			水	1.26 g	⑤		油	0.63 g
		にんじん	12.6 g			生クリーム	5.04 g	⑤		油	1.26 g			おろしにんにく	0.38 g
		たけのこ水煮	12.6 g		卵	フレンジオムレツ60g	1 個		⑤		油	0.63 g		豚かた 小間	25.2 g
		キャベツ	31.5 g			油	0.63 g				豚かた 挽き	25.2 g		れんこん	8.82 g
		にら	6.3 g		他	中濃ソース	0.38 g			他	にんじん	6.3 g		生揚げ	63 g
		塩	0.38 g		他	トマトケチャップ	5.04 g				凍り豆腐	8.82 g		三温糖	0.76 g
		白こしょう	0.03 g		他	トマトピュ-レー	2.52 g				三温糖	1.89 g		オイスターソース	1.26 g
		チキンピュ-ン	0.25 g			みりん	2.52 g				しょうゆ	3.78 g		しょうゆ	2.52 g
		しょうゆ	0.25 g			片栗粉	0.38 g				みりん	1.26 g		酒	2.52 g
⑤		片栗粉	0.32 g			水	3.78 g							片栗粉	1.01 g
		さつまいも	69.3 g	⑥		油	0.63 g					⑥	果	さやいんげん	12.6 g
		油	5.04 g			ウインナー	10.08 g							りんご	1/6 個
		三温糖	5.04 g			さやいんげん	28.98 g								
	実	しょうゆ	1.26 g			ホールコーン	22.68 g								
		黒いりこま	0.38 g			塩	0.38 g								
		水	6.3 g			白こしょう	0.01 g								
		片栗粉	0.25 g			チキンピュ-ン	0.13 g								

