

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(中学年)

11月1日(金)			11月5日(火)			11月6日(水)			11月7日(木)			
① ご飯			① ご飯			① 豚肉とごぼうのご飯			① ご飯			
② 牛乳			② 牛乳			② 牛乳			② かつおふりかけ			
③ 大根のみそ汁			③ 青梅産野菜のみそ汁			③ 白菜と豆腐のみそ汁			③ 牛乳			
④ 揚げししゃも(2本)			④ 鶏肉の唐揚げ			④ いかのしょうが焼			④ もずくスープ			
⑤ 肉じゃが			⑤ ごまあえ			⑤ カラフルゼリーのポンチ			⑤ 肉ごぼう炒め			
									⑥ 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	
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	
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	他	たいこん 油揚げ なごねぎ 生わかめ 赤みそ 白みそ かつおだし 水	25 g 7 g 5 g 5 g 4.5 g 4.5 g 2 g 120 g	③	他	豆腐 はくさい にんじん なごねぎ 赤みそ 白みそ かつおだし 水	15 g 20 g 15 g 5 g 4.5 g 4.5 g 2 g 120 g	③	他	はくさい もやし にんじん 豆腐 油揚げ 赤みそ 白みそ かつおだし 水	25 g 10 g 7 g 25 g 5 g 4.5 g 4.5 g 2 g 100 g	
④	魚	ししゃも15g	2 本	④	肉	若鶏もも 切身50g	1 切	④	魚	いか50g	1 切	
⑤		油 おろししょうが 豚かた 小間 にんじん たまねぎ じゃがいも 糸こんにゃく 塩 三温糖 しょうゆ みりん	4 g 0.7 g 0.3 g 20 g 10 g 15 g 30 g 5 g 0.2 g 2 g 3.5 g 1 g	⑤		酒 おろしにんにく 塩 白こしょう 米粉 片栗粉 油 にんじん さやいんげん	2 g 0.3 g 0.3 g 0.02 g 4 g 4 g 5 g 10 g 25 g	⑤	他果 果	りんご缶 りんご缶 りんご缶	1 g 1 g 3.5 g 1 g 1.5 g 2 g 30 g 20 g	
					他	油揚げ しらたき 三温糖 しょうゆ みりん 白すりごま 白いりごま	5 g 7 g 1.5 g 3 g 1 g 1 g 0.5 g			魚他	片栗粉 中華スープ 水	2 g 1 g 120 g
									⑤	油 おろししょうが 豚かた 小間 にんじん ごぼう さつま揚げ 干しいたけ(せん切) さやいんげん 酒 三温糖 しょうゆ みりん 白いりごま ごま油	0.5 g 0.2 g 30 g 10 g 15 g 8 g 0.5 g 5 g 1 g 1.5 g 4 g 1 g 0.3 g 0.3 g	
									⑥	果	みかん	1 個

■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。



アレルギー用詳細献立表(予定)

令和6年 小学校(中学年)

11月8日(金)				11月11日(月)				11月12日(火)				11月13日(水)			
① 黒砂糖パン ② 牛乳 ③ 白菜スープ ④ 鶏肉のきのこソース ⑤ ツナ入りスクランブルエッグ				① ご飯 ② かつおふりかけ ③ 牛乳 ④ 玉子スープ ⑤ 春巻 ⑥ ゆで野菜 ⑦ ナムルドレッシング				① ご飯 ② 牛乳 ③ ビーンズカレー ④ キャバツともやしのサラダ ⑤ ソイドレッシング ⑥ みかん				① ターメリックライス ② はっ酵乳 ③ チキンクリーム煮 ④ ハンバーグのデミグラスソース ⑤ きのこのバターじょうゆソテー			
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	献立	アレルギー	食品名	分量
①	乳麦	黒砂糖食パン (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	①		ターメリックライス(ターメリック, 精米50/60/70g)	1 個
②	乳	飲用牛乳200ml	1 本	②	麦魚菜	かつおふりかけ2.5g	1 個	②	乳	飲用牛乳200ml	1 本	②	乳	はっ酵乳25ml(ジャブ・ブレンド)	1 本
③		油 パラバークン たまねぎ にんじん はくさい 塩 白こしょう チキンブイヨン しょうゆ 水	0.3 g 5 g 10 g 10 g 25 g 0.7 g 0.01 g 1.5 g 0.3 g 120 g	③	肉	油 若鶏もも こま たまねぎ 干しいたけ(せん切) 鶏卵 ながねぎ 塩 白こしょう チキンブイヨン しょうゆ 片栗粉 水	0.5 g 15 g 15 g 0.7 g 15 g 8 g 0.7 g 0.01 g 1 g 0.3 g 1 g 120 g	③		油 おろしにんにく 若鶏もも 2cm角 たまねぎ にんじん じゃがいも 大豆 えだまめ カレーウ カレー粉 トマトケチャップ 中濃ソース 塩 白こしょう 水	0.8 g 0.3 g 20 g 50 g 15 g 40 g 10 g 10 g 17 g 0.2 g 2.5 g 1.5 g 0.1 g 0.03 g 80 g	③	肉	油 おろしにんにく 若鶏もも 2cm角 たまねぎ にんじん 塩 白こしょう チキンブイヨン 調理用牛乳 えだまめ 生クリーム 水 米粉	0.7 g 0.3 g 30 g 40 g 20 g 0.3 g 0.03 g 1.5 g 50 g 10 g 5 g 80 g 4 g
④	肉 乳 麦他	若鶏もも 切身50g 調理用バター たまねぎ しめじ マッシュルーム水煮 しょうゆ デミグラスソース 上白糖 白こしょう 片栗粉 水	1 切 0.7 g 8 g 5 g 5 g 1 g 3 g 0.5 g 0.01 g 0.4 g 8 g	④	麦他	春巻40g 油 たいこん にんじん 生わかめ ナムルドレッシング	1 個 6 g 40 g 8 g 6 g 5 g	④	他果	キャバツ もやし にんじん さやいんげん ソイドレッシング みかん	2.5 g 15 g 7 g 5 g 5 g 1 個	④	他肉 麦他 果	ハンバーグ50g 油 デミグラスソース 三温糖 しょうゆ 赤ワイン 塩 片栗粉 水	1 個 2 g 8 g 1 g 1 g 0.5 g 0.2 g 0.4 g 7 g
⑤	魚 卵	油 おろしにんにく にんじん ツナフレーク 塩 白こしょう カレー粉 さやいんげん 液卵	0.5 g 0.2 g 5 g 15 g 0.3 g 0.01 g 0.05 g 5 g 25 g	⑤	実他肉		5 g	⑤	卵果			⑤	乳	調理用バター しめじ エリンギ マッシュルーム水煮 キャバツ ホールコーン 塩 しょうゆ 酒	0.7 g 8 g 8 g 10 g 20 g 8 g 0.1 g 1 g 1 g

メモ

アレルギー用詳細献立表(予定)

令和6年

小学校(中学年)

11月14日(木)			11月15日(金)			11月18日(月)			11月19日(火)		
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	食パン	食パン	1 個	①	赤飯	赤飯	1 個	①	ご飯	ご飯(精米50/60/70g)	1 個
②	りんごジャム	(小麦粉40/45/50g)	1 個	②	ごま塩	(あずき 精米50/60/70g)	1.5 g	②	はっ酵乳(いちご)	はっ酵乳125ml(シリア・砂糖リ)	1 本
③	牛乳	りんごジャム15g	1 個	③	牛乳	ごま塩	1 本	③	ポークストロガノフ	油	1 g
④	イタリアンスープ	飲用牛乳200ml	1 本	④	すまし汁	飲用牛乳200ml	1 本	④	オムレツ	油	0.5 g
⑤	ホキのハーブ揚げ	油	0.5 g	⑤	さわらのみそだれかけ	豆腐	30 g	⑤	小松菜のツナあえ	おろしにんにく	35 g
⑥	ナポリタンソテー	おろしにんにく	0.2 g	⑥	煮しめ	もみじ型かまぼこ	10 g	⑥		豚かた 小間	8 g
		若鶏もも こま	15 g		⑦	いちごタルト	しめじ	5 g		なめこのみそ汁	4.5 g
		にんじん	10 g				塩	0.8 g		大根と豚肉の炒め煮	4.5 g
		たまねぎ	30 g				しょうゆ	0.3 g		さつまいもスティック	2 g
		ホールコーン	10 g				酒	1 g			120 g
		粉チーズ	2 g				かつおだし	2 g			2 g
		液卵	15 g				水	120 g			120 g
		生パン粉	1.5 g				ほうれんそう	15 g			0.5 g
		塩	0.7 g				さわら50g	1 切			0.2 g
		白こしょう	0.02 g				油	2 g			0.2 g
		しょうゆ	0.5 g				おろししょうが	0.3 g			0.2 g
		チキンブイヨン	1 g				赤みそ	4 g			30 g
		水	80 g				三温糖	2 g			10 g
		ほうれんそう	8 g				みりん	1 g			30 g
		ホキ50g	1 切				片栗粉	0.4 g			1.5 g
		塩	0.35 g				水	10 g			3.5 g
		黒こしょう	0.02 g				和風だしの素	0.3 g			1 g
		乾燥パセリ	0.05 g				にんじん	12 g			7 g
		パジル ミソ	0.05 g				ホールコーン	10 g			1 g
		ローレル粉末	0.05 g				たけのこ水煮缶	10 g			1 g
		米粉	4 g				ツナフレーク	20 g			1 g
		片栗粉	4 g				こまつな	20 g			1.2 g
		油	4 g				しょうゆ	1.2 g			0.02 g
		小麦	15 g				白こしょう	0.02 g			5 g
		油	0.5 g				調理用ノンエッグマヨネーズ	5 g			
		バラバレーン	5 g								
		にんじん	8 g								
		たまねぎ	15 g								
		トマトケチャップ	5 g								
		トマトピューレー	3 g								
		ウスターソース	1 g								
		塩	0.05 g								
		白こしょう	0.01 g								
		さやいんげん	3 g								

メモ

アレルギー用詳細献立表(予定)

令和6年

小学校(中学年)

11月20日(水)				11月21日(木)				11月22日(金)				11月25日(月)							
①	ご飯			①	ご飯			①	チーズパン			①	ご飯						
②	牛乳			②	牛乳			②	牛乳			②	牛乳						
③	豚汁			③	マーボー豆腐			③	ミネストローネ			③	ちゃんこ汁						
④	ぶりの照焼			④	揚げしゅうまい(2個)			④	メルルーサの唐揚げ			④	さばの塩焼						
⑤	キャベツの辛子炒め			⑤	りんごゼリー			⑤	チキンマヨポテト			⑤	もやしの炒め物						
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	乳麦	チーズパン (小麦粉40/45/50g)	1 個	①		ご飯(精米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	他	油 おろししょうが 豚ばら 小間 にんじん だいこん じゃがいも ごぼう 豆腐 糸こんにゃく なかなねぎ 白みそ かつおだし 水	0.5 g 0.3 g 15 g 10 g 20 g 20 g 7 g 20 g 10 g 5 g 9 g 2 g 100 g	③	他	油 おろしにんにく おろししょうが 豚かた 挽き たまねぎ にんじん たけのこ水煮 干しいたけ(せん切) 押し豆腐 なかなねぎ 塩 三温糖 チキンブイヨン 赤みそ しょうゆ 酒 トウバンジャン テンメンジャン 片栗粉 水 にら ごま油	0.5 g 0.5 g 0.5 g 30 g 30 g 12 g 10 g 1 g 80 g 8 g 0.3 g 1 g 1 g 5 g 1 g 0.1 g 0.3 g 3 g 20 g 5 g 0.5 g	③	他	油 豚かた 小間 おろしにんにく セロリー たまねぎ 水 キャベツ 白いんげん豆 トマト缶詰ホール トマトケチャップ チキンブイヨン 塩 白こしょう ウスターソース マヨネーズ	0.5 g 15 g 0.3 g 2 g 25 g 80 g 20 g 7 g 18 g 7 g 1.5 g 0.4 g 0.02 g 0.5 g	③	魚他	水 中華スープ にんじん はくさい チキンボール 豆腐 しめじ 塩 しょうゆ なかなねぎ さば薄塩50g 油 おろしにんにく 豚かた 小間 もやし にんじん さやいんげん 酒 しょうゆ 塩 黒こしょう ごま油	100 g 1.5 g 10 g 30 g 25 g 15 g 7 g 0.5 g 2 g 5 g 1 切 0.3 g 0.2 g 15 g 25 g 10 g 5 g 2 g 3 g 0.1 g 0.01 g 0.01 g 0.3 g				
④	魚	ぶり50g 酒 しょうゆ みりん 油	1 切 2.5 g 4 g 2 g 0.5 g	④	魚	ぶり50g 酒 しょうゆ みりん 油 トウバンジャン テンメンジャン 片栗粉 水 にら ごま油	1 切 2.5 g 4 g 2 g 0.5 g 0.1 g 0.3 g 3 g 20 g 5 g 0.5 g	④	他果	ぶりがいも 油 若鶏もも 2cm角 ホールコーン マッシュルーム水煮 三温糖 しょうゆ みりん 調理用ノンエッグマヨネーズ	40 g 0.5 g 15 g 6 g 8 g 2 g 2 g 1 g 7 g	④	魚	ぶり50g 酒 しょうゆ みりん 油	1 切 2.5 g 4 g 2 g 0.5 g	⑤	魚	ぶり50g 酒 しょうゆ みりん 油	1 切 2.5 g 4 g 2 g 0.5 g
⑤	魚	にんじん たけのこ水煮 キャベツ 白こしょう 和風だし 片栗粉 粉辛子 米酢	10 g 10 g 25 g 0.3 g 0.01 g 0.1 g 0.3 g 0.08 g 0.3 g	⑤	果	りんごゼリー40g	1 個	⑤	肉	若鶏もも 2cm角 ホールコーン マッシュルーム水煮 三温糖 しょうゆ みりん 調理用ノンエッグマヨネーズ	15 g 6 g 8 g 2 g 2 g 1 g 7 g	⑤	魚	ぶり50g 酒 しょうゆ みりん 油	1 切 2.5 g 4 g 2 g 0.5 g				

メモ

アレルギー用詳細献立表(予定)

令和6年 小学校(中学年)

11月26日(火)				11月27日(水)				11月28日(木)				11月29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	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	横割り丸パン(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	はっ酵乳125ml(シヨアレソ)	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	肉 麦 他果	油 おろしにんにく 若鶏もも 2cm角 たまねぎ にんじん じゃがいも カレールウ カレー粉 トマトケチャップ 中濃ソース 塩 白こしょう 水	0.8 g 0.5 g 35 g 50 g 20 g 50 g 17 g 0.2 g 3 g 1 g 0.03 g 80 g	③	肉	油 おろしにんにく 若鶏もも こま たまねぎ にんじん じゃがいも ホールコーン 塩 白こしょう チキンブイヨン 調理用牛乳 米粉 水	0.5 g 0.2 g 15 g 30 g 20 g 30 g 8 g 0.8 g 0.02 g 1.5 g 40 g 4 g 80 g	③	麦 魚他	にんじん わんたんの皮 なかがねぎ 干しいたけ(せん切) 塩 白こしょう 中華スープ しょうゆ 水 ごまつな ごま油 若鶏もも 切身50g 油	10 g 7 g 5 g 0.7 g 0.5 g 0.02 g 1.2 g 0.5 g 120 g 10 g 0.5 g 1 切 1 g	③	肉 他 他	ごま油 若鶏もも こま にんじん だいこん さといも ごぼう 豆腐 板こんにゃく なかがねぎ しょうゆ 酒 かつおだし 水	0.5 g 15 g 10 g 25 g 10 g 7 g 20 g 10 g 7 g 4 g 1 g 2 g	④	麦他	コロッケ50g	1 個
④		だいこん ホールコーン 生わかめ	35 g 10 g 5 g	④	乳 麦魚	たらフライ50g 油 トマトケチャップ 中濃ソース 三温糖 白こしょう 片栗粉 水	1 個 6 g 5 g 2 g 2 g 0.01 g 0.3 g 5 g	④	肉	ごま油 おろしにんにく おろししょうが なかがねぎ 塩 黒こしょう 三温糖 酒 ゆず果汁 水 油	0.3 g 0.3 g 8 g 0.4 g 0.01 g 0.8 g 1.2 g 0.8 g 0.5 g 0.5 g	④	他果	グラス付ソース	5 g				
⑤	実果	ごまドレッシング(オリーブカニミ)	5 g	⑤	他果	油 おろしにんにく ウインナー にんじん さやいんげん しめじ エリンギ 塩 白こしょう しょうゆ	0.5 g 0.2 g 8 g 5 g 25 g 7 g 7 g 0.2 g 0.01 g 0.5 g	⑤	果	油 豚かた 千切 にんじん たけのこ水煮 もやし はくさいキムチ 塩 白こしょう しょうゆ	0.5 g 20 g 10 g 5 g 15 g 10 g 0.2 g 0.01 g 0.3 g	⑤		油 おろししょうが おろしにんにく にんじん ホールコーン しめじ ごまつな 塩 白こしょう しょうゆ	0.5 g 0.2 g 0.1 g 7 g 15 g 7 g 20 g 0.3 g 0.01 g 0.7 g	⑥			
⑥	りんご	りんご	176 個																

メモ