

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

12月2日(月)				12月3日(火)				12月4日(水)				12月5日(木)				
① ご飯 ② 牛乳 ③ 中華風玉子とじ ④ 春巻 ⑤ 三色杏仁フルーツ				① ご飯 ② 牛乳 ③ きこのすまし汁 ④ ぶりのみそだれかけ ⑤ 切り干し大根と豚肉のしょうが炒め				① 背割りコッペパン ② はっ酵乳 ③ ノードル入りミルクスープ ④ チリビーンズ ⑤ りんご				① ご飯 ② 牛乳 ③ フカ団子カレー ④ グリーンサラダ ⑤ サウザンドレッシング ⑥ バインゼリー				
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50/60/70g)	1 個	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	
②	乳	飲用牛乳200ml	1 本	②	乳	飲用牛乳200ml	1 本	②	乳	はっ酵乳[25ml(ジヨ・アレ-)]	1 本	②	乳	飲用牛乳200ml	1 本	
③	油	0.5 g	③	油	しめじ	5 g	③	油	0.5 g	③	油	0.8 g	油	0.8 g		
	肉	若鶏もも 2cm角	25 g		えのきたけ	8 g			8 g				おろしにんにく	0.5 g		
		たまねぎ	35 g		干しいたけ(せん切)	0.7 g			たまねぎ	10 g			豚かた 小間	15 g		
		にんじん	20 g	他	豆腐	20 g			にんじん	10 g			たまねぎ	30 g		
		たけのこ水煮	12 g		ながねぎ	5 g		麦	スパゲッティ	4 g			にんじん	20 g		
	魚	かまぼこ	10 g		塩	0.9 g			はくさい	10 g			じゃがいも	30 g		
	魚	ほたてが貝柱	8 g		しょうゆ	0.3 g			マッシュルーム水煮	8 g		魚	サメ肉団子	22 g		
	卵	干しいたけ(せん切)	0.7 g		酒	1 g			塩	0.7 g		他	カレー粉	17 g		
		液卵	35 g		かつおだし	2 g			白こしょう	0.02 g			トマトケチャップ	0.2 g		
		にら	5 g		水	120 g			チキンフイヨン	1 g		他	中濃ソース	3 g		
		塩	0.4 g	④	魚	ぶり50g	1 切		乳	調理用牛乳	40 g	他	中濃ソース	1 g		
		白こしょう	0.02 g		油	2 g			麦	小麦粉	2 g		酒	2 g		
		三温糖	1 g		赤みそ	4 g				水	100 g		塩	0.1 g		
		しょうゆ	0.4 g		三温糖	2 g			乳	生クリーム	5 g		白こしょう	0.03 g		
		ごま油	0.7 g		みりん	1 g		④	油	0.5 g			水	80 g		
④	麦	春巻40g	1 個		片栗粉	0.4 g				油	0.3 g	④		キャベツ	30 g	
	他	油	6 g		水	10 g			他	乾燥大豆	2 g			さやいんげん	10 g	
⑤	乳	三色杏仁ゼリー	30 g	⑤	油	0.5 g			他	乾燥大豆	2 g			生わかめ	10 g	
	果	黄桃缶詰	20 g		おろししょうが	0.8 g			他	大豆	15 g	⑤	他	サウザンドレッシング	5 g	
					豚かた 小間	20 g			他	大豆	25 g	⑥	他	バインゼリー70g	1 個	
					たまねぎ	15 g			他	トマトケチャップ	6 g					
					にんじん	7 g			他	トマトピューレー	6 g					
					切り干しだいこん	4 g			他	中濃ソース	1 g					
					塩	0.2 g			他	しょうゆ	1 g					
					黒こしょう	0.01 g				塩	0.2 g					
					しょうゆ	2 g				チリパウダー	0.05 g					
					酒	1 g		⑤	果	チキンフイヨン	0.1 g					
					ごま油	0.3 g				りんご	1/6 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）

12月6日(金)				12月9日(月)				12月10日(火)				12月11日(水)			
① 横割り丸パン ② 牛乳 ③ 有機野菜入りコンソメスープ ④ 照焼きハンバーグ ⑤ スライスチーズ ⑥ ツナマヨボテト				① ご飯 ② 牛乳 ③ ぎょうざスープ ④ 生揚げのマーボー炒め ⑤ みかん				① ガーリックライス ② 牛乳 ③ 春雨と玉子のスープ ④ 鶏肉の唐揚げ ⑤ 茎わかめ入りサラダ ⑥ 中華ドレッシング				① ご飯 ② 牛乳 ③ 白菜のみそ汁 ④ コロッケ ⑤ ソース ⑥ こんにゃくの甘辛炒め			
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	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		ガーリックライス(ベーコン、人参、にんにく、ごま油、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	②	乳	飲用牛乳200ml	1 本
③		たまねぎ 20 g にんじん 10 g 有機にんじん 2 g マッシュルーム水煮 8 g 塩 0.7 g 白こしょう 0.01 g チキンブイヨン 1 g しょうゆ 0.3 g 水 120 g オリーブ油 0.5 g 乾燥パセリ 0.03 g		③	他 麦肉	にんじん 10 g もやし 10 g 一口ぎょうざ 22 g ながねぎ 5 g 塩 0.7 g 白こしょう 0.02 g おろしにんにく 0.3 g 中華スープ 1 g しょうゆ 0.3 g 水 120 g チンゲンサイ 10 g ごま油 0.5 g		③	卵	にんじん 10 g 緑豆はるさめ 3 g 鶏卵 15 g ながねぎ 5 g 塩 0.7 g 白こしょう 0.02 g 中華スープ 1 g しょうゆ 0.3 g 片栗粉 1 g 水 120 g ごま油 0.5 g		③	他	にんじん 10 g 豆腐 20 g はくさい 20 g 赤みそ 4.5 g 白みそ 4.5 g かつおだし 2 g 水 120 g	
④	他肉	ハンバーグ50g	1 個	④	魚他	生揚げ 50 g 油 0.5 g おろしにんにく 0.3 g おろししょうが 0.3 g 豚かた 挽き 15 g 他 乾燥大豆 2 g たまねぎ 10 g たけのこ水煮 10 g 塩 0.1 g 三温糖 1 g 赤みそ 3 g しょうゆ 1 g 酒 1 g トウバンジャン 0.06 g 片栗粉 0.8 g ごま油 0.5 g		④	肉	若鶏もも 切身50g 1 切 おろしにんにく 0.3 g しょうゆ 3 g 酒 2 g 米粉 4 g 片栗粉 4 g 油 4 g		④	麦他	コロッケ50g 1 個 油 6 g	
⑤	乳	スライスチーズ18g	1 枚	⑤		みかん	1 個	⑤		たいこん にんじん 7 g くきわかめ 10 g 白こんにゃく 10 g		⑤	他果	油 0.5 g 豚かた 小間 10 g にんじん 10 g 糸こんにゃく 30 g 干しいいたけ(せん切) 0.5 g 三温糖 2 g しょうゆ 3 g みりん 1 g 一味唐がらし 0.01 g 白いりごま 0.3 g ごま油 0.3 g	
⑥		じゃがいも 40 g 油 0.5 g たまねぎ 5 g ツナフレーク 10 g 塩 0.2 g 白こしょう 0.01 g 調理用ノンエッグマヨネーズ 7 g		⑥				⑥	麦果	中華ドレッシング 5 g		⑥			

令和6年 小学校（中学年）

12月12日(木)				12月13日(金)				12月16日(月)				12月17日(火)			
① 砂糖揚げパン ② みかんジュース ③ 大根スープ ④ 鶏肉とうずら卵のトマト煮 ⑤ ヨーグルト				① ご飯 ② 牛乳 ③ 御岳汁 ④ さばの塩焼 ⑤ お浸し ⑥ しょうゆ				① ご飯 ② 牛乳 ③ ハヤシチュー ④ いんげんとコーンのソテー ⑤ カラフルゼリーのボンチ				① わかめご飯 ② 牛乳 ③ かき玉汁 ④ いかの唐揚げ ⑤ 高野豆腐のそぼろ煮			
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	コッパパン (小麦粉/全学年50g)	1 個	①		ご飯(精米50/60/70g)	1 個	①		ご飯(精米50/60/70g)	1 個	①		わかめご飯 (わかめ、精米50/60/70g)	1 個
		油	8 g			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	みかんジュース200ml	1 本	③		油	0.5 g	③		油	0.8 g	③	卵	たまねぎ	10 g
		油	0.5 g			青梅産豚 小間	10 g			おろしにんにく	0.5 g			鶏卵	15 g
③		バラベーコン	6 g			にんじん	10 g			豚かた 干切	35 g			干しいたけ(せん切)	0.7 g
		たまねぎ	10 g			だいこん	15 g			塩	0.2 g			しょうゆ	0.8 g
		にんじん	10 g			じゃがいも	20 g			白こしょう	0.01 g			酒	0.3 g
		だいこん	20 g			ごぼう	5 g			にんじん	50 g			片栗粉	1 g
		塩	0.6 g			板こんにゃく	10 g			たまねぎ	20 g			かつおだし	1 g
		白こしょう	0.02 g			油揚げ	5 g			マッシュルーム水煮	10 g			水	2 g
		しょうゆ	0.3 g			ながねぎ	5 g			他 他	12 g			こまつな	120 g
		白みそ	0.3 g			白みそ	8 g			他 他	3 g			水	10 g
		チキンブイヨン	1 g			しょうゆ	0.3 g			他 他	1 g			いか50g	1 切
		水	120 g			酒かす	2 g			しょうゆ	1 g			おろしにんにく	0.3 g
		オリーブ油	0.5 g			かつおだし	2 g			パブリカ粉末	0.05 g			塩	0.2 g
		おろしにんにく	0.3 g			水	100 g			小麦粉	4 g			白こしょう	0.02 g
		肉 若鶏もも 2cm角	25 g			④ 魚 さば薄塩50g	1 切			水	80 g			酒	2 g
		たまねぎ	15 g			油	2 g			④ 油	0.5 g			米粉	4 g
		うずら卵	20 g			⑤ 他 こまつな	30 g			ウインナー	8 g			片栗粉	4 g
		他 トマト缶詰ダイス	10 g			⑤ 他 もやし	15 g			さやいんげん	25 g			油	4 g
		他 トマトケチャップ	6 g			⑥ 他 しめじ	5 g			ホールコーン	20 g			⑤ 油	0.5 g
		他 中濃ソース	1 g			⑥ クラス付しょうゆ	2.5 g			塩	0.3 g			豚かた 挽き	20 g
		しょうゆ	1 g							白こしょう	0.01 g			にんじん	10 g
		塩	0.2 g							チキンブイヨン	0.1 g			高野豆腐	6 g
		白こしょう	0.01 g							他 他	30 g			三温糖	2 g
		三温糖	2 g							果 果	20 g			しょうゆ	3 g
		バジル粉末	0.03 g							りんご缶ダイス				みりん	1 g
		⑤ 乳 ヨーグルト80g	1 個												

令和6年 小学校（中学年）

12月18日(水)				12月19日(木)				12月20日(金)				12月23日(月)			
① ご飯 ② 牛乳 ③ 刻み昆布のみそ汁 ④ たらフライのマヨソース ⑤ もやしの辛子炒め				① ご飯 ② 牛乳 ③ 鶏団子汁 ④ 肉じゃが ⑤ みかん				① ご飯 ② おかかふりかけ ③ 牛乳 ④ かぼちゃ入りうどん汁 ⑤ 生揚げのゆずあんかけ ⑥ れんこんとひじきのサラダ ⑦ 和風ドレッシング				① ミルクパン ② いちごジャム ③ 飲むヨーグルト ④ クリームシチュー ⑤ スパイシーチキン ⑥ 枝豆とコーンのマヨソテー ⑦ クリスマスケーキ(米粉チョコケーキ)			
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	ミルクパンねじり (小麦粉30/35/40g)	1 個
②	乳	飲む牛乳200ml	1 本	②	乳	飲む牛乳200ml	1 本	②	魚	おかかふりかけ2g	1 個	②	果	いちごジャム15g	1 個
③	他	にんじん 刻み昆布 油揚げ おろししょうが 赤みそ 白みそ かつおだし 水	10 g 1.5 g 5 g 0.3 g 4.5 g 4.5 g 2 g 120 g	③	他	にんじん だいこん 豆腐 チキンボール 油揚げ ながねぎ 白みそ 塩 しょうゆ 酒 かつおだし 水	10 g 15 g 20 g 22 g 5 g 5 g 0.8 g 0.3 g 1 g 2 g 120 g	③	乳	飲む牛乳200ml	1 本	③	乳	飲むヨーグルト150ml	1 本
④	麦魚	たらフライ50g 油 調理用ノンエッグマヨネーズ 塩 黒こしょう 粗びき 三温糖 片栗粉 水	1 個 6 g 8 g 0.1 g 0.01 g 0.8 g 0.3 g 5 g	④	他	油 おろししょうが 豚かた 小間 たまねぎ にんじん じゃがいも 糸こんにゃく 塩 三温糖 しょうゆ みりん	0.5 g 0.3 g 20 g 15 g 10 g 30 g 5 g 0.1 g 2 g 3 g 1 g	④	他	生揚げ55g 米粉 片栗粉 油 塩 三温糖 しょうゆ 酒 片栗粉 水 ゆず	1 個 4 g 4 g 4 g 0.2 g 1 g 1 g 1 g 0.4 g 12 g 0.4 g	④	乳	生クリーム 若鶏もも 切身50g	8 g 1 切
⑤	他	にんじん たけのこ水煮 もやし キャベツ 塩 白こしょう 和風だしの素 片栗粉 粉辛子 米酢	0.5 g 10 g 10 g 20 g 10 g 0.3 g 0.01 g 0.1 g 0.3 g 0.08 g 0.3 g	⑤	果	みかん	1 個	⑤	果	れんこん にんじん キャベツ 干しひじき 和風ドレッシング	7 g 7 g 10 g 2 g 5 g	⑤	肉	オリーブ油 おろしにんにく 塩 黒こしょう 粗びき オールスパイス 油 生クリーム	0.5 g 0.3 g 0.2 g 0.02 g 0.02 g 2 g 0.5 g
	魚							⑥	他			⑥	他	おろしにんにく ホールコーン えだまめ 塩 白こしょう 調理用ノンエッグマヨネーズ	0.3 g 20 g 20 g 0.2 g 0.01 g 4 g
								⑦				⑦	他	米粉チョコケーキ30g	1 個

小学校 (中学年)

[illegible]