

アレルギー用詳細献立表(予定)
令和7年 中学校 (中学)

年 組 生徒名

1月8日(水)				1月9日(木)				1月10日(金)				1月14日(火)				
① ご飯 ② 牛乳 ③ 里いものみそ汁 ④ さばの塩焼 ⑤ ひじきの煮物				① クロワッサン ② 牛乳 ③ ポトフ ④ オムレツのトマトソースかけ ⑤ リヨネーズポテト				① ご飯 ② 牛乳 ③ 七草風汁 ④ ぶりの山賊揚げ ⑤ けんちょう				① 金魚めし ② 牛乳 ③ かき玉汁 ④ コロッケ ⑤ ソース ⑥ ごまあえ				
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	卵乳麦他	クロワッサン(60g)	1 個	①		ご飯(精米80g)	1 個	①	他肉	金魚めし(鶏肉, にんじん, 油揚げ, 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	他	さといも	37.8 g	③	油	油	0.63 g	③		だいにん	10.08 g	③		たまねぎ	12.6 g	
	他	にんじん	12.6 g			ウィンナー	10.08 g		魚	かぶ	10.08 g			干しいたけ(せん切)	0.38 g	
	他	生揚げ	31.5 g			たまねぎ	25.2 g			かまぼこ	12.6 g			塩	1.01 g	
		さやいんげん	6.3 g			にんじん	18.9 g			はくさい	6.3 g			しょうゆ	0.38 g	
		白みそ	5.67 g			セロリー	2.52 g			みずな	3.78 g			酒	1.26 g	
		赤みそ	5.67 g			キャベツ	37.8 g			塩	1.01 g			片栗粉	1.26 g	
		かつおだし	2.52 g			マッシュルーム水煮	6.3 g			しょうゆ	0.38 g			かつおだし	2.52 g	
		水	126 g			塩	0.63 g			酒	1.26 g			水	151.2 g	
④	魚	さば70g	1 枚			白こしょう	0.03 g			かつおだし	2.52 g		卵	生わかめ	6.3 g	
		油	2.52 g			チキンフイヨン	1.26 g			水	151.2 g			鶏卵	18.9 g	
⑤		油	0.63 g			しょうゆ	0.38 g			こまつな	6.3 g			こまつな	12.6 g	
		豚かた 千切	18.9 g		果	白ワイン	0.63 g	④	魚	ぶり60g	1 切	④	麦他	コロッケ60g	1 個	
		にんじん	8.82 g		④	卵	ブレーンオムレツ60g	1 個		しょうゆ	3.78 g		⑤	油	7.56 g	
		干しいたけ(せん切)	0.63 g			油	2.52 g			酒	1.51 g		⑥	他果	クラス付ソース	6.3 g
		干しひじき	3.78 g			トマトピューレー	10.08 g			おろししょうが	0.38 g			はくさい	12.6 g	
		三温糖	2.52 g		他	おろしにんにく	0.25 g			おろしにんにく	0.38 g			にんじん	18.9 g	
		しょうゆ	3.78 g			塩	0.38 g			片栗粉	5.04 g			さやいんげん	18.9 g	
		みりん	1.26 g			白こしょう	0.01 g			米粉	5.04 g			白こんにゃく	25.2 g	
					他果	三温糖	1.01 g		⑤	油	7.56 g			三温糖	1.89 g	
						中濃ソース	0.38 g			肉	若鶏むね こま			しょうゆ	2.52 g	
						片栗粉	0.5 g			他	にんじん			みりん	1.26 g	
						水	6.3 g			他	油揚げ			白すりごま	1.26 g	
						オリーブ油	0.38 g			他	三温糖			白いりごま	1.26 g	
					⑤	じゃがいも	50.4 g			他	しょうゆ					
						油	0.63 g				押し豆腐					
						おろしにんにく	0.38 g									
						バラベーコン	9 g									
						たまねぎ	12.6 g									
						ホールコーン	6.3 g									
						塩	0.25 g									
						白こしょう	0.01 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。



アレルギー用詳細献立表(予定)

令和7年

中学校 (中学)

1月15日(水)				1月16日(木)				1月17日(金)				1月20日(月)			
① ご飯				① 背割りコッパパン				① ご飯				① ご飯			
② 牛乳				② 牛乳				② 牛乳				② 牛乳			
③ かねんしゅい				③ カルトツフェル・ズッパ				③ こしね汁				③ なめこの赤だしみそ汁			
④ ちくわのお好み揚げ(2本)				④ カリー・ヴルスト				④ 鶏肉の漬焼				④ さわらの南部焼			
⑤ 肉ごぼう炒め				⑤ キャベツソテー				⑤ みそバターじゃが				⑤ 切り干し大根と豚肉の炒め物			
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80g)	1 個	①	乳麦	背割りコッパパン(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	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		にんじん	12.6 g	③		油	0.63 g	③		にんじん	12.6 g	③		なめこ水煮	18.9 g
		だいこん	25.2 g			豚かた 0.5cm角	8.82 g		他	だいこん	18.9 g		他	豆腐	37.8 g
		さつまいも	25.2 g			たまねぎ	25.2 g			豆腐	37.8 g			ながねぎ	6.3 g
		ながねぎ	6.3 g			にんじん	12.6 g			糸こんにゃく	10.08 g			赤みそ	11.34 g
		干ししいたけ(せん切)	0.25 g			じゃがいも	37.8 g			型抜きこんにゃく(黒・ハート型)	10.08 g			かつおだし	2.52 g
	他	油揚げ	10.08 g			ポテトペースト	10.08 g			干ししいたけ(せん切)	0.88 g			水	151.2 g
		しめじ	6.3 g			乾燥パセリ	0.25 g			しめじ	6.3 g	④	魚	さわら60g	1 切
		塩	0.5 g			白こしょう	0.01 g			ながねぎ	10.08 g			しょうゆ	4.41 g
		しょうゆ	5.04 g			チキンブイヨン	1.89 g			おろししょうが	0.38 g			みりん	0.5 g
		みりん	1.26 g			水	126 g			しょうゆ	5.04 g		実	黒いりごま	0.38 g
		かつおだし	2.52 g			油	0.63 g			酒	1.26 g			油	0.63 g
		水	126 g	④		フランクフルト(6g)50g	1 本			塩	0.5 g			油	0.63 g
④	魚	焼き竹輪25g	2 本			油	2.52 g			かつおだし	2.52 g	⑤		おろししょうが	1.01 g
	麦	小麦粉	16 g		他	トマトケチャップ	10.08 g		④	肉	若鶏もも 切身60g			豚かた 小間	25.2 g
	他	紅しょうが	1.6 g		他果	中濃ソース	1.26 g			塩	0.25 g			たまねぎ	18.9 g
		あおさ粉	0.2 g			みりん	1.26 g			しょうゆ	1.89 g			にんじん	8.82 g
	魚	かつお節	0.2 g			カレー粉	0.03 g			酒	1.76 g			切り干しだいこん	5.04 g
		塩	0.2 g			水	3.78 g			三温糖	0.38 g			塩	0.25 g
		油	8 g			油	0.13 g			おろししょうが	1.26 g			黒こしょう	0.01 g
⑤		油	0.63 g	⑤		キャベツ	37.8 g			おろしにんにく	0.13 g			しょうゆ	2.52 g
		豚かた 小間	25.2 g			にんじん	18.9 g			水	12.6 g			酒	1.26 g
		にんじん	12.6 g			マッシュルーム水煮	6.3 g			油	1.26 g			ごま油	0.38 g
		ごぼう	18.9 g			塩	0.25 g			じゃがいも	63 g				
		干ししいたけ(せん切)	0.38 g			白こしょう	0.03 g		⑤	乳	調理用バター				
		糸こんにゃく	6.3 g			チキンブイヨン	0.25 g			調味用バター	2.52 g				
		三温糖	1.26 g							おろしにんにく	0.38 g				
		しょうゆ	3.78 g							豚かた 挽き	31.5 g				
	実	みりん	1.26 g							三温糖	1.26 g				
		白いりごま	0.38 g							赤みそ	3.78 g				
		ごま油	0.38 g							酒	1.26 g				

メモ

アレルギー用詳細献立表(予定)

令和7年

中学校 (中学)

1月21日(火)				1月22日(水)				1月23日(木)				1月24日(金)				
① ご飯 ② 牛乳 ③ スープカレー ④ ツナサラダ ⑤ りんご				① ご飯 ② おかかふりかけ ③ 牛乳 ④ 豆腐とひき肉の甘辛煮 ⑤ 春巻 ⑥ みかん				① 横割り丸パン ② 牛乳 ③ カルル ④ 鶏肉の竜田揚げ ⑤ ボイルキャベツ ⑥ ノンエッグマヨネーズ				① ご飯 ② 牛乳 ③ ポークシチュー ④ 大根サラダ ⑤ ナムルドレッシング ⑥ いちごゼリー				
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	乳麦	横割り丸パン(小麦粉60g)	1 個	①		ご飯(精米80g)	1 個	
②	乳	飲用牛乳200ml	1 本	②	魚	ふりかけ2g	1 個	②	乳	飲用牛乳200ml	1 本	②	乳	飲用牛乳200ml	1 本	
③		油	1.26 g	③	乳	飲用牛乳200ml	1 本	③	乳	調理用バター	1.26 g	③		油	1.01 g	
	肉	おろしにんにく	0.63 g	④		油	1.26 g		甲	バラベーコン	10.08 g			おろしにんにく	0.63 g	
		若鶏もも 皮付 2cm角	37.8 g			むきえび	0.13 g			むきえび	25.2 g			豚かた 2cm角	44.1 g	
		たまねぎ	37.8 g			おろししょうが	1.01 g			にんじん	12.6 g			塩	0.25 g	
		にんじん	25.2 g			豚かた 挽き	25.2 g			たまねぎ	50.4 g			白こしょう	0.01 g	
		じゃがいも	25.2 g			にんじん	12.6 g		他	トマト缶詰ダイス	18.9 g		果	赤ワイン	0.63 g	
		れんこん	6.3 g			たまねぎ	37.8 g			水	50.4 g			たまねぎ	50.4 g	
	卵	うずら卵	31.5 g			干しいたけ(せん切)	0.38 g		乳	チキンブイヨン	1.01 g			にんじん	25.2 g	
	麦	カレールウ	6.3 g			たけのこ水煮	18.9 g			調理用牛乳	37.8 g		麦他	マッシュルーム水煮	6.3 g	
		カレー粉	0.13 g		他	押し豆腐	94.5 g			さやいんげん	6.3 g		他	ハヤシルウ	15.12 g	
	他	トマトケチャップ	3.78 g			三温糖	3.78 g			塩	0.5 g			トマトケチャップ	3.78 g	
	他果	中濃ソース	1.26 g			しょうゆ	10.08 g			白こしょう	0.03 g			しょうゆ	1.26 g	
		塩	1.01 g			酒	2.52 g		④	米粉	5.04 g			パブリカ粉末	0.06 g	
		白こしょう	0.03 g			一味唐がらし	0.03 g		肉	若鶏もも 切身60g	1 切		④	米粉	5.04 g	
		水	126 g			グリーンピース	3.78 g			しょうゆ	3.78 g			水	100.8 g	
		油	0.63 g		⑤	麦他	春巻50g	1 個		酒	1.51 g			だいこん	25.2 g	
④	魚	ツナフレーク	12.6 g			油	7.56 g			おろししょうが	0.38 g			にんじん	12.6 g	
		ホールコーン	12.6 g		⑥	果	みかん	1 個		片栗粉	5.04 g			さやいんげん	12.6 g	
		キャベツ	37.8 g							米粉	5.04 g			生わかめ	12.6 g	
		塩	0.25 g							油	6.3 g		⑤	実他肉	ナムルドレッシング	6.3 g
		白こしょう	0.03 g							キャベツ	37.8 g		⑥	果	いちごゼリー40g	1 個
		調理用ノンエッグマヨネーズ	7.56 g							にんじん	25.2 g					
⑤	果	りんご	176 個						⑥	他果	クリスマスケーキマヨネーズ	6.3 g				

メモ

アレルギー用詳細献立表(予定)

令和7年

中学校 (中学)

1月27日(月)				1月28日(火)				1月29日(水)				1月30日(木)			
①わかめご飯 ②牛乳 ③トック入り野菜スープ ④チャブチェ ⑤コロコロりんご缶				①ご飯 ②牛乳 ③ポークカレー ④ひじき入りサラダ ⑤中華ドレッシング ⑥米粉いちごスティックケーキ				①青梅産米ご飯 ②はっ酵乳 ③野菜と豆腐のみそ汁 ④東京産ほうれんそうの揚げぎょうざ(3個) ⑤こんにゃくの甘辛炒め				①背割りコッペパン ②ミルクコーヒー ③クラムチャウダー ④スロッピージョー ⑤フライドポテト			
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		わかめご飯(わかめ、精米80g)	1 個	①		ご飯(精米80g)	1 個	①		ご飯(青梅産米80g)	1 個	①	乳麦	背割りコッペパン(小麦粉60g)	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・アレン)	1 本	②	乳	ミルクコーヒー200ml	1 本
③	肉	若鶏もも こま	18.9 g	③		油	1.01 g	③	他	だいこん	18.9 g	③	魚	あさり水煮	18.9 g
		にんじん	12.6 g			おろしにんにく	0.63 g			豆腐	37.8 g			バラベーコン	8.82 g
		だいこん	18.9 g			豚かた 小間	50.4 g			はくさい	18.9 g			たまねぎ	37.8 g
		トック	27.72 g			たまねぎ	6.3 g			ながねぎ	6.3 g			ホールコーン	12.6 g
		ながねぎ	6.3 g			にんじん	25.2 g			白みそ	11.34 g		乳	調理用バター	3.78 g
		塩	0.76 g			じゃがいも	50.4 g			かつおだし	2.52 g			塩	0.5 g
		白こしょう	0.03 g		麦	カレー粉	21.42 g			水	151.2 g			白こしょう	0.04 g
		チキンブイヨン	1.26 g			カレー粉	0.25 g	④	麦他	都内産納豆揚げぎょうざ17g	3 個			チキンブイヨン	1.26 g
		しょうゆ	0.38 g		他	トマトケチャップ	3.78 g			油	6 g		乳	米粉	5.04 g
		片栗粉	1.26 g		他果	中濃ソース	1.26 g		⑤				乳	調理用牛乳	63 g
		水	151.2 g			塩	0.13 g			豚かた 小間	0.63 g		乳	生クリーム	6.3 g
		チンゲンサイ	6.3 g			白こしょう	0.04 g			にんじん	18.9 g			水	126 g
		ごま油	0.63 g			水	100.8 g			糸こんにゃく	12.6 g	④		油	0.63 g
④		油	0.76 g	④	他	もやし	25.2 g			干ししいたけ(せん切)	0.63 g			豚かた 挽き	25.2 g
		おろしにんにく	0.25 g			さやいんげん	25.2 g			三温糖	2.52 g			にんじん	12.6 g
		おろししょうが	0.13 g			ホールコーン	10.08 g			しょうゆ	3.78 g			たまねぎ	25.2 g
		豚かた 挽き	25.2 g			干しひじき	1.26 g			みりん	1.26 g		他	乾燥大豆	6.3 g
		たけのこ水煮	3.78 g		⑤	麦果	中華ドレッシング	6.3 g		一味唐がらし	0.01 g		他	トマトケチャップ	21.42 g
		にんじん	10.08 g		⑥	果他	米粉いちごスティックケーキ25g	1 個		白いりごま	0.38 g			片栗粉	1.51 g
		にら	3.78 g							ごま油	0.63 g		他果	中濃ソース	2.27 g
		しらたき	37.8 g											塩	0.63 g
		干ししいたけ(せん切)	0.38 g											白こしょう	0.03 g
		酒	0.63 g											チリパウダー	0.03 g
		三温糖	1.26 g											ピーマン	6.3 g
	実	しょうゆ	5.04 g									⑤		フレンチポテト	70 g
		白いりごま	0.63 g											油	7 g
		コチュジャン	0.03 g											クッキングソルト	0.25 g
		ごま油	0.63 g												
⑤	果	りんご缶ダイス	69.3 g												

メモ

アレルギー用詳細献立表(予定)
令和7年 中学校 (中学)

1月31日(金)														
①	ご飯													
②	牛乳													
③	油ふどんの具													
④	笹かまぼこのチーズ焼													
⑤	小松菜入りもやし炒め													
献立	アレルギー	食品名	分量											
①		ご飯(精米80g)	1 個											
②		乳 飲用牛乳200ml	1 本											
③		油	0.5 g											
		おろししょうが	0.13 g											
		にんじん	18.9 g											
		たまねぎ	63 g											
		干しいたけ(せん切)	0.63 g											
	麦	油ふ	6.3 g											
	他	油揚げ	6.3 g											
	卵	液卵	44.1 g											
		さやいんげん	6.3 g											
		三温糖	3.15 g											
		みりん	1.26 g											
		しょうゆ	7.56 g											
		水	25.2 g											
④		魚 笹かまぼこ40g	1 枚											
		酒	0.63 g											
		みりん	0.25 g											
	乳	粉チーズ	6.3 g											
		油	2.52 g											
⑤		肉 若鶏もも 挽き	6.3 g											
		にんじん	10.08 g											
	他	もやし	37.8 g											
		こまつな	18.9 g											
		塩	0.38 g											
		白こしょう	0.03 g											
		しょうゆ	0.38 g											

メモ