

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

2月3日(月)				2月4日(火)				2月5日(水)				2月6日(木)					
① ご飯 ② のりふりかけ ③ 牛乳 ④ かぼちゃ入り呉汁 ⑤ いわしのかば焼 ⑥ 野菜のゆず香和え				① ご飯 ② 牛乳 ③ 高野豆腐入り親子煮 ④ いかのしょうが焼 ⑤ みかん				① ご飯 ② はっ酵乳 ③ キャベツとさつま揚げのみそ汁 ④ 鶏肉のねぎボンだれ ⑤ 肉じゃが				① ご飯 ② 牛乳 ③ ハヤシシチュー 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					
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	魚	ふりかけ2g	1 個	②	乳	飲む牛乳200ml	1 本	②	乳	はっ酵乳125ml(シヨアアレン)	1 本	②	乳	飲む牛乳200ml	1 本		
③		乳 飲む牛乳200ml	1 本	③		油	0.63 g	③	魚	キャベツ	25.2 g	③		油	1.01 g		
④		だいこん	25.2 g		肉	若鶏もも 皮付 2cm角	31.5 g			さつま揚げ	12.6 g			おろしにんにく	0.63 g		
		にんじん	10.08 g		他	高野豆腐	2.52 g			たまねぎ	12.6 g			豚かた 千切	44.1 g		
		かぼちゃ	18.9 g			たまねぎ	50.4 g			にんじん	6.3 g			塩	0.25 g		
		ながねぎ	6.3 g			にんじん	18.9 g			白みそ	11.34 g			白こしょう	0.01 g		
	魚麦他	おに型かまぼこ	8.82 g		魚	たけのこ水煮	12.6 g			水	151.2 g			たまねぎ	63 g		
	他	青大豆ペースト	12.6 g		卵	さつま揚げ	12.6 g		④	肉	かつおだし	2.52 g			にんじん	25.2 g	
		赤みそ	5.67 g			干しいたけ(せん切)	0.88 g			若鶏もも 切身70g	1 切		麦他	マッシュルーム水煮	12.6 g		
		白みそ	5.67 g		卵	液卵	44.1 g			油	1.26 g		他	ハヤシルウ	15.12 g		
⑤		かつおだし	2.52 g			三温糖	2.52 g			ごま油	1.26 g		他	トマトケチャップ	3.78 g		
		水	126 g		魚	和風だしの素	1.26 g			おろしにんにく	0.38 g		他果	中濃ソース	1.26 g		
		いわし50g	1 枚			しょうゆ	6.3 g			おろししょうが	0.38 g			しょうゆ	1.26 g		
		米粉	5.04 g		④	魚	みりん	1.26 g			ながねぎ	10.08 g			パプリカ粉末	0.06 g	
		片栗粉	5.04 g			いか60g	1 切			しょうゆ	3.15 g		麦	小麦粉	5.04 g		
		油	5.04 g			おろししょうが	0.76 g			米酢	1.3 g		④	水	100.8 g		
		三温糖	2.52 g			酒	1.26 g			三温糖	1.26 g			油	0.63 g		
		しょうゆ	3.78 g			しょうゆ	3.78 g			ゆず果汁	1.26 g			ウインナー	10.08 g		
⑥		みりん	1.26 g			みりん	1.26 g			水	2.52 g			さやいんげん	31.5 g		
		片栗粉	0.5 g			油	1.26 g		⑤	油	0.88 g			ホールコーン	25.2 g		
		水	15.12 g		⑤	果	みかん	1 個			おろししょうが	0.38 g			塩	0.38 g	
		はくさい	25.2 g								豚かた 小間	25.2 g			白こしょう	0.01 g	
		にんじん	12.6 g								じゃがいも	37.8 g		⑤	他	チキンフイヨン	0.13 g
		さやいんげん	16.38 g								にんじん	12.6 g		他	カラフルゼリー	25.2 g	
		白こんにゃく	18.9 g								じゃがいも	37.8 g		果	温州みかん缶詰	25.2 g	
		しょうゆ	3.15 g								糸こんにゃく	6.3 g		果	りんご缶詰	25.2 g	
		米酢	0.63 g								塩	0.13 g					
		塩	0.13 g								三温糖	2.52 g					
		三温糖	1.26 g								しょうゆ	4.41 g					
	実	白いりごま	0.38 g								みりん	1.26 g					
果	ゆず果汁	0.88 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）

2月7日(金)				2月10日(月)				2月12日(水)				2月13日(木)			
① 背割りコッペパン ② 飲むヨーグルト ③ コーンクリームシチュー ④ 焼きフランクのソースかけ ⑤ キャベツソテー				① ご飯 ② 牛乳 ③ ルオボタン ④ ルーローハンの具 ⑤ 白玉こんにゃく入りポンチ				① ご飯 ② 牛乳 ③ トックの玉子スープ ④ ビーンズドライカレー ⑤ みかん				① 横割り丸パン ② 牛乳 ③ クラムチャウダー ④ ハートの照焼きハンバーグ ⑤ ペペロンソテー ⑥ 米粉ガトーショコラ			
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	背割りコッペパン(小麦粉60g)	1 個	①	乳麦	ご飯(精米80g)	1 個	①	乳麦	ご飯(精米80g)	1 個	①	乳麦	横割り丸パン(小麦粉60g)	1 個
②	乳	飲むヨーグルト150ml	1 本	②	乳	飲む牛乳200ml	1 本	②	乳	飲む牛乳200ml	1 本	②	乳	飲む牛乳200ml	1 本
③	肉	油 若鶏もも 皮付 2cm角 たまねぎ にんじん ブロッコリー マッシュルーム水煮 クリームコーン缶 塩 白こしょう チキンブイヨン 乳 調理用牛乳 米粉 水 乳 生クリーム	1.26 g 25.2 g 31.5 g 12.6 g 12.6 g 10.08 g 37.8 g 0.76 g 0.03 g 1.26 g 50.4 g 5.04 g 100.8 g 10.08 g	③	肉	油 おろししょうが 若鶏もも こま だいこん にんじん ながねぎ 塩 オイスターソース 酒 魚他 中華スープ 水 ごま油	0.63 g 0.88 g 18.9 g 25.2 g 6.3 g 6.3 g 0.63 g 1.01 g 1.26 g 1.26 g 151.2 g 0.63 g	③	卵	トック 鶏卵 生わかめ たまねぎ にんじん 塩 白こしょう しょうゆ 酒 魚他 中華スープ 片栗粉 水 ごま油	27.72 g 18.9 g 5.04 g 18.9 g 10.08 g 1.01 g 0.03 g 1.26 g 1.26 g 1.26 g 1.26 g 151.2 g 0.63 g	③	魚甲果	横割り丸パン(小麦粉60g) あさり水煮 むきえび 白ワイン バラベーコン たまねぎ じゃがいも 塩 白こしょう チキンブイヨン 米粉 乳 調理用牛乳 生クリーム 水	3.78 g 12.6 g 10.08 g 2.52 g 6.3 g 37.8 g 18.9 g 0.5 g 0.04 g 1.26 g 5.04 g 50.4 g 6.3 g 126 g
④	他果	油 フランクフルト(ロング)50g 中濃ソース トマトケチャップ みりん 水 片栗粉	0.63 g 1 本 2.52 g 6.3 g 2.52 g 6.3 g 0.25 g	④	卵	油 おろししょうが おろしにんにく 豚かた 2cm角 たまねぎ だけのこ水煮 うずら卵 酒 しょうゆ 三温糖 魚 オイスターソース 水 片栗粉 ごまつな	0.63 g 0.5 g 44.1 g 12.6 g 12.6 g 25.2 g 1.26 g 3.78 g 3.78 g 2.52 g 31.5 g 0.63 g 6.3 g	④	他果	油 おろしにんにく 豚かた 挽き たまねぎ 刻み大豆 えだまめ ホールコーン カレールウ 中濃ソース しょうゆ 塩 みかん	0.63 g 0.38 g 37.8 g 18.9 g 18.9 g 6.3 g 7.56 g 5.04 g 1.26 g 1.26 g 0.13 g 1 個	④	他肉	ハート型ハンバーグ60g 油 三温糖 白こしょう しょうゆ みりん 片栗粉 水	1 個 2.52 g 2.52 g 0.01 g 2.52 g 1.26 g 0.5 g 15.12 g
⑤	魚	油 たまねぎ キャベツ ツナフレーク 塩 白こしょう 粉辛子 米酢	0.13 g 12.6 g 44.1 g 12.6 g 0.25 g 0.03 g 0.1 g 0.38 g	⑤	他果	白玉こんにゃく 温州みかん缶詰	37.8 g 25.2 g	⑤	果	みかん	1 個	⑤	他	オリーブ油 おろしにんにく ブロッコリー エリンギ キャベツ ウインナー しょうゆ 塩 白こしょう 一味唐がらし	0.63 g 0.63 g 12.6 g 10.08 g 31.5 g 12.6 g 0.38 g 0.38 g 0.03 g 0.01 g
												⑥	他	米粉ガトーショコラ30g	1 個

メモ

アレルギー用詳細献立表（予定）

令和7年 中学校（中学）

2月14日(金)				2月17日(月)				2月18日(火)				2月19日(水)			
① わかめご飯 ② はっ酵乳(マスカット) ③ さくらげと玉子のスープ ④ 鶏肉の唐揚げ ⑤ ゆで野菜 ⑥ ナムルドレッシング				① ご飯 ② 牛乳 ③ 生揚げのごま汁 ④ じゃが芋入り五目さんぴら ⑤ りんご				① 青梅産米ご飯 ② 牛乳 ③ こつゆ ④ さわらのみそマヨ焼 ⑤ 青菜ののり和え ⑥ ささみのり ⑦ しょうゆ				① マーラカオ(中華風蒸しパン) ② 牛乳 ③ ちゃんぽん風うどん ④ 春巻 ⑤ わかめサラダ ⑥ 中華ドレッシング			
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		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	卵麦他	マーラカオ蒸しパン(50g)	1 個
②	乳果	はっ酵乳125ml(シヨ・マスカット)	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		豚かた 干切	12.6 g	③	他	生揚げ	31.5 g	③	肉	若鶏もも ごま	12.6 g	③		油	0.63 g
	他	たまねぎ	12.6 g			にんじん	12.6 g			にんじん	12.6 g			おろししょうが	0.25 g
		もやし	12.6 g			だいこん	25.2 g			だいこん	25.2 g			おろしにんにく	0.25 g
		たけのこ水煮	12.6 g		実	白練りごま	5.04 g		他	さといも	12.6 g			豚かた 干切	12.6 g
		さくらげ	0.88 g			白みそ	11.34 g		他	豆腐	18.9 g			キャベツ	12.6 g
		塩	0.5 g			しょうゆ	0.38 g		魚	ほたてが貝柱	7.56 g			干ししいたけ(せん切)	0.88 g
		白こしょう	0.03 g			かつおだし	2.52 g			さくらげ	0.38 g		他	もやし	12.6 g
		しょうゆ	0.63 g			水	151.2 g			糸こんにゃく	6.3 g			たけのこ水煮	12.6 g
		チキンブイヨン	1.26 g			こまつな	10.08 g			塩	0.25 g		魚	かまぼこ	12.6 g
		水	151.2 g		実	白すりごま	1.01 g			しょうゆ	5.04 g			しょうゆ	0.63 g
		片栗粉	1.26 g	④		豚かた 干切	25.2 g	④		酒	1.26 g			白こしょう	0.03 g
	卵	鶏卵	12.6 g			しょうゆ	0.63 g			かつおだし	2.52 g			塩	0.88 g
		ごま油	0.63 g			酒	1.26 g			水	126 g		魚他	中華スープ	1.26 g
④	肉	若鶏もも 切身70g	1 切			ごま油	0.63 g	④		油	2.52 g			チキンブイヨン	0.63 g
		おろしにんにく	0.38 g			おろししょうが	0.13 g		魚	さわら60g	1 切		麦	ゆでうどん	63 g
		塩	0.38 g			ごぼう	18.9 g			調理用ノンエッグマヨネーズ	10.08 g			ながねぎ	6.3 g
		白こしょう	0.03 g			にんじん	8.82 g			赤みそ	2.52 g			ごま油	0.63 g
		酒	2.52 g			糸こんにゃく	10.08 g			みりん	1.26 g	④	麦他	春巻50g	1 個
		米粉	5.04 g			フレンチポテト	31.5 g			一味唐がらし	0.01 g			油	7.56 g
		片栗粉	5.04 g			油	2.52 g			水	1.26 g	⑤		だいこん	31.5 g
		油	5.04 g			三温糖	2.9 g	⑤		こまつな	31.5 g			にんじん	8.82 g
⑤		こまつな	25.2 g			しょうゆ	5.04 g		他	にんじん	8.82 g			生わかめ	12.6 g
		えのきたけ	6.3 g			酒	1.26 g	⑥		もやし	25.2 g			白こんにゃく	12.6 g
		白こんにゃく	25.2 g	⑤	果	りんご	1/6 個	⑦		のり	0.63 g	⑥	麦果	中華ドレッシング	6.3 g
⑥	実他肉	ナムルドレッシング	6.3 g							クラス付しょうゆ	3.15 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）

2月20日(木)				2月21日(金)				2月25日(火)				2月26日(水)			
① 砂糖揚げパン ② 牛乳 ③ 野菜スープ ④ ミートボールのトマト煮込み ⑤ レモンゼリー				① ご飯 ② 牛乳 ③ 里芋のそぼろ豚汁 ④ コロコロぶりの竜田揚げ ⑤ ごま和え				① デニッシュパン ② はっ酵乳 ③ ジュリエンヌスープ ④ メルルーサの唐揚げ ⑤ ボロネーゼ				① ご飯 ② 牛乳 ③ ひつつみ汁 ④ さけの南部焼 ⑤ 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	コッペパン(小麦粉60g)	1 個	①	ご飯	精米80g	1 個	①	卵乳麦他	デニッシュパン(60g)	1 個	①	ご飯	精米80g	1 個
		油	10.08 g	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	飲用牛乳200ml	1 本
		グラニュー糖	12.6 g	③		油	1.26 g	③		油	0.63 g	③		油	12.6 g
②	乳	飲用牛乳200ml	1 本			豚かた 挽き	31.5 g			バラベーコン	7.56 g			だいこん	18.9 g
③		ウインナー	10.08 g		他	さといも	31.5 g			たまねぎ	12.6 g		麦	わんたんの皮	7.56 g
		たまねぎ	18.9 g			ながねぎ	6.3 g			にんじん	12.6 g			しめじ	6.3 g
		にんじん	12.6 g			おろししょうが	0.38 g			キャバツ	18.9 g			ごぼう	6.3 g
		えのきたけ	8.82 g			白みそ	10.08 g			セロリー	2.52 g		他	油揚げ	6.3 g
		塩	0.76 g			かつおだし	2.52 g			塩	0.76 g			ながねぎ	6.3 g
		白こしょう	0.01 g			水	126 g			白こしょう	0.03 g			塩	0.5 g
		チキンブイヨン	1.26 g			こまつな	12.6 g			チキンブイヨン	1.26 g			しょうゆ	5.04 g
		しょうゆ	0.38 g	④	魚	ぶり	63 g			しょうゆ	0.38 g			酒	1.26 g
		水	151.2 g			おろしにんにく	0.38 g	④	魚	水	151.2 g			かつおだし	2.52 g
		こまつな	12.6 g			おろししょうが	0.38 g			メルルーサ60g	1 切	④	魚	水	126 g
		オリーブ油	0.63 g			しょうゆ	2.52 g			塩	0.38 g			さけ60g	1 切
④	肉卵	チキンボール	31.5 g			酒	2.52 g			白こしょう	0.01 g			酒	2.52 g
		うすら卵	18.9 g			みりん	1.26 g			米粉	5.04 g			しょうゆ	5.04 g
		たまねぎ	18.9 g			米粉	5.04 g			片栗粉	5.04 g			みりん	1.26 g
		マッシュルーム水煮	12.6 g			片栗粉	5.04 g			油	7.56 g		実	黒いりごま	3.78 g
	他	トマト缶詰ダイス	12.6 g			油	7.56 g	⑤	麦	スパゲッティ	10.08 g			油	0.63 g
	他	トマトケチャップ	7.56 g			にんじん	12.6 g			油	0.63 g	⑤		油	0.63 g
	他果	中濃ソース	1.26 g			さやいんげん	25.2 g			他	豚かた 挽き			豚かた 小間	12.6 g
		しょうゆ	1.26 g			はくさい	18.9 g				乾燥大豆	1.89 g		にんじん	12.6 g
		塩	0.25 g		他	油揚げ	6.3 g				たまねぎ	25.2 g		糸こんにゃく	37.8 g
		白こしょう	0.01 g			三温糖	1.89 g				にんじん	6.3 g		干しいたけ(せん切)	0.63 g
		三温糖	2.52 g			しょうゆ	2.52 g				ナツメグ	0.04 g		三温糖	2.52 g
		片栗粉	0.63 g			みりん	1.26 g			他	トマトケチャップ	6.3 g		しょうゆ	3.78 g
⑤	他果	レモンゼリー30g	1 個		実	白すりごま	1.26 g			他	トマトピューレー	3.78 g		みりん	1.26 g
					実	白いりごま	1.26 g			他果	赤ワイン	1.26 g		一味唐がらし	0.01 g
										他果	ウスターソース	1.26 g		ごま油	0.38 g
											塩	0.13 g			
											白こしょう	0.03 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）													
2月27日(木)				2月28日(金)											
①	ひじきご飯			①	ご飯										
②	牛乳			②	牛乳										
③	おでん			③	ポークカレー										
④	もやしの炒め煮			④	大根サラダ										
⑤	いよかん			⑤	フレンチドレッシング										
				⑥	いちごタルト										
献立	アレルギー	食品名	分量	献立	アレルギー	食品名	分量								
①	魚	ひじきご飯(ひじきごはんの素、精米80g)	1 個	①		ご飯(精米90g)	1 個								
②	乳	飲用牛乳200ml	1 本	②	乳	飲用牛乳200ml	1 本								
③		だいこん	75.6 g	③		油	1.01 g								
	魚	焼き竹輪	25.2 g			おろしにんにく	0.63 g								
	魚	さつま揚げ	25.2 g			豚かた 小間	44.1 g								
	卵	うすら卵	25.2 g			たまねぎ	63 g								
		結び昆布	2.52 g			にんじん	25.2 g								
		三角こんにゃく	37.8 g			じゃがいも	63 g								
		塩	0.76 g		麦	カレールウ	21.42 g								
		しょうゆ	0.76 g			カレー粉	0.25 g								
		酒	0.63 g		他	トマトケチャップ	3.78 g								
		かつおだし	2.52 g		他果	中濃ソース	1.26 g								
		水	126 g			塩	0.13 g								
		油	0.63 g			白こしょう	0.04 g								
④		豚かた 挽き	12.6 g		④	水	100.8 g								
		にんじん	12.6 g			だいこん	37.8 g								
		たまねぎ	18.9 g			にんじん	12.6 g								
	他	もやし	37.8 g			チンゲンサイ	12.6 g								
		ピーマン	6.3 g		⑤	果	フレンチドレッシング	6.3 g							
		しょうゆ	1.89 g		⑥	卵乳麦他果	いちごタルト40g	1 個							
		塩	0.13 g												
		酒	1.26 g												
	魚	和風だしの素	0.25 g												
		上白糖	1.26 g												
⑤	果	いよかん	1/4 個												

メモ