

アレルギー用詳細献立表（予定）
小学校（中学年）

年 組 児童名

[illegible]

■**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ゲンに記載しています。

卵・乳・麦・ソ・ピ・甲・実・果・魚・肉・他

上記の分類から、該当するアレルゲンに○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。
(学期ごとに使用するものが変わる「学期契約」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、該当献立にアレルゲン(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ゲンを含んだ食品を使用している場合があります。

*「ソバ・ピーナッツ(落花生)・クルミ・カシューナッツ・アーモンド・マカダミアナッツ・キウイフルーツ・びわ」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。

アレルギー用詳細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

小学校（中学年）

11月10日(月)			11月11日(火)			11月12日(水)			11月13日(木)		
ご飯 牛乳 中華どんの具 揚げしゅうまい(2個) ヨーグルトクレープ			背割りコッペパン 牛乳 イタリアンスープ 焼きフランクのバーベキューソース 高菜マヨポテト			豚肉とごぼうのご飯 牛乳 白菜と豆腐のみそ汁 あじフライ ソース みかん			赤飯 ごま塩 牛乳 すまし汁 鶏肉の唐揚げ 煮しめ		
アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量
乳	ご飯(精米50/60/70g)	1 個	乳	背割りコッペパン(小麦粉40/45/50g)	1 個	乳	豚肉とごぼうのご飯(精米50/60/70g)	1 個	麦実他	赤飯(もち米、精米50/60/70g)	1 個
	飲用牛乳200ml	1 本		飲用牛乳200ml	1 本		飲用牛乳200ml	1 本		ごま塩	1.5 g
	油	0.5 g		油	0.5 g		はくさい	25 g		飲用牛乳200ml	1 本
	おろしにんにく	0.3 g		バラベーコン	5 g		もやし	10 g		豆腐	30 g
	おろししょうが	0.3 g		にんじん	10 g		にんじん	7 g		もみじ型かまぼこ	10 g
	豚かた 小間	15 g		たまねぎ	30 g		豆腐	25 g		しめじ	5 g
	たまねぎ	50 g		粉チーズ	2 g		油揚げ	5 g		並塩	0.8 g
	にんじん	15 g		液卵	15 g		赤みそ	4.5 g		しょうゆ	0.3 g
	たけのこ水煮缶詰	12 g		生パン粉	1.5 g		白みそ	4.5 g		酒	1 g
	甲魚	10 g		並塩	0.5 g		かつおだし	2 g		かつおだし	2 g
	いか短冊	10 g		白こしょう	0.02 g		水	100 g		水	120 g
	酒	2 g		しょうゆ	0.5 g	麦	あじフライ40g	1 枚		ほうれんそう	15 g
	卵	22 g		チキンフイヨン	1 g		油	6 g	肉	若鶏もも 切身50g	1 切
	はくさい	50 g		水	100 g	他果	クラス付ソース	5 g		おろしにんにく	0.3 g
魚他	並塩	0.8 g	他	ほうれんそう	8 g		みかん	1 個	魚	しょうゆ	3 g
	白こしょう	0.02 g		フランクフルト40g	1 本					酒	2 g
	しょうゆ	0.3 g		油	1 g					米粉	4 g
	酒	1 g		トマトケチャップ	5 g					片栗粉	4 g
	魚他肉	1 g		中濃ソース	2 g					油	4 g
	片栗粉	3.5 g		三温糖	2 g					にんじん	12 g
	水	20 g		白こしょう	0.01 g					たけのこ水煮缶詰	10 g
	ごま油	0.7 g		片栗粉	0.3 g					三角こんにゃく	12 g
	麦他	しゅうまい18g		水	5 g					さつま揚げ	15 g
	油	4 g		じゃがいも	40 g					干ししいたけ(1/4切)	0.7 g
	他	ヨーグルトクレープ35g		油	0.5 g					三温糖	1 g
				豚かた 小間	10 g					和風だしの素	0.3 g
				高菜漬(刻み)	5 g					しょうゆ	3 g
				ホールコーン	8 g					酒	1 g
				白こしょう	0.01 g					水	10 g
				しょうゆ	0.2 g						
				調理用ノンエッグマヨネーズ	7 g						

メモ

アレルギー用詳細献立表（予定）

令和7年

小学校（中学年）

11月14日(金)			11月17日(月)			11月18日(火)			11月19日(水)		
ご飯 牛乳 チキンカレー 大根サラダ ごまドレッシング レモンゼリー			黒砂糖パン 牛乳 白菜スープ チキンナゲット(2個) ツナ入りスクランブルエッグ			ご飯 牛乳 青梅産野菜のみそ汁 コロッケ ソース ごまあえ			ご飯 牛乳 けんちん汁 ぶりのみそだれかけ 小松菜とコーンの炒め物		
アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量
乳 肉 麦他 他 他 実 他果	ご飯(精米50/60/70g)	1 個	乳麦乳 卵乳麦他肉 魚 卵	黒砂糖食パン(小麦粉40/45/50g)	1 個	乳 他 麦他 他果 他 実 実	ご飯(精米50/60/70g)	1 個	乳 肉 他 魚	ご飯(精米50/60/70g)	1 個
	飲用牛乳200ml	1 本		飲用牛乳200ml	1 本		飲用牛乳200ml	1 本		飲用牛乳200ml	1 本
	油	0.8 g		たまねぎ	10 g		だいこん	15 g		肉 若鶏もも こま	15 g
	おろしにんにく	0.5 g		にんじん	10 g		豆腐	20 g		にんじん	10 g
	若鶏もも 皮付 2cm角	35 g		はくさい	20 g		はくさい	15 g		だいこん	25 g
	たまねぎ	50 g		マッシュルーム水煮	10 g		ながねぎ	5 g		さといも	10 g
	にんじん	20 g		並塩	0.7 g		白みそ	4.5 g		ごぼう	5 g
	じゃがいも	50 g		白こしょう	0.01 g		かつおだし	2 g		豆腐	20 g
	カレールウ	17 g		チキンフイヨン	1 g		水	120 g		他 板こんにゃく	10 g
	カレー粉	0.2 g		しょうゆ	0.3 g		水	6 g		ながねぎ	7 g
	トマトケチャップ	3 g		水	120 g		麦他 コロッケ50g	1 個		並塩	0.3 g
	中濃ソース	1 g		オリーブ油	0.5 g		油	6 g		しょうゆ	4 g
	並塩	0.1 g		卵乳麦他肉 チキンナゲット20g	2 個		他果 クラス付ソース	5 g		酒	1 g
	白こしょう	0.03 g		油	4 g		他 にんじん	10 g		かつおだし	2 g
	水	80 g		ウインナー	8 g		他 さやいんげん	25 g		水	100 g
	だいこん	35 g		たまねぎ	10 g		油揚げ	5 g		魚 ぶり50g	1 切
	ホールコーン	10 g		ツナフレーク	15 g		しらたき	7 g		油	2 g
	生わかめ	5 g		並塩	0.2 g		三温糖	1.5 g		赤みそ	4 g
	ごまドレッシング(アレルギーフリー)	5 g		白こしょう	0.01 g		しょうゆ	3 g		三温糖	2 g
	レモンゼリー30g	1 個		カレー粉	0.05 g		みりん	1 g		みりん	1 g
				炒りたまご	25 g		白すりこま	1 g		片栗粉	0.4 g
							白いりこま	0.5 g		水	10 g
										油	0.5 g
										おろししょうが	0.2 g
										おろしにんにく	0.1 g
										にんじん	7 g
										ホールコーン	15 g
										しめじ	7 g
										こまつな	25 g
										並塩	0.3 g
										白こしょう	0.01 g
										しょうゆ	0.7 g

メモ

アレルギー用詳細献立表（予定）

令和7年

小学校（中学年）

11月20日(木)			11月21日(金)			11月25日(火)			11月26日(水)		
ご飯 牛乳 豚汁 いかのスパイシーマヨ焼 キャベツの塩昆布レモン炒め			ご飯 はっ酵乳(プレーン) ポークストロガノフ 小松菜と玉子のソテー りんご			ご飯 はっ酵乳(プレーン) ワントンスープ 鶏肉のねぎ塩だれ みかん			食パン いちごジャム 牛乳 野菜スープ たらのハーブ揚げ ナポリタンソース		
アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量
乳	ご飯(精米50/60/70g)	1 個	乳	ご飯(精米50/60/70g)	1 個	乳	ご飯(精米50/60/70g)	1 個	乳麦	食パン(小麦粉40/45/50g)	1 個
	飲用牛乳200ml	1 本		はっ酵乳125ml(シヨー・プレーン)	1 本		はっ酵乳125ml(シヨー・プレーン)	1 本		いちごジャム10g	1 個
他	油	0.3 g	他	油	1 g	魚他肉	パラベーコン	5 g	乳	飲用牛乳200ml	1 本
	おろししょうが	0.3 g		おろしにんにく	0.5 g		にんじん	10 g		たまねぎ	15 g
	豚ばら 小間	10 g		豚かた 小間	35 g		わんたんの皮	7 g		にんじん	10 g
	にんじん	10 g		たまねぎ	50 g		もやし	15 g		キャベツ	20 g
	だいこん	20 g		にんじん	20 g		干ししいたけ(せん切)	0.7 g		マッシュルーム水煮	8 g
	じゃがいも	20 g		マッシュルーム水煮	10 g		並塩	0.4 g		並塩	0.7 g
	ごぼう	5 g		チキンピュイオン	1 g		白こしょう	0.02 g		白こしょう	0.01 g
	豆腐	20 g		並塩	0.6 g		中華スープ	1 g		チキンピュイオン	1 g
	糸こんにゃく	10 g		白こしょう	0.02 g		しょうゆ	0.5 g		しょうゆ	0.3 g
	ながねぎ	5 g		トマトケチャップ	15 g		水	120 g		水	120 g
魚	白みそ	9 g	他	トマトピューレー	10 g	肉	ごまつな	12 g	魚	オリーブ油	0.5 g
	かつおだし	2 g		中濃ソース	3 g		ごま油	0.5 g		たら50g	1 切
	水	100 g		米粉	4 g		若鶏もも 切身50g	1 切		並塩	0.3 g
	いが50g	1 切		生クリーム	3 g		油	1 g		黒こしょう	0.02 g
	調理用ノンエッグマヨネーズ	8 g		水	80 g		ごま油	1 g		乾燥バセリ	0.08 g
	おろしにんにく	0.3 g		油	0.5 g		おろしにんにく	0.3 g		バジル ミッ	0.08 g
	並塩	0.2 g		パラベーコン	5 g		おろししょうが	0.3 g		ローレル粉末	0.08 g
	カレー粉	0.1 g		にんじん	10 g		ながねぎ	8 g		米粉	4 g
	黒こしょう 粗びき	0.02 g		炒りたまご	25 g		並塩	0.4 g		片栗粉	4 g
	チリパウダー	0.03 g		並塩	0.1 g		黒こしょう	0.01 g	麦	油	4 g
麦	油	2 g	果	白こしょう	0.01 g	果	三温糖	0.8 g		スパゲッティ	12 g
	油	0.4 g		ごまつな	20 g		酒	1.2 g		油	0.5 g
	おろしにんにく	0.2 g		りんご	1/6 個		ゆず果汁	0.8 g		ウインナー	5 g
	にんじん	7 g					水	5 g		にんじん	8 g
	キャベツ	45 g					みかん	1 個		たまねぎ	15 g
	チキンピュイオン	0.25 g								トマトケチャップ	8 g
	塩昆布	0.6 g								トマトピューレー	3 g
	しょうゆ	0.5 g								ウスターソース	1 g
	黒こしょう	0.01 g							他果	並塩	0.1 g
	レモン果汁	0.5 g								白こしょう	0.01 g
果実	白いりごま	0.8 g								さやいんげん	3 g
	ごま油	0.4 g									

メモ

ア レ ル ギ ー 用 詳 細 献 立 表 （ 予 定 ）

令和7年

小学校（中学年）

11月27日(木)			11月28日(金)								
わかめご飯 牛乳 なめこのみそ汁 大根と豚肉の炒め煮 さつまいもスティック			ご飯 のりふりかけ 牛乳 玉子スープ じゃが豚キムチ みかん								
アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量						
乳 他	わかめご飯(精米50/60/70g)	1 個	魚 乳 肉 他 卵	ご飯(精米50/60/70g)	1 個						
	飲用牛乳(200ml)	1 本		のりふりかけ	2g						
	なめこ水煮	15 g		飲用牛乳(200ml)	1 本						
	豆腐	30 g		若鶏もも こま	10 g						
	ながねぎ	8 g		豆腐	20 g						
	赤みそ	4.5 g		鶏卵	15 g						
	白みそ	4.5 g		ながねぎ	8 g						
	かつおだし	2 g		並塩	0.7 g						
	水	120 g		白ごしょう	0.01 g						
	油	0.5 g		チキンブイヨン	1 g						
	おろししょうが	0.2 g		しょうゆ	0.3 g						
	豚かた 小間	30 g		片栗粉	1 g						
	にんじん	10 g		水	120 g						
	だいこん	30 g		油	0.5 g						
	三温糖	1.5 g		豚もも 小間	20 g						
	しょうゆ	3.5 g		たまねぎ	15 g						
	酒	1 g		にんじん	6 g						
	さやいんげん	7 g		じゃがいも	30 g						
	片栗粉	1 g		糸こんにゃく	5 g						
	さつまいも	50 g		にら	2 g						
	油	4 g		はくさいキムチ	6 g						
	クッキングソルト	0.2 g		三温糖	0.5 g						
			果	しょうゆ	3 g						
				酒	1 g						
				みりん	0.5 g						
				ごま油	0.3 g						
				みかん	1 個						

メモ