

アレルギー用詳細献立表(予定)

年組 儿童名 _____

令和7年

小学校（中学年）

| 12月1日(月) | | | 12月2日(火) | | | 12月3日(水) | | | 12月4日(木) | | |
|---|--|--|--|---|---|--|--|--|---|--|--|
| アレルゲン | 食品名 | 分量 | アレルゲン | 食品名 | 分量 | アレルゲン | 食品名 | 分量 | アレルゲン | 食品名 | 分量 |
| ご飯 | ご飯 | | ご飯 | ご飯 | | ご飯 | ご飯 | | ご飯 | ご飯 | |
| 牛乳 | 牛乳 | | 牛乳 | 牛乳 | | はっ酵乳(ブレーン) | はっ酵乳(ブレーン) | | 牛乳 | 牛乳 | |
| 中華どんの具 | 春雨スープ | | 豚肉のねぎ塩だれ | 豚肉のねぎ塩だれ | | ハヤシチュー | ハヤシチュー | | うめっこす汁 | うめっこす汁 | |
| 中華サラダ | みかん | | コロコロソテー | コロコロソテー | | フルーツミックス | フルーツミックス | | さばの塩焼 | さばの塩焼 | |
| 中華ドレッシング | | | レモンゼリー | | | | | | お浸し | お浸し | |
| アレルゲン | アレルゲン | アレルゲン | アレルゲン | アレルゲン | アレルゲン | アレルゲン | アレルゲン | アレルゲン | アレルゲン | アレルゲン | アレルゲン |
| 乳 油 おろしにんにく おろししょうが 豚かた 小間 たまねぎ にんじん たけのこ水煮いわし 甲魚 シーフードミックス 卵 うずら卵 はくさい 並塩 白こしょう しょうゆ 魚他肉 中華スープ 片栗粉 水 こま油 キヤペツ 生わかめ 他 もやし きくらげ 麦果 他果 | ご飯(精米50/60/70g) 飲用牛乳200ml 油 おろしにんにく おろししょうが 豚かた 小間 たまねぎ にんじん たけのこ水煮いわし 甲魚 シーフードミックス 卵 うずら卵 はくさい 並塩 白こしょう しょうゆ 魚他肉 中華スープ 片栗粉 水 こま油 キヤペツ 生わかめ 他 もやし きくらげ 麦果 他果 | 1個 1本 0.5 g 0.3 g 0.3 g 15 g 30 g 15 g 12 g 20 g 22 g 50 g 0.8 g 0.02 g 0.3 g 1 g 1 g 3.5 g 20 g 0.7 g 30 g 6 g 15 g 0.3 g 5 g 1個 | 乳 油 肉 若鶏もも こま にんじん 緑豆はるさめ えのきだけ 並塩 白こしょう チキンブイヨン しょうゆ 水 こまつな こま油 豚かたロース切身50g 酒 米酢 油 こま油 おろしにんにく おろししょうが ながねぎ 並塩 黒こしょう 三温糖 酒 ゆず果汁 水 みがん | ご飯(精米50/60/70g) 飲用牛乳200ml 油 おろしにんにく 豚かた 千切 にんじん 並塩 白こしょう たまねぎ にんじん マッシュルーム水煮 ハヤシルウ トマトケチャップ 中濃ソース パプリカ粉末 小麦粉 水 油 ワインナー えだまめ ホールコーン 並塩 白こしょう チキンブイヨン フルーツミックス缶 | 1個 1本 0.5 g 10 g 10 g 4 g 7 g 0.6 g 0.01 g 1 g 0.3 g 120 g 10 g 10 g 1枚 2 g 2 g 1 g 1 g 0.3 g 0.3 g 0.3 g 0.4 g 0.01 g 0.8 g 0.2 g 0.3 g 0.01 g 0.1 g 50 g | 乳 油 おろしにんにく 豚かた 千切 にんじん 並塩 白こしょう たまねぎ にんじん マッシュルーム水煮 ハヤシルウ トマトケチャップ 中濃ソース パプリカ粉末 小麦粉 水 油 ワインナー えだまめ ホールコーン 並塩 白こしょう チキンブイヨン フルーツミックス缶 | ご飯(精米50/60/70g) 飲用牛乳200ml 油 豚かた 千切 にんじん 並塩 白こしょう たまねぎ にんじん マッシュルーム水煮 ハヤシルウ トマトケチャップ 中濃ソース パプリカ粉末 小麦粉 水 油 ワインナー えだまめ ホールコーン 並塩 白こしょう チキンブイヨン フルーツミックス缶 | 1個 1本 15 g 25 g 10 g 5 g 5 g 8 g 20 g 10 g 12 g 3 g 1 g 0.05 g 4 g 80 g 0.5 g 8 g 20 g 20 g 0.3 g 0.01 g 0.1 g 50 g | 乳 油 豚かた 千切 にんじん 並塩 白こしょう たまねぎ にんじん マッシュルーム水煮 ハヤシルウ トマトケチャップ 中濃ソース パプリカ粉末 小麦粉 水 油 ワインナー えだまめ ホールコーン 並塩 白こしょう チキンブイヨン フルーツミックス缶 | ご飯(精米50/60/70g) 飲用牛乳200ml 油 豚かた 千切 にんじん 並塩 白こしょう たまねぎ にんじん マッシュルーム水煮 ハヤシルウ トマトケチャップ 中濃ソース パプリカ粉末 小麦粉 水 油 ワインナー えだまめ ホールコーン 並塩 白こしょう チキンブイヨン フルーツミックス缶 | 1個 1本 15 g 25 g 10 g 5 g 5 g 8 g 20 g 10 g 12 g 3 g 1 g 0.05 g 4 g 80 g 0.5 g 8 g 20 g 20 g 0.3 g 0.01 g 0.1 g 50 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ゲンを記載しています。

卵・乳・麦・ソ・ピ・甲・実・果・魚・肉・他

上記の分類から、該当するアレルゲンに○をつけてください。（ソ:ソバ ピ:ピーナツ ピーナツ 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らる「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・貝類は「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)を使用していません、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。

*ソラガ・ピーナツ(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）

| 12月5日(金) | | | 12月8日(月) | | | 12月9日(火) | | | 12月10日(水) | | | | | |
|----------|--|--|----------|--|--|----------|---|------------------------------|-----------|--|--|----|--|--|
| アレルゲン | 食品名 | 分量 | アレルゲン | 食品名 | 分量 | アレルゲン | 食品名 | 分量 | アレルゲン | 食品名 | 分量 | | | |
| 乳製 | 食パン(小麦粉40/45/50g) ブルーベリージャム | 1個 | 乳製 | ご飯 牛乳 有機キャベツとさつま芋のみそ汁 コロコロぶりの竜田揚げ こんにゃくの甘辛炒め | 1個 | 乳製 | ご飯 はつ酵乳(プレーン) たまごスープ 揚げぎょうざ(2個) 生揚げのキムチ炒め | 1個 | 乳製 | 砂糖揚げパン 牛乳 野菜スープ チリビーンズ | 1本 | | | |
| 果物 | 牛乳 ロヒ・ケイット ハーブチキン きのこソテー | 1本 | 魚介 | | | 卵 | | | 魚介 | | | | | |
| 乳製 | 飲用牛乳200ml | 1本 | 油 | さつまいも キャベツ ながねぎ 赤みそ 白みそ かつおだし 水 | 25g 15g 4.5g 4.5g 2g 120g | 卵 | 干しこいたけ(せん切) 鶏卵 にんじん 並塩 | 15g 15g 7g 0.7g | 魚介 | ご飯(精米50/60/70g) はつ酵乳125ml(アーモンド・アーモンド) たまねぎ 干しこいたけ(せん切) 中華スープ しょようゆ 片栗粉 水 | 1個 | 乳製 | コッペパン(小麦粉50g) 油 グラニュー糖 飲用牛乳200ml | 1個 |
| 魚介 | じゃがいも さけ 白ワイン 並塩 白こしょう オールスパイス チキンブイヨン | 20g 20g 2g 0.6g 0.01g 0.01g | 油 | ぶり ぶり おろししょうが おろしにんにく しょようゆ | 50g 50g 0.3g 0.3g | 魚介 | 白こしょう 中華スープ しょようゆ 片栗粉 水 | 1g 1g 0.3g 120g | 魚介 | 白いりごま 中華スープ しま油 麦他肉 | 1個 | 乳製 | ワイン たまねぎ にんじん じゃがいも キヤベツ 並塩 白こしょう チキンブイヨン しょようゆ 白ワイン | 10g 20g 15g 30g 15g 0.5g 0.5g 0.02g 1g |
| 乳製 | 調理用牛乳 | 40g | 水 | みりん 米粉 片栗粉 | 1g 4g 4g | 実 | 白いりごま 中華スープ しま油 麦他肉 | 0.3g 0.5g | 魚介 | 白いりごま 中華スープ しま油 酒 | 2個 | 果物 | 水 白ワイン | 80g 0.5g |
| 乳製 | 米粉 | 100g | 油 | | | 他 | 生揚げ 油 | 4g | 魚介 | 生揚げ おろしにんにく 豚かた 小間 にんじん 糸こんにゃく 干しこいたけ(せん切) | 45g 0.3g 0.2g 10g 10g 30g | 他 | 乾燥バセリ 油 おろしにんにく 豚かた 挽き 豚かた 小間 たけのこ水煮レトルト はくさいキムチ 中華スープ 赤みそ 三温糖 みりん 一昧唐がらし 白いりごま こま油 | 0.5g 0.3g 0.2g 20g 2g 15g 10g 15g 1g 1.5g 0.7g 1g 0.5g 0.3g 0.3g 0.3g 0.3g |
| 肉 | 若鶏もも 切身50g オリーブ油 | 1切 0.5g | 油 | 豚かた 小間 にんじん 糸こんにゃく 干しこいたけ(せん切) | 0.5g 10g 30g | 魚介 | 中華スープ しょようゆ 片栗粉 水 | 0.5g 0.5g 0.3g 0.3g | 魚介 | 大豆 トマトケチャップ トマトピューレー 中濃ソース しょようゆ 並塩 チリパウダー | 25g 6g 6g 1g 1g 0.1g 0.05g 0.1g | | | |
| 果物 | 白ワイン 並塩 黒こしょう バジル ミジン ローレル粉末 油 | 0.3g 0.02g 0.08g 0.08g 0.08g 2g | 油 | 三温糖 しょようゆ みりん 糸こんにゃく 干しこいたけ(せん切) | 0.5g 0.3g 0.1g 30g 0.5g | 実 | 白いりごま こま油 | 0.01g 0.3g 0.3g | 魚介 | 大豆 トマトケチャップ トマトピューレー 中濃ソース しょようゆ 並塩 チリパウダー | 25g 6g 6g 1g 1g 0.1g 0.05g 0.1g | | | |
| 油 | オリーブ油 しめじ エリンギ マッシュルーム水煮 キャベツ ホールコーン チキンブイヨン 並塩 しょようゆ 酒 | 0.5g 10g 10g 10g 20g 8g 0.1g 0.2g 0.8g 1g | 油 | | | 実 | | | 魚介 | | | 果物 | | |

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）

×モ

アレルギー用詳細献立表(予定)

令和7年

小学校(中学年)

| 12月17日(水) | | | 12月18日(木) | | | 12月19日(金) | | | 12月22日(月) | | |
|------------|--------------------------------|---------------------|-----------|------------------------------|--------------|----------------|--|--------------|-----------|------------------------------|--------------|
| アレルゲン | 食品名 | 分量 | アレルゲン | 食品名 | 分量 | アレルゲン | 食品名 | 分量 | アレルゲン | 食品名 | 分量 |
| ご飯 | ご飯 | | ご飯 | ご飯 | | ご飯 | ご飯 | | ご飯 | ご飯 | |
| 牛乳 | 牛乳 | | 牛乳 | 牛乳 | | はつ酵乳(いちご) | 牛乳 | | 牛乳 | 牛乳 | |
| 大根スープ | かき玉汁 | | かき玉汁 | かき玉汁 | | わかめと豆腐のみそ汁 | かぼちゃのみぞ汁 | | かぼちゃのみぞ汁 | かぼちゃのみぞ汁 | |
| ルー・ローハンの具 | あじフライ | | あじフライ | あじフライ | | 鶏肉の唐揚げ | たらのみぞれあん | | たらのみぞれあん | たらのみぞれあん | |
| カラフルゼリーポンチ | ソース | | ソース | ソース | | にんじんとれんこんのツナ金平 | ひじき入りサラダ | | ひじき入りサラダ | ひじき入りサラダ | |
| 柑橘ドレッシング | 肉じゃが | | | | | | | | | | |
| アレルゲン | 食品名 | 分量 | アレルゲン | 食品名 | 分量 | アレルゲン | 食品名 | 分量 | アレルゲン | 食品名 | 分量 |
| 乳 | ご飯(精米50/60/70g) 飲用牛乳200ml | 1個 1本 | 乳 | ご飯(精米50/60/70g) 飲用牛乳200ml | 1個 1本 | 乳他果 | ご飯(精米50/60/70g) 手づ酵乳125ml(ミルク・ストロー・リード) | 1個 1本 | 乳 | ご飯(精米50/60/70g) 飲用牛乳200ml | 1個 1本 |
| 油 | おろしにんにく 若鶏もも こま | 0.5g 0.7g | 油 | たいこん えのきたけ | 10g 9g | 卵 | 生わかめ 豆腐 | 5g 30g | 肉 | かぼちゃ たまねぎ | 25g 15g |
| 肉 | だいこん にんじん 並塩 | 15g 25g 10g | 肉 | 干ししいたけ(せん切) 鶏卵 | 0.7g 15g | 卵 | ながねぎ 赤みそ | 8g 4.5g | 魚 | たまねぎ 赤みそ | 5g 4.5g |
| 魚他肉 | オイスター・ソース | 0.5g | 魚 | 並塩 しょうゆ | 0.8g 0.3g | 魚 | 白みそ かつおだし | 4.5g 2.9g | 他 | 油揚げ 赤みそ | 5g 4.5g |
| 魚他肉 | 中華スープ | 0.8g | 魚 | 酒 | 1g | 魚 | かつおだし 水 | 120g | 魚 | かつおだし 水 | 2.9g 120g |
| 魚他肉 | 水 | 1g | 魚 | 片栗粉 | 1g | 魚 | 若鶏もも 切身50g | | 魚 | たら50g | |
| 魚他肉 | こま油 | 120g | 魚 | かつおだし | 2g | 魚 | おろしにんにく | 0.3g | 魚 | 並塩 | 0.1g |
| 魚他肉 | 油 | 0.5g | 魚 | 水 | 120g | 魚 | 並塩 | 0.3g | 魚 | 米粉 | 4g |
| 卵 | おろししょうが おろしにんにく 豚もも 2cm角 | 0.4g 0.4g 35g | 卵 | こまつな あじフライ40g | 10g 1枚 | 卵 | 白こしょう | 0.02g | 魚 | 片栗粉 | 4g |
| 卵 | たまねぎ たけのこ水煮トマト | 10g | 卵 | 油 | 0.5g | 卵 | 酒 | 2g | 魚 | 油 | 4g |
| 卵 | うずら卵 こまつな | 20g 5g | 卵 | グラス付ソース | 6g | 卵 | 米粉 | 4g | 魚 | だいこんおろし | 8g |
| 卵 | 酒 | 1g | 卵 | 油 | 0.5g | 卵 | 片栗粉 | 4g | 魚 | 三温糖 | 0.5g |
| 卵 | しょうゆ | 3g | 卵 | おろししょうが | 0.3g | 卵 | 油 | 0.5g | 魚 | しょうゆ | 3g |
| 卵 | 三温糖 | 3g | 卵 | 豚かた 小間 | 20g | 卵 | れんこん | 10g | 魚 | みりん | 1.5g |
| 卵 | オイスター・ソース | 2g | 卵 | たまねぎ | 15g | 卵 | にんじん | 15g | 魚 | 片栗粉 | 0.4g |
| 水 | 水 | 10g | 卵 | にんじん じゃがいも | 10g | 卵 | しらたき | 12g | 魚 | 水 | 10g |
| 片栗粉 | 片栗粉 | 0.5g | 卵 | さやいんげん 並塩 | 35g 0.1g | 魚 | ツナフレーク | 10g | 他 | もやし | 15g |
| 片栗粉 | カラフルゼリー りんご缶ダイス | 30g 20g | 卵 | 三温糖 しょうゆ | 5g 2g | 魚 | 酒 | 1g | 他 | にんじん | 7g |
| 片栗粉 | | | 卵 | 三温糖 しょうゆ | 3g 3g | 魚 | 三温糖 味唐がらし | 3g | 他 | キャベツ | 25g |
| 片栗粉 | | | 卵 | みりん | 1g | 魚 | 白いりごま | 0.01g | 果 | 干しひじき | 1g |
| 片栗粉 | | | | | | 実 | ごま油 | 0.5g | 果 | 柑橘ドレッシング | 5g |

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）

| 12月23日(火) | | | 12月24日(水) | | | | | | | | |
|-----------|-----------------------|--------|---------------|-----------------|--------|-------|-----|----|-------|-----|----|
| アレルゲン | 食品名 | 分量 | アレルゲン | 食品名 | 分量 | アレルゲン | 食品名 | 分量 | アレルゲン | 食品名 | 分量 |
| 肉他 | クリスマスピラフ(精米50/60/70g) | 1個 | 乳 | ご飯(精米50/60/70g) | 1個 | | | | | | |
| 乳 | 飲むヨーグルト(フレッシュ)150ml | 1本 | 油 | 飲用牛乳200ml | 1本 | | | | | | |
| 油 | | 0.8 g | 肉 | 若鶏もも こま | 0.2 g | | | | | | |
| 肉 | 若鶏もも 皮付 2cm角 | 20 g | にんじん | にんじん | 15 g | | | | | | |
| たまねぎ | | 40 g | だいこん | だいこん | 15 g | | | | | | |
| にんじん | | 15 g | さといも | さといも | 20 g | | | | | | |
| かぶ | | 30 g | こぼう | こぼう | 5 g | | | | | | |
| 並塩 | | 0.5 g | 板こんにゃく | 板こんにゃく | 10 g | | | | | | |
| 白こしょう | | 0.02 g | ながねぎ | ながねぎ | 0.5 g | | | | | | |
| チキンブイヨン | | 1 g | 並塩 | 並塩 | 0.4 g | | | | | | |
| 乳 | チキンブイヨン | 40 g | しょうゆ | しょうゆ | 4 g | | | | | | |
| 調理用牛乳 | | | 酒 | 酒 | 1 g | | | | | | |
| 米粉 | | | かつおだし | かつおだし | 2 g | | | | | | |
| 水 | | | 水 | 水 | 100 g | | | | | | |
| 乳 | 生クリーム | | 魚 | いか50g | 1切 | | | | | | |
| 乾燥バセリ | | 0.03 g | 調理用ノンエッグマヨネーズ | 調理用ノンエッグマヨネーズ | 8 g | | | | | | |
| 油 | | 0.5 g | 赤みそ | 赤みそ | 3 g | | | | | | |
| バラベーコン | | 8 g | みりん | みりん | 1 g | | | | | | |
| ほうれんそう | | 15 g | 一味唐がらし | 一味唐がらし | 0.01 g | | | | | | |
| 卵 | 炒りたまご | 15 g | 油 | 油 | 2 g | | | | | | |
| ホールコーン | | 10 g | 豚かた 挽き | 豚かた 挽き | 0.5 g | | | | | | |
| しめじ | | 10 g | にんじん | にんじん | 20 g | | | | | | |
| しょうゆ | | 1 g | 高野豆腐(凍り豆腐) | 高野豆腐(凍り豆腐) | 10 g | | | | | | |
| チキンブイヨン | | 0.2 g | 三温糖 | 三温糖 | 6 g | | | | | | |
| 白こしょう | | 0.02 g | しょうゆ | しょうゆ | 2 g | | | | | | |
| 他 | ココア&いちごの米粉ケーキ30g | 1個 | みりん | みりん | 3 g | | | | | | |
| | | | | | 1 g | | | | | | |

メモ