

アレルギー用詳細献立表(予定) 中学校（中学）

年 組 生徒名

令和7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	砂糖揚げパン		ご飯	ご飯		ご飯	ご飯	
はつ酵乳(プレーン)	牛乳		牛乳	牛乳		牛乳	牛乳		牛乳	牛乳	
たまごスープ	ポークカレー		野菜スープ			有機キャベツ	有機キャベツとさつま芋のみそ汁		有機キャベツ	有機キャベツとさつま芋のみそ汁	
揚げぎょうざ(3個)	グリーンサラダ		チリビーンズ			コロコロぶりの竜田揚げ	コロコロぶりの竜田揚げ		コロコロぶりの竜田揚げ	コロコロぶりの竜田揚げ	
生揚げのキムチ炒め	ナムルドレッシング		桃ゼリー			こんにゃくの甘辛炒め	こんにゃくの甘辛炒め		こんにゃくの甘辛炒め	こんにゃくの甘辛炒め	
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80g) はつ酵乳125ml(ヨーグルト)	1個 1本	乳	ご飯(精米80g) 飲用牛乳200ml	1個 1本	乳	コッペパン(小麦粉60g) 油	1個 10.08 g	乳	ご飯(精米80g) 飲用牛乳200ml	1個 1本
卵	たまねぎ 干ししいたけ(千切)	18.9 g 0.88 g	卵	おろしにんにく 豚かた 小間	1.01 g 44.1 g	卵	グラニュー糖 飲用牛乳200ml	12.6 g 0.63 g	卵	さつまいも キャベツ	31.5 g 6.3 g
魚他肉	鶏卵 にんじん 並塩	18.9 g 8.82 g 0.88 g	卵	たまねぎ にんじん	63 g 25.2 g	魚	ワインナー たまねぎ にんじん	12.6 g 25.2 g 18.9 g	魚	ながねぎ 赤みそ	6.3 g 5.67 g
魚他肉	白こしょう 中華スープ しょうゆ 片栗粉	0.01 g 1.26 g 0.38 g 1.26 g	麦他	じゃがいも カレールウ カレー粉	63 g 21.42 g 0.25 g	魚	じゃがいも キャベツ	37.8 g 18.9 g	魚	白みそ かつおだし	5.67 g 2.52 g
実	水	151.2 g	他	トマトケチャップ 中濃ソース	3.78 g 1.26 g	魚	並塩 白こしょう	0.63 g 0.03 g	魚	水 ぶり	151.2 g 63 g
麦他肉	白いりごま ごま油	0.38 g 0.63 g	他	並塩 白こしょう	0.13 g 0.04 g	果	チキンブイヨン しょうゆ 白ワイン	1.26 g 0.38 g 0.63 g	魚	おろししょうが おろしにんにく しょうゆ	0.38 g 0.38 g 2.52 g
他	きょうざ16g 油	0.9 g	油	水 キャラベツ	100.8 g 50.4 g	果	水 乾燥バセリ	100.8 g 0.06 g	魚	酒 みりん	1.26 g 1.26 g
魚他肉	生揚げ 油 おろしにんにく おろししょうが 豚かた 小間 たけのこ水煮トトロ はくさいキムチ 中華スープ 赤みそ 三温糖 酒 しょうゆ コチュジャン 片栗粉 ごま油	56.7 g 0.38 g 0.25 g 0.25 g 18.9 g 12.6 g 18.9 g 1.26 g 1.89 g 0.88 g 1.26 g 0.63 g 0.13 g 1.89 g 0.63 g	他	さやいんげん えだまめ ナムルドレッシング 桃ゼリー70g	6.3 g 10.08 g 6.3 g 1個	他	油 おろしにんにく 豚かた 挽き	0.63 g 0.38 g 25.2 g	魚	油 豚かた 小間 にんじん 糸こんにゃく 干ししいたけ(千切)	7.56 g 12.6 g 12.6 g 37.8 g 0.63 g
魚他肉						他	乾燥大豆 たまねぎ	2.52 g 18.9 g	魚	トマトケチャップ トマトピューレー	7.56 g 7.56 g
						他	大豆 しょうゆ	31.5 g 1.26 g	魚	中濃ソース しょうゆ	1.26 g 3.78 g
						他	しょうゆ 並塩	1.26 g 0.13 g	魚	みりん 一味唐がらし	0.01 g 1.26 g
						他	チリパウダー チキンブイヨン	0.06 g 0.13 g	魚	白いりごま ごま油	0.38 g 0.38 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ことで、契約の期間が変わる「月契約」の2種類あります。)

※大豆などの豆類は「他」、ごまは「麦」、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)を使用していないなくても、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。

「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

中学校（中学）

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			
ご飯	ご飯		ご飯	ご飯		食パン	食パン(小麦粉60g)	1個	ご飯	ご飯(精米80g)	1個			
牛乳	牛乳		牛乳	牛乳		フルーベリージャム	フルーベリージャム10g	1.26個	はつ酵乳(ブレーン)	はつ酵乳(ブレーン)	1本			
スンドウプチゲ	うめっこかす汁		うめっこかす汁	うめっこかす汁		牛乳	牛乳	1.01g	ハヤシシチュー	ハヤシシチュー	0.63g			
切り干し大根の炒めナムル	さばの塩焼		さばの塩焼	さばの塩焼		ロビ・ケイット	ロビ・ケイット	0.25g	コロコロソテー	コロコロソテー	0.25g			
りんご	お浸し		お浸し	お浸し		ハーブチキン	ハーブチキン	0.01g	フルーツミックス	フルーツミックス	0.01g			
しょうゆ	しょうゆ		きのこソテー	きのこソテー										
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80g) 飲用牛乳200ml	1個 1本	乳	ご飯(精米80g) 飲用牛乳200ml	1個 1本	乳	食パン(小麦粉60g) フルーベリージャム10g	1.26個	乳	ご飯(精米80g) はつ酵乳125ml(ブレーン)	1個 1本			
他	ごま油 おろしにんにく 豚かた 千切 はくさいキムチ 冷凍豆腐 ながねぎ はくさい えのきたけ 中華スープ	0.63g 0.63g 37.8g 12.6g 37.8g 6.3g 25.2g 7.56g 1.01g	他	豚かた 千切 だいこん にんじん ながねぎ なめじ 白みそ 白みそ 酒かす かつおだし 水	18.9g 31.5g 6.3g 6.3g 6.3g 10.08g 0.38g 2.52g 2.52g 151.2g	魚	たまねぎ にんじん じやがいも 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 調理用牛乳	25.2g 25.2g 2.52g 0.76g 0.01g 0.01g 1.26g 50.4g 126g	魚	たまねぎ にんじん じやがいも 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 調理用牛乳	25.2g 25.2g 2.52g 0.76g 0.01g 0.01g 1.26g 50.4g 126g	他	ごま油 おろしにんにく 豚かた 千切 並塩 白こしょう 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 しょうゆ パブリカ粉末	0.63g 0.63g 44.1g 0.25g 0.01g 63g 25.2g 12.6g 15.12g 1.26g 1.26g
魚	魚他肉 魚 和風だしの素 赤みそ しょうゆ コチュジャン 水	0.5g 7.56g 0.38g 0.13g 126g	魚	さば薄塩(60g)	1.26g	乳	米粉 生クリーム 乾燥バセリ	2.52g 6.3g 0.04g	乳	米粉 生クリーム 乾燥バセリ	2.52g 6.3g 0.04g	麦	小麦粉 水	5.04g 100.8g
他	油 バラベーコン にんじん 切り干しだいこん にら 並塩 黒こしょう しょうゆ 酒 ごま油 りんご	0.63g 10.08g 12.6g 7.56g 3.78g 0.25g 0.01g 2.52g 2.52g 0.38g 176個	他	こまつな 白こんにゃく もやし グラス付じょうゆ	31.5g 18.9g 25.2g 3.15g	肉	若鶏もも 切身(60g) オリーブ油	1切 0.63g	肉	若鶏もも 切身(60g) オリーブ油	1切 0.63g	他	ウインナー えだまめ ホルコン 並塩 黒こしょう バジル ジン ローレル粉末 油	10.08g 25.2g 25.2g 0.38g 0.03g 0.1g 0.1g 2.52g
果						果	白ワイン	0.52g	果	白ワイン	0.52g	果	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 ホールコン チキンブイヨン 並塩 しょうゆ 酒	12.6g 12.6g 12.6g 25.2g 10.08g 0.13g 0.25g 1.01g 1.26g

メモ

アレルギー用詳細献立表(予定)

令和7年

中学校（中学）

12月11日(木)			12月12日(金)			12月15日(月)			12月16日(火)		
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	1個	ご飯	ご飯	1個	ご飯	ご飯	1個	ご飯	ご飯	1個
牛乳	牛乳	1本	牛乳	牛乳	1本	牛乳	牛乳	1本	牛乳	牛乳	1本
具たくさん汁	春雨スープ		具たくさん汁	豚肉のねぎ塩だれ		具たくさん汁	中華どんの具		具たくさん汁	はつ酵乳(いちご)	
いかのみそマヨ焼	みかん		いかのみそマヨ焼	みかん		いかのみそマヨ焼	中華サラダ		いかのみそマヨ焼	わかめと豆腐のみそ汁	
高野豆腐のそぼろ煮			高野豆腐のそぼろ煮			高野豆腐のそぼろ煮	中華ドレッシング		高野豆腐のそぼろ煮	鶏肉の唐揚げ	
							レモンゼリー				にんじんとれんこんのツナ金平
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80g) 飲用牛乳200ml	1個 1本	乳	ご飯(精米80g) 飲用牛乳200ml	1個 1本	乳	ご飯(精米80g) 飲用牛乳200ml	1個 1本	乳他果	ご飯(精米80g) はつ酵乳125ml(レモンゼリー)	1個 1本
油	0.63 g		油	0.63 g		油	0.63 g		油	生わかめ	6.3 g
肉	若鶏もも こま にんじん だいこん さといも ごぼう 板こんにゃく ながねぎ 並塙	18.9 g 12.6 g 18.9 g 25.2 g 6.3 g 12.6 g 0.5 g	肉	若鶏もも こま にんじん 緑豆はるさめ えのきだけ 並塙	12.6 g 12.6 g 5.04 g 8.82 g 0.76 g	肉	おろしにんにく おろししょうが 豚かた 小間 えのきだけ 並塙	12.6 g 0.38 g 18.9 g 37.8 g 18.9 g	肉	豆腐	37.8 g
酒	5.04 g		酒	1.26 g		酒	15.12 g		酒	なかねぎ	5.67 g
かつおだし	1.26 g		水	1.26 g		水	25.2 g		水	赤みそ	5.67 g
水	2.52 g		水	0.38 g		水	2.52 g		水	白みそ	2.52 g
魚	126 g		魚	151.2 g		魚	27.72 g		魚	かつおだし	151.2 g
いが(60g)			いが(60g)			いが(60g)			いが(60g)	水	
調理用ノンエッグマヨネーズ	10.08 g		米酢	2.52 g		卵	0.03 g		卵	若鶏もも 切身(60g)	1切
赤みそ	3.78 g		油	2.52 g		卵	0.38 g		卵	おろしにんにく	0.38 g
みりん	1.26 g		こま油	1.26 g		卵	1.01 g		卵	並塙	0.38 g
一味唐がらし	0.01 g		おろしにんにく	0.38 g		卵	0.03 g		卵	白こしょう	0.03 g
油	2.52 g		おろししょうが	0.38 g		卵	0.38 g		卵	酒	2.52 g
油	0.63 g		ながねぎ	10.08 g		魚他肉	1.26 g		魚	米粉	5.04 g
豚かた 挽き	25.2 g		並塙	0.5 g		魚他肉	1.26 g		魚	片栗粉	5.04 g
にんじん	12.6 g		黒こしょう	0.01 g		魚他肉	4.41 g		魚	油	5.04 g
高野豆腐(凍り豆腐)	7.56 g		三温糖	1.01 g		魚他肉	25.2 g		魚	油	0.63 g
三温糖	2.52 g		酒	1.51 g		魚他肉	0.88 g		魚	れんこん	12.6 g
しょうゆ	3.78 g		ゆず果汁	1.01 g		魚他肉	37.8 g		魚	にんじん	18.9 g
みりん	1.26 g		水	6.3 g		魚他肉	7.56 g		魚	しらたき	15.12 g
			果			魚他肉	18.9 g		魚	ツナフレーク	
			果			魚他肉	0.38 g		魚	酒	
			果			魚他肉	0.38 g		魚	しょうゆ	
			果			魚他肉	6.3 g		魚	三温糖	
			果			魚他肉	1個		魚	一味唐がらし	
									実	白いりごま	0.01 g
									実	ごま油	0.63 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）

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		横割り丸パン	横割り丸パン		クリスマスピラフ	クリスマスピラフ	
牛乳	牛乳		牛乳	牛乳		牛乳	牛乳		飲むヨーグルト	飲むヨーグルト	
かき玉汁	大根スープ		大根スープ	豆とトマトのスープ		豆とトマトのスープ	豆とトマトのスープ		かぶのホワイトシチュー	かぶのホワイトシチュー	
あじフライ	ルーローハンの具		ルーローハンの具	ハンバーグのガーリックソース		ハンバーグのガーリックソース	ハンバーグのガーリックソース		ミモザソテー	ミモザソテー	
ソース	カラフルゼリーポンチ		カラフルゼリーポンチ	ツナクリームパスタ		ツナクリームパスタ	ツナクリームパスタ		ココア&いちごの米粉ケーキ	ココア&いちごの米粉ケーキ	
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80g) 飲用牛乳200ml	1個 1本	乳	ご飯(精米80g) 飲用牛乳200ml	1個 1本	乳	横割り丸パン(小麦粉60g) 飲用牛乳200ml	1個 1本	他肉	クリスマスピラフ(精米80g) 飲むヨーグルト(アレルギー150ml)	1個 1本
卵	たいこん えのきだけ 干ししいたけ(千切)	12.6g 11.34g 0.88g	肉	油 おろしにんにく 若鶏もも こま	0.63g 0.88g 18.9g	肉	オーリーブ油 おろしにんにく 豚かた 0.5cm角	0.63g 0.38g 18.9g	肉	油 若鶏もも 皮付 2cm角	1.01g 25.2g
魚	鶏卵 並塩 しょうゆ 酒 片栗粉 かつおだし 水	1.01g 0.38g 1.26g 1.26g 2.52g 151.2g	魚他肉	にんじん 並塩 オイスターソース 酒 中華スープ 水	12.6g 0.63g 1.01g 1.26g 1.26g 151.2g	肉	にんじん 豚こしあわせ 粗びき	18.9g 0.01g 18.9g	肉	たまねぎ にんじん 大豆 セロリ トマト缶ダイス トマトケチャップ	10.08g 15.12g 2.52g 25.2g 3.78g
麦	麦(精米80g)	1個	魚	こま油	0.63g	他	白こしあわせ チキンブイヨン しょうゆ	0.76g 0.01g 0.38g	乳	白こしあわせ チキンブイヨン 生クリーム 乾燥バセリ	1.26g 50.4g 100.8g 0.04g
魚	あじフライ(60g)	1枚	油	油 おろししょうが おろしにんにく	0.63g 0.5g 0.5g	他	パンパージ(60g)	12.6g	乳	油 バラベーコン ほうれんそう	0.63g 10.08g
他果	グラス付ソース 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 さやいんげん 並塩 三温糖 しょうゆ みりん	6.3g 0.63g 0.38g 25.2g 18.9g 12.6g 44.1g 6.3g 0.13g 2.52g 3.78g 1.26g	卵	豚かも 2cm角 たまねぎ たけのこ水煮レトルト うずら卵 うすら卵 こまつな 酒 三温糖 オイスターソース 水 片栗粉	44.1g 12.6g 12.6g 25.2g 25.2g 6.3g 1.26g 3.78g 3.78g 2.52g 12.6g 0.63g	肉	三温糖 中濃ソース みりん 白こしあわせ 片栗粉 水	1.89g 3.78g 1.26g 0.01g 0.38g 15.12g	卵	炒りたまねぎ ホールコン しめじ しょうゆ チキンブイヨン 白こしあわせ	18.9g 12.6g 12.6g 1.26g 0.25g 0.03g
			他果	カラフルゼリー りんご缶ダイス	37.8g 25.2g	乳	ショートパスタ ブジッリ	15.12g	他	ココア&いちごの米粉ケーキ30g	1個
						魚	油 ツナフレーク はくさい ブロッコリー	0.25g 10.08g 18.9g 10.08g			
						乳	調理用牛乳 チキンブイヨン 粉チーズ 並塩	12.6g 0.25g 0.63g 0.25g			
						乳	黒こしあわせ 粗びき 生クリーム	0.01g 2.52g			

メモ

アレルギー用詳細献立表(予定)

令和7年

中学校（中学）

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						
ご飯	ご飯	1個	ご飯	ご飯	1個						
牛乳	牛乳	1本	牛乳	牛乳	1本						
かぼちゃのみそ汁	キャベツと鶏肉の和風スープ		かぼちゃのみそ汁	キャベツと鶏肉の和風スープ							
たらのみぞれあん	ちくわの磯辺揚げ(2本)		たらのみぞれあん	ちくわの磯辺揚げ(2本)							
ひじき入りサラダ	もやしのカレー炒め		ひじき入りサラダ	もやしのカレー炒め							
柑橘ドレッシング			柑橘ドレッシング								
乳	ご飯(精米80g) 飲用牛乳200ml	1個 1本	乳	ご飯(精米80g) 飲用牛乳200ml	1個 1本						
かぼちゃ	かぼちゃ	31.5 g	肉	若鶏もも ごま	18.9 g						
たまねぎ	たまねぎ	18.9 g	キャベツ	キャベツ	31.5 g						
他	油揚げ	6.3 g	にんじん	にんじん	10.08 g						
	ながねぎ	6.3 g	ながねぎ	ながねぎ	10.08 g						
	赤みそ	5.67 g	かつおだし	かつおだし	2.52 g						
	白みそ	5.67 g	酒	酒	2.52 g						
	かつおだし	2.52 g	並塩	並塩	0.76 g						
魚	たら(70g)	1切	しょうゆ	しょうゆ	2.52 g						
	並塩	0.13 g	水	水	151.2 g						
	米粉	5.04 g	おろししょうが	おろししょうが	0.38 g						
	片栗粉	5.04 g	焼きちくわ25g	焼きちくわ25g	2本						
	油	5.04 g	小麦粉	小麦粉	10.08 g						
	だいこんおろし	10.08 g	あおさ粉	あおさ粉	0.13 g						
	三温糖	0.63 g	並塩	並塩	0.13 g						
	しょうゆ	3.78 g	油	油	7.56 g						
	みりん	1.89 g	豚かた 挽き	豚かた 挽き	0.63 g						
	片栗粉	0.5 g	にんじん	にんじん	18.9 g						
	水	12.6 g	たまねぎ	たまねぎ	12.6 g						
他	もやし	18.9 g	もやし	もやし	18.9 g						
	にんじん	8.82 g	しょうゆ	しょうゆ	37.8 g						
	キャベツ	31.5 g	並塩	並塩	1.89 g						
	干しひじき	1.26 g	酒	酒	0.13 g						
果	柑橘ドレッシング	6.3 g	和風だしの素	和風だしの素	1.26 g						
			三温糖	三温糖	0.25 g						
			カレー粉	カレー粉	0.25 g						

メモ