

アレルギー食品使用予定献立表

令和6年 小学校(中学年)

年 組 児童名

5月1日(水)			5月2日(木)			5月7日(火)			5月8日(水)		
① ご飯			① 背割りコッペパン			① たけのご飯			① ご飯		
② 牛乳			② ミルクヨーグルト			② 飲むヨーグルト			② 牛乳		
③ なめこのみそ汁			③ クリームシチュー			③ すまし汁			③ めかばスープ		
④ メンチカツ			④ 焼きフランク			④ ぶりと大豆のみそがらめ			④ 鶏肉の唐揚げ		
⑤ ゆで野菜			⑤ カラフルサラダ			⑤ 冷凍みかん			⑤ 生揚げと野菜のみそ炒め		
⑥ 和風ドレッシング			⑥ イタリアンドレッシング								
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
①		ご飯 (精米60/70/80g)	1 個	①	乳麦	背割りコッペパン (小麦粉40/45/50g)	1 個	①	他	たけのご飯 (たけのこ、にんじん、油揚げ、 精米60/70/80g)	1 個
②	乳	飲む牛乳200ml	1 本	②	乳	ミルクヨーグルト200ml	1 本	②	乳	飲むヨーグルト150ml	1 本
③	他	なめこのみそ煮	15 g	③	魚他	油	0.5 g	③	魚他	かぶと型がまほこ	10 g
	他	豆腐	30 g			おろしにんにく	0.2 g			にんじん	10 g
	他	ながねぎ	8 g			ベーコン	10 g			たまねぎ	25 g
	他	油揚げ	5 g			たまねぎ	40 g			めかば	2.5 g
		生わかめ	5 g			にんじん	20 g			干しいたけ(せん切)	0.7 g
		赤みそ	4.5 g			じゃがいも	35 g			ながねぎ	7 g
		白みそ	4.5 g			塩	0.7 g			塩	0.9 g
		かつおだし	2 g			塩	0.3 g		魚	オイスターソース	1 g
		水	120 g			白こしょう	0.02 g		魚他	酒	1 g
④	麦他	メンチカツ50g	1 個		乳	チキンフィヨン	1 g			中華スープ	2 g
		油	4 g			調理用牛乳	40 g			水	120 g
		キャベツ	30 g			米粉	4 g	④	魚	ごま油	0.5 g
		にんじん	10 g			水	80 g			若鶏もも 切身50g	1 切
	他	もやし	15 g	④	乳	生クリーム	8 g			塩	0.3 g
		さやいんげん	5 g			ラジクラルド(ロング)40g	1 本			白こしょう	0.02 g
		和風ドレッシング	5 g			油	1 g			米粉	4 g
				⑤		キャベツ	35 g			片栗粉	4 g
						赤ピーマン	5 g		他	大豆	25 g
						ホールコーン	10 g			赤みそ	3 g
						さやいんげん	10 g			みりん	3 g
				⑥	他	イタリアンドレッシング	5 g			三温糖	2 g
								⑤	果	水	2 g
										冷凍みかん	1 個
										酒	1 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。

\*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。



アレルギー食品使用予定献立表

令和6年

小学校(中学年)

5月9日(木)				5月10日(金)				5月13日(月)				5月14日(火)			
①	ご飯			①	横割り丸パン			①	ご飯			①	ご飯		
②	牛乳			②	牛乳			②	牛乳			②	はっ酵乳		
③	豚汁			③	コーンクリームチャウダー			③	ワンタンスープ			③	ポークストロガノフ		
④	いかの照り焼			④	ハンバーグのデミグラスソース			④	豚肉のねぎ塩だれ			④	ココロソテー		
⑤	切り干し大根のマヨあえ			⑤	ツナポテト			⑤	刻み昆布の炒め物			⑤	メロン		
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60/70/80g)	1 個	①	乳麦	横割り丸パン (小麦粉40/45/50g)	1 個	①		ご飯 (精米60/70/80g)	1 個	①		ご飯 (精米60/70/80g)	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	はっ酵乳(25ml(シリアアレーン))	1 本
③		油	0.5 g	③	乳	調理用バター	1 g	③	他	油	8 g	③		油	1 g
		おろししょうが	0.2 g			にんじん	8 g			若鶏むね こま	10 g			おろしにんにく	0.3 g
		豚かた 小間	30 g			たまねぎ	10 g			にんじん	10 g			豚かた 小間	40 g
		にんじん	10 g			ホールコーン	10 g			こまつな	15 g			たまねぎ	60 g
		だいこん	20 g			クリームコーン缶	30 g			もやし	20 g			にんじん	20 g
		じゃがいも	20 g			塩	0.8 g			ながねぎ	7 g			マツシユルム水煮	15 g
		ごぼう	5 g			白こしょう	0.02 g			中華スープ	2 g			塩	0.6 g
		豆腐	20 g			チキンフイヨン	1 g			しょうゆ	2 g			白こしょう	0.02 g
	他	糸こんにゃく	10 g		乳	調理用牛乳	30 g			塩	0.7 g			トマトケチャップ	15 g
		ながねぎ	5 g			米粉	2 g			白こしょう	0.02 g			トマトピューレー	10 g
		白みそ	9 g			水	100 g			水	120 g			中濃ソース	3 g
		かつおだし	2 g			生クリーム	5 g			豚かたローズ切身50g	1 枚			生クリーム	4 g
		水	100 g		他	ハンバーグ50g	1 個			酒	2 g			米粉	4 g
④	魚	いか50g	1 切	④	他	油	2 g			米酢	2 g			チキンフイヨン	1 g
		酒	0.8 g		麦他	デミグラスソース	8 g			油	1 g			水	80 g
		しょうゆ	4 g			三温糖	1 g			ごま油	1 g			油	0.5 g
		みりん	0.4 g			塩	0.1 g			おろしにんにく	0.2 g			ワインナー	8 g
		油	1.2 g			しょうゆ	1 g			おろししょうが	0.3 g			えだまめ	25 g
⑤		油	0.5 g		果	白ワイン	1 g			ながねぎ	8 g			ホールコーン	20 g
		若鶏むね こま	10 g			片栗粉	0.4 g			塩	0.4 g			にんじん	7 g
		にんじん	7 g			水	10 g			黒こしょう	0.01 g			塩	0.2 g
		切り干しだいこん	7 g			油	0.5 g			三温糖	0.8 g			白こしょう	0.01 g
		三温糖	1.5 g		⑤	たまねぎ	10 g			酒	2 g			しょうゆ	0.2 g
		しょうゆ	2 g			ツナフレーク	12 g			ごま油	0.2 g			メロン	17/16 個
		みりん	1 g		魚	さやいんげん	5 g			にんじん	10 g				
		調理用ノンエッグマヨネーズ	6 g			じゃがいも	45 g			刻み昆布	1.5 g				
						塩	0.3 g			さつま揚げ	10 g				
						白こしょう	0.01 g			糸こんにゃく	12 g				
										酒	1 g				
										三温糖	1 g				
										しょうゆ	2 g				

アレルギー食品使用予定献立表

令和6年 小学校(中学年)

5月15日(水)				5月16日(木)				5月17日(金)				5月20日(月)					
①	ご飯			①	ご飯			①	ご飯			①	ご飯				
②	牛乳			②	牛乳			②	牛乳			②	牛乳				
③	あぶ玉どんの具			③	どさんこ汁			③	ビーンズカレー			③	青菜とさつま揚げのみそ汁				
④	コロッケ			④	かつおの竜田揚げ			④	キャベツとコーンのソテー			④	さわらのごまだれかけ				
⑤	お浸し			⑤	小松菜ともやしの炒め物			⑤	フルーツとゼリーのポンチ			⑤	生揚げのにんにくしょうゆ炒め				
⑥	しょうゆ																
献立	アレルゲン	食品名	分量	献立	アレルゲン	食品名	分量	献立	アレルゲン	食品名	分量	献立	アレルゲン	食品名	分量		
①		ご飯 (精米60/70/80g)	1 個	①		ご飯 (精米60/70/80g)	1 個	①		ご飯 (精米60/70/80g)	1 個	①		ご飯 (精米60/70/80g)	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		油	0.8 g	③		じゃがいも	30 g	③		油	0.8 g	③		にんじん	10 g		
		豚かた 小間	25 g			にんじん	10 g			おろしにんにく	0.3 g		魚	さつま揚げ	10 g		
		たまねぎ	50 g			なかねぎ	5 g			若鶏むね 2cm角	20 g			板こんにゃく	10 g		
		にんじん	20 g			板こんにゃく	8 g			たまねぎ	50 g			白みそ	9 g		
		干しいたけ(せん切)	0.7 g			だいこん	20 g			にんじん	15 g			かつおだし	2 g		
	他	油揚げ	10 g			さやいんげん	5 g		他	じゃがいも	40 g			水	120 g		
		グリーンピース	8 g			ホールコーン	10 g		他	大豆	10 g		魚	こまつな	15 g		
		三温糖	2 g			白みそ	8.5 g		他	えだまめ	10 g		④	魚	さわら50g	1 切	
		しょうゆ	5 g			かつおだし	2 g		他	カレールー	17 g			油	1 g		
		みりん	1 g		乳	調理用バター	1 g		他	カレー粉	0.2 g		実	白練りごま	1.5 g		
		チキンブイヨン	0.5 g		④	魚	水	120 g		他	トマトケチャップ	3 g			三温糖	1.5 g	
	卵	水	10 g			かつお40g	1 切		他	中濃ソース	1 g			しょうゆ	2 g		
	④	麦	液卵			酒	1 g		他	塩	0.1 g			みりん	1 g		
		コロッケ50g	1 個			しょうゆ	3.5 g		④	白こしょう	0.03 g			塩	0.2 g		
		油	6 g			塩	0.2 g			水	80 g			おろししょうが	0.2 g		
		こまつな	25 g			三温糖	0.25 g			油	0.3 g			片栗粉	0.4 g		
		白こんにゃく	10 g			おろししょうが	0.8 g			おろしにんにく	0.2 g			水	10 g		
	他	もやし	20 g			米粉	4 g			おろししょうが	0.1 g		⑤	実	白すりごま	0.3 g	
		グラス付しょうゆ	2.5 g			片栗粉	4 g			キャベツ	25 g		他	生揚げ	30 g		
						油	4 g			ベーコン	8 g			油	0.5 g		
						油	0.5 g			にんじん	10 g			おろしにんにく	0.2 g		
						若鶏もも こま	8 g			ホールコーン	15 g			豚もも 挽き	10 g		
						にんじん	7 g			塩	0.1 g			たまねぎ	15 g		
					他	もやし	20 g			白こしょう	0.02 g			さやいんげん	5 g		
						こまつな	20 g		⑤	果	りんご缶詰ダイス	15 g		魚	三温糖	1.5 g	
						塩	0.3 g		他	果	温州みかん缶詰	15 g			オイスターソース	0.8 g	
						白こしょう	0.01 g			他	果	カクテルゼリー	25 g			しょうゆ	1.5 g
						しょうゆ	0.3 g										

アレルギー食品使用予定献立表

令和6年 小学校(中学年)

5月21日(火)				5月22日(水)				5月23日(木)				5月24日(金)				
①	食パン			①	ご飯			①	ご飯			①	ご飯			
②	いちごジャム			②	牛乳			②	牛乳			②	牛乳			
③	牛乳			③	小松菜のみそ汁			③	春雨と玉子のスープ			③	チキンカレー			
④	春キャバツと新じゃがのスープ煮			④	ししゃもの唐揚げ(2本)			④	豚キムチ			④	グリーンサラダ			
⑤	ハーブチキン			⑤	高野豆腐のそぼろ煮			⑤	ココロりんご缶			⑤	中華ドレッシング			
⑥	チリビーンズ											⑥	さくらんぼゼリー			
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	乳麦	食パン (小麦粉40/45/50g)	1 個	①		ご飯 (精米60/70/80g)	1 個	①		ご飯 (精米60/70/80g)	1 個	①		ご飯 (精米60/70/80g)	1 個	
②	果	いちごジャム15g	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	
③	乳	飲用牛乳200ml	1 本	③	他	たまねぎ	20 g	③	油	油	0.5 g	③	他	たまねぎ	0.8 g	
④		油	0.5 g		他	もやし	10 g		卵	若鶏もも こま	15 g		他	おろしにんにく	0.3 g	
		おろしにんにく	0.2 g			赤みそ	4.5 g			にんじん	10 g			若鶏むね 2cm角	35 g	
		たまねぎ	20 g			白みそ	4.5 g			はるさめ	5 g			たまねぎ	50 g	
		にんじん	10 g			かつおだし	2 g			鶏卵	15 g			にんじん	20 g	
		じゃがいも	40 g			水	120 g			なかがねぎ	8 g			じゃがいも	50 g	
		セロリー	2 g			こまつな	20 g			塩	0.8 g		麦	カレー粉	17 g	
		キャバツ	25 g	④	魚	ししゃも15g	2 本			塩	0.02 g		他	トマトケチャップ	3 g	
		塩	0.6 g			米粉	4 g		魚他	白こしょう	1 g		他	トマトケチャップ	3 g	
		白こしょう	0.02 g			片栗粉	4 g			しょうゆ	1 g		他	中濃ソース	1 g	
		チキンブイオン	1.5 g			油	4 g			酒	1 g		他	塩	0.1 g	
	果	しょうゆ	0.3 g			油	4 g			中華スープ	2 g			塩	0.1 g	
		白ワイン	0.5 g			油	0.5 g		魚他	片栗粉	1 g			白こしょう	0.03 g	
		オリーブ油	0.5 g		他	豚かた 挽き	15 g			水	120 g		④	水	80 g	
⑤		若鶏もも 切身50g	1 切		他	にんじん	10 g			こま油	0.5 g			キャバツ	35 g	
	果	オリーブ油	0.5 g			凍り豆腐	5 g		④	油	0.5 g			さやいんげん	10 g	
		白ワイン	2 g			さやいんげん	5 g			豚かた 千切	30 g			生わかめ	10 g	
		塩	0.3 g			干しいたけ(1/4切)	1 g			にんじん	10 g		⑤	麦	中華ドレッシング	5 g
		黒こしょう	0.02 g			三温糖	2 g			たけのこ水煮	10 g		⑥	他	さくらんぼゼリー50g	1 個
		バジル ミじん	0.08 g			しょうゆ	3 g		他	キャバツ	15 g					
		ローレル粉末	0.08 g			みりん	1 g			もやし	10 g					
		油	1 g							はくさいキムチ	10 g					
		油	0.5 g							塩	0.2 g					
		おろしにんにく	0.1 g							白こしょう	0.01 g					
	他	豚もも 挽き	15 g						⑤	しょうゆ	1 g					
	他	たまねぎ	15 g						果	りんご缶詰ダイス	60 g					
	他	大豆	30 g													
	他	トマトケチャップ	5 g													
	他	トマトピューレー	6 g													
	他	中濃ソース	1 g													
	他	塩	0.2 g													
		チリパウダー	0.03 g													
		チキンブイオン	0.2 g													

アレルギー食品使用予定献立表

令和6年 小学校(中学年)

5月27日(月)			5月28日(火)			5月29日(水)			5月30日(木)			
① ご飯 ② はっ酵乳 ③ 玉ねぎとキャバツのみそ汁 ④ あじフライ ⑤ ソース ⑥ ひじきの炒め煮			① ミルクパン ② 牛乳 ③ ABCスープ ④ オムレツケチャップソース ⑤ チキンマヨポテト			① わかめご飯 ② 牛乳 ③ おくずかけ ④ 笹かまの天ぷら ⑤ ごまあえ			① ご飯 ② おかかふりかけ ③ 牛乳 ④ わかめスープ ⑤ 揚げぎょうざ(2個) ⑥ ホイコーロー			
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	
①		ご飯 (精米60/70/80g)	1 個	①	乳麦	ミルクパン (小麦粉40/45/50g)	1 個	①		わかめご飯 (わかめ,精米60/70/80g)	1 個	
②	乳	はっ酵乳125ml	1 本	②	乳	飲用牛乳200ml	1 本	②	乳	飲用牛乳200ml	1 本	
③		たまねぎ 30g キャバツ 20g 生わかめ 7g 赤みそ 4g 白みそ 5g かつおだし 2g 水 120g		③		油 0.5g ベーコン 6g たまねぎ 20g にんじん 10g ABCマカロニ 4g 塩 0.6g 白こしょう 0.02g チキンフイヨン 1g しょうゆ 0.3g 水 120g ごまつな 10g		③	魚	若鶏ももこま 10g にんじん 10g だいこん 20g さといも 20g 板こんにゃく 10g 白焼竹輪 10g ながねぎ 5g おろししょうが 0.2g しょうゆ 1g 酒 1g 塩 0.7g 片栗粉 1g かつおだし 2g 水 100g		
④	麦魚	あじフライ40g	1 枚	④	卵	ブレージオムレツ50g	1 個	④	魚	笹かまほこ30g	1 枚	
⑤	果他	油 6g グラス付ソース 5g		⑤	他果	油 1g トマトケチャップ 4g 中濃ソース 1.5g トマトピューレー 2g みりん 2g 水 3g		⑤	麦	小麦粉 8g		
⑥		油 0.5g 若鶏ももこま 10g にんじん 7g 干しいたけ(せん切) 0.5g 大豆 5g 油揚げ 5g 干しひじき 3g 三温糖 1.5g しょうゆ 3g みりん 1g		⑥	他	じゃがいも 50g 油 0.5g 若鶏もも 2cm角 20g たまねぎ 8g マッシュルーム水煮 8g 三温糖 2g しょうゆ 2g みりん 1g 調理用ノンエッグマヨネーズ 7g		⑥	実	白すりごま 1g 白上糖 1g しょうゆ 2.5g		
									⑤	麦他	きょうざ18g 2個 油 4g	
									⑥		油 0.5g おろししょうが 0.2g おろしにんにく 0.2g 豚かた 干切 25g たまねぎ 15g にんじん 7g たけのこ水煮 10g キャバツ 20g ピーマン 5g 三温糖 0.7g 赤みそ 2g しょうゆ 1g 酒 1g みりん 1g テンメンジャン 0.3g ごま油 0.3g	

