

アレルギー用詳細献立表（予定）
令和6年 中学校（中学）

年 組 生徒名

12月2日(月)				12月3日(火)				12月4日(水)				12月5日(木)				
①	ご飯			①	ガーリックライス			①	ご飯			①	砂糖揚げパン			
②	牛乳			②	牛乳			②	牛乳			②	みかんジュース			
③	ぎょうざスープ			③	春雨と玉子のスープ			③	御岳汁			③	大根スープ			
④	生揚げのマーボー炒め			④	鶏肉の唐揚げ			④	さばの塩焼			④	鶏肉とうずら卵のトマト煮			
⑤	みかん			⑤	茎わかめ入りサラダ			⑤	お浸し			⑤	ヨーグルト			
⑥				⑥	中華ドレッシング			⑥	しょうゆ							
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		ガーリックライス (ベーコン、人参、にんにく、ごま油、精米80g)	1 個	①		ご飯(精米80g)	1 個	①	乳麦	コッペパン(小麦粉60g)	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		油		10.08 g	
③	他	にんじん	12.6 g	③	他	にんじん	12.6 g	③	油		0.63 g	②	果	グラニュー糖	12.6 g	
	麦肉	もやし	12.6 g		卵	緑豆はるさめ	3.78 g			青梅産豚 小間	12.6 g	③		みかんジュース200ml	1 本	
		一口ぎょうざ	27.72 g			鶏卵	18.9 g			にんじん	12.6 g			油	0.63 g	
		ながねぎ	6.3 g			ながねぎ	6.3 g			だいこん	18.9 g			バラベーコン	7.56 g	
		塩	0.88 g			塩	0.88 g			じゃがいも	25.2 g			たまねぎ	12.6 g	
		白こしょう	0.03 g			白こしょう	0.03 g			ごぼう	6.3 g			にんじん	12.6 g	
	魚他	おろしにんにく	0.38 g		魚他	中華スープ	1.26 g			板こんにゃく	12.6 g			だいこん	25.2 g	
		中華スープ	1.26 g			しょうゆ	0.38 g		他	油揚げ	6.3 g			塩	0.76 g	
		しょうゆ	0.38 g			片栗粉	1.26 g			ながねぎ	6.3 g			白こしょう	0.03 g	
		水	151.2 g			水	151.2 g			白みそ	10.08 g			しょうゆ	0.38 g	
		チンゲンサイ	12.6 g			ごま油	0.63 g			しょうゆ	0.38 g			チキンピヨン	1.26 g	
		ごま油	0.63 g		④	肉	若鶏もも 切身60g	1 切		酒かす	2.52 g			水	151.2 g	
④	他	生揚げ	6.3 g			おろしにんにく	0.38 g			かつおだし	2.52 g		④		オリーブ油	0.63 g
		油	0.63 g			しょうゆ	3.78 g		④	魚	さば薄塩60g	1 切		肉	おろしにんにく	0.38 g
		おろしにんにく	0.38 g			酒	2.52 g			水	12.6 g			若鶏もも 2cm角	31.5 g	
		おろししょうが	0.38 g			米粉	5.04 g			油	2.52 g			たまねぎ	18.9 g	
		豚かた 挽き	18.9 g			片栗粉	5.04 g		⑤	他	こまつな	37.8 g		卵	うずら卵	25.2 g
		乾燥大豆	2.52 g			油	5.04 g				もやし	18.9 g		他	トマト缶詰ダイス	12.6 g
	他	たまねぎ	12.6 g		⑤		だいこん	31.5 g			しめじ	6.3 g		他	トマトケチャップ	7.56 g
		たけのこ水煮	12.6 g				にんじん	8.82 g	⑥		グラス付しょうゆ	3.15 g		他	中濃ソース	1.26 g
		塩	0.13 g				くきわかめ	12.6 g						他	しょうゆ	1.26 g
		三温糖	1.26 g		⑥	麦果	中華ドレッシング	6.3 g							塩	0.25 g
		赤みそ	3.78 g												白こしょう	0.01 g
		しょうゆ	1.26 g												三温糖	2.52 g
		酒	1.26 g												バジル粉末	0.04 g
		トウバンジャン	0.08 g										⑤	乳	ヨーグルト80g	1 個
		片栗粉	1.01 g													
⑤	果	みかん	1 個													

■**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)を使用していないくても、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>



12月6日(金)				12月9日(月)				12月10日(火)				12月11日(水)			
① ご飯 ② 牛乳 ③ 白菜のみそ汁 ④ コロッケ ⑤ ソース ⑥ こんにゃくの甘辛炒め				① ご飯 ② 牛乳 ③ 中華風玉子とじ ④ 春巻 ⑤ 三色杏仁フルーツ				① ご飯 ② 牛乳 ③ きのこのすまし汁 ④ ぶりのみそだれかけ ⑤ 切り干し大根と豚肉のしょうが炒め				① 横割り丸パン ② 牛乳 ③ 有機野菜入りコンソメスープ ④ 照焼きハンバーグ ⑤ スライスチーズ ⑥ ツナマヨポテト			
献立	アレルギー	食品名	分量	献立	アレルギー	食品名	分量	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	乳麦	横割り丸パン(小麦粉60g)	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	他	にんじん	12.6 g	③	肉	油	0.63 g	③	他	しめじ	6.3 g	③		たまねぎ	25.2 g
		豆腐	25.2 g			若鶏もも 2cm角	31.5 g			えのきたけ	10.08 g			にんじん	12.6 g
		はくさい	25.2 g			たまねぎ	44.1 g			干ししいたけ(せん切)	0.88 g			有機にんじん	2.52 g
		赤みそ	5.67 g			にんじん	25.2 g			豆腐	25.2 g			マッシュルーム水煮	10.08 g
		白みそ	5.67 g			たけのこ水煮	15.12 g			なかなねぎ	6.3 g			塩	0.88 g
		かつおだし	2.52 g			かまぼこ	12.6 g			しょうゆ	1.13 g			白こしょう	0.01 g
水	151.2 g	ほたてがい貝柱	10.08 g	しょうゆ	0.38 g	チキンブイヨン	1.26 g								
④	麦他	コロッケ60g	1 個		卵	干ししいたけ(せん切)	0.88 g			酒	1.26 g			しょうゆ	0.38 g
		油	7.56 g			液卵	44.1 g			かつおだし	2.52 g			水	151.2 g
⑤	他果	クラス付ソース	6.3 g			にら	6.3 g			水	151.2 g			オリーブ油	0.63 g
⑥		油	0.63 g			塩	0.5 g	④	魚	かり60g	1 切	④	他肉	乾燥パセリ	0.04 g
		豚かた 小間	12.6 g	白こしょう	0.03 g	油	2.52 g			ハンバーグ60g	1 個				
		にんじん	12.6 g	三温糖	1.26 g	赤みそ	5.04 g			油	2.52 g				
		糸こんにゃく	37.8 g	しょうゆ	0.5 g	三温糖	2.52 g			三温糖	2.52 g				
		干ししいたけ(せん切)	0.63 g	ごま油	0.88 g	みりん	1.26 g			白こしょう	0.01 g				
		三温糖	2.52 g	春巻50g	1 個	片栗粉	0.5 g			しょうゆ	2.52 g				
		しょうゆ	3.78 g	油	7.56 g	水	12.6 g			みりん	1.26 g				
		みりん	1.26 g	三色杏仁ゼリー	37.8 g	油	0.63 g			片栗粉	0.5 g				
		一味唐がらし	0.01 g	黄桃缶詰	25.2 g	おろししょうが	1.01 g			水	15.12 g				
		白いりごま	0.38 g			豚かた 小間	25.2 g			⑤	乳			スライスチーズ18g	1 枚
ごま油	0.38 g			じゃがいも	50.4 g										
						たまねぎ	18.9 g	⑥	魚	油	0.63 g				
						にんじん	8.82 g			たまねぎ	6.3 g				
						切り干しだいこん	5.04 g			ツナフレーク	12.6 g				
						塩	0.25 g			塩	0.25 g				
						黒こしょう	0.01 g			白こしょう	0.01 g				
						しょうゆ	2.52 g			調理用ノンエッグマヨネーズ	8.82 g				
						酒	1.26 g								
						ごま油	0.38 g								

12月12日(木)				12月13日(金)				12月16日(月)				12月17日(火)			
①	ご飯			①	背割りコッペパン			①	ご飯			①	ご飯		
②	牛乳			②	はっ酵乳			②	牛乳			②	牛乳		
③	フカ団子カレー			③	ヌードル入りミルクスープ			③	刻み昆布のみそ汁			③	鶏団子汁		
④	グリーンサラダ			④	チリビーンズ			④	たらフライのマヨソース			④	肉じゃが		
⑤	サウザンドレッシング			⑤	りんご			⑤	もやしの辛子炒め			⑤	みかん		
⑥	パインゼリー														
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		ご飯(精米80g)	1 個	①	乳麦	背割りコッペパン (小麦粉60g)	1 個	①		ご飯(精米80g)	1 個	①		ご飯(精米80g)	1 個
②	乳	飲用牛乳200ml	1 本	②	乳	ぼろ蕎麦125ml(シリア・ラレン)	1 本	②	乳	飲用牛乳200ml	1 本	②	乳	飲用牛乳200ml	1 本
③	油	おろしにんにく	1.01 g	③	油	バラベーコン	0.63 g	③	他	にんじん	12.6 g	③	他	にんじん	12.6 g
	豚かた 小間	たまねぎ	0.63 g			たまねぎ	10.08 g			刻み昆布	1.89 g			だいこん	18.9 g
	たまねぎ	にんじん	18.9 g			にんじん	12.6 g			油揚げ	6.3 g		他肉他	豆腐	25.2 g
	にんじん	じゃがいも	37.8 g		麦	スパゲッティ	12.6 g			おろししょうが	0.38 g			チキンボール	27.72 g
	魚麦肉他	サメ肉団子	25.2 g			はくさい	5.04 g			赤みそ	5.67 g			油揚げ	6.3 g
	麦	カレー粉	37.8 g			マッシュルーム水煮	5.67 g			白みそ	6.3 g			ながねぎ	6.3 g
	他	トマトケチャップ	27.72 g			塩	10.08 g			かつおだし	1.01 g			塩	1.01 g
	他果	中濃ソース	21.42 g			水	0.76 g			水	2.52 g			しょうゆ	0.38 g
		酒	0.25 g			白こしょう	0.03 g	④	麦魚	たらフライ60g	1 個			酒	1.26 g
		塩	3.78 g			チキンフイヨン	1.26 g			調理用ノンエッグマヨネーズ	7.56 g			かつおだし	2.52 g
		白こしょう	2.52 g		乳麦	調理用牛乳	10.08 g			塩	0.13 g	④		水	151.2 g
		水	0.13 g		麦	小麦粉	0.13 g			黒こしょう 粗びき	0.01 g			油	0.63 g
		水	0.04 g	④	乳	生クリーム	6.3 g			三温糖	1.01 g			おろししょうが	0.38 g
		キャベツ	100.8 g			おろしにんにく	0.63 g			片栗粉	0.38 g			豚かた 小間	25.2 g
④		さやいんげん	37.8 g			豚かた 挽き	0.38 g			水	6.3 g			たまねぎ	18.9 g
		生わかめ	12.6 g		他	乾燥大豆	25.2 g		⑤	油	0.63 g			にんじん	12.6 g
⑤	他果	サウザンドレッシング	12.6 g			たまねぎ	2.52 g			にんじん	12.6 g			じゃがいも	37.8 g
⑥	果	パインゼリー70g	6.3 g		他	大豆	18.9 g			たけのこ水煮	12.6 g			糸こんにゃく	6.3 g
			1 個		他	モヤシ	31.5 g		他	塩	12.6 g			塩	0.13 g
					他	トマトケチャップ	7.56 g			キャベツ	0.38 g			三温糖	2.52 g
					他	トマトピューレー	7.56 g			塩	12.6 g			しょうゆ	3.78 g
					他果	中濃ソース	1.26 g			白こしょう	0.01 g	⑤	果	みりん	1.26 g
						しょうゆ	0.25 g		魚	和風だしの素	0.13 g			みかん	1 個
						チリパウダー	0.06 g			片栗粉	0.38 g				
						チキンフイヨン	0.13 g			粉辛子	0.1 g				
				⑤	果	りんご	1/6 個			米酢	0.38 g				

12月18日(水)				12月19日(木)				12月20日(金)				12月23日(月)			
①	ご飯			①	ご飯			①	ミルクパン			①	わかめご飯		
②	牛乳			②	おかかふりかけ			②	いちごジャム			②	牛乳		
③	ポークカレー			③	牛乳			③	飲むヨーグルト			③	かき玉汁		
④	こんにゃく入りサラダ			④	かぼちゃ入りうどん汁			④	クリームシチュー			④	いかの唐揚げ		
⑤	ナムルドレッシング			⑤	生揚げのゆずあんかけ			⑤	スパイシーチキン			⑤	高野豆腐のそぼろ煮		
⑥	桃ゼリー			⑥	れんこんとひじきのサラダ			⑥	枝豆とコーンのマヨソテー						
				⑦	和風ドレッシング			⑦	クリスマスケーキ(米粉チョコケーキ)						
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80g)	1 個	①		ご飯(精米80g)	1 個	①	乳麦	ミルクパンねじり(小麦粉50g)	1 個	①		わかめご飯(わかめ、精米80g)	1 個
②	乳	飲用牛乳200ml	1 本	②	魚	ぶりかけ2g	1 個	②	果	いちごジャム15g	1 個	②	乳	飲用牛乳200ml	1 本
③		油	1.01 g	③	乳	飲用牛乳200ml	1 本	③	乳	飲むヨーグルト150ml	1 本	③		たまねぎ	12.6 g
		おろしにんにく	0.63 g	④		豚かた 小間	25.2 g	④		油	0.63 g		卵	鶏卵	18.9 g
		豚かた 小間	44.1 g		他	かぼちゃ	25.2 g			フランクフルト	18.9 g			干ししいたけ(せん切)	0.88 g
		たまねぎ	63 g		他	油揚げ	6.3 g			たまねぎ	37.8 g			塩	1.01 g
		にんじん	25.2 g		他	干しうどん	3.78 g			にんじん	25.2 g			しょうゆ	0.38 g
		じゃがいも	63 g		他	ながねぎ	6.3 g			にんじん	1.89 g			酒	1.26 g
	麦	カレールウ	21.42 g			白みそ	11.34 g			マッシュルーム水煮	12.6 g			片栗粉	1.26 g
		カレー粉	0.25 g			かつおだし	2.52 g			塩	0.88 g			かつおだし	2.52 g
	他	トマトケチャップ	3.78 g			水	151.2 g			白こしょう	0.03 g			水	151.2 g
	他果	中濃ソース	1.26 g	⑤	他	生揚げ73g	1 個			チキンファイヨン	1.26 g			こまつな	12.6 g
		塩	0.13 g			米粉	5.04 g		乳	調理用牛乳	50.4 g	④	魚	いか60g	1 切
		白こしょう	0.04 g			片栗粉	5.04 g			米粉	5.04 g			おろしにんにく	0.38 g
④		水	100.8 g			油	5.04 g			水	100.8 g			塩	0.25 g
		キャベツ	31.5 g			塩	0.25 g	⑤	乳肉	生クリーム	10.08 g			白こしょう	0.03 g
		白こんにゃく	18.9 g			三温糖	1.26 g			若鶏もも 切身60g	1 切			酒	2.52 g
		さやいんげん	6.3 g			しょうゆ	1.26 g			オリーブ油	0.63 g			米粉	5.04 g
		ホールコーン	6.3 g			酒	1.26 g			おろしにんにく	0.38 g			片栗粉	5.04 g
⑤	実他肉	ナムルドレッシング	6.3 g			片栗粉	0.5 g			塩	0.25 g			油	5.04 g
⑥	果	桃ゼリー70g	1 個			水	15.12 g			黒こしょう 粗びき	0.03 g	⑤		油	0.63 g
					果	ゆず	0.5 g			オールスパイス	0.03 g			豚かた 挽き	25.2 g
				⑥		れんこん	8.82 g		⑥	油	2.52 g			にんじん	12.6 g
						にんじん	8.82 g			おろしにんにく	0.63 g			高野豆腐	7.56 g
						キャベツ	12.6 g			ホールコーン	0.38 g			三温糖	2.52 g
						干しひじき	2.52 g			えだまめ	25.2 g			しょうゆ	3.78 g
				⑦		和風ドレッシング	6.3 g		他	塩	0.25 g			みりん	1.26 g
										白こしょう	0.01 g				
										調理用ノンエッグマヨネーズ	5.04 g				
								⑦	他	米粉チョコケーキ30g	1 個				

中学校 (中学)

12月24日(火)

- 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 カラフルゼリーのポンチ

献立	アレルギー	食品名	分量
①		ご飯(精米80g)	1 個
②	乳	飲用牛乳200ml	1 本
③		油	1.01 g
		おろしにんにく	0.63 g
		豚かた 千切	44.1 g
		塩	0.25 g
		白こしょう	0.01 g
		たまねぎ	.63 g
		にんじん	25.2 g
麦他		マッシュルーム水煮	12.6 g
他		ハヤシルウ	15.12 g
他果		トマトケチャップ	3.78 g
		中濃ソース	1.26 g
		しょうゆ	1.26 g
		パプリカ粉末	0.06 g
麦		小麦粉	5.04 g
		水	100.8 g
④		油	0.63 g
		ウィンナー	10.08 g
		さやいんげん	31.5 g
		ホールコーン	25.2 g
		塩	0.38 g
		白こしょう	0.01 g
		チキンブイヨン	9.13 g
⑤	他果	カクテルゼリー	37.8 g
	果	りんご缶ダイス	25.2 g