

ア レ ル ギ ー 用 詳 細 献 立 表 (予 定)				年 組 児童名			
令和7年 小学校 (中学年)							
3月3日(月)				3月4日(火)			
① ご飯				① ご飯			
② 飲むヨーグルト				② のりふりかけ			
③ あさり入りすまし汁				③ 牛乳			
④ さわらのごまだれかけ				④ 野菜スープ			
⑤ 菜の花サラダ				⑤ 豆乳コロッケ			
⑥ 和風ドレッシング				⑥ ミモザソテー			
⑦ ひなあられ							
3月5日(水)				3月6日(木)			
① ご飯				① ライ麦パン			
② 牛乳				② はっ酵乳			
③ ハヤシシチュー				③ エルテンスープ			
④ きぬさや入りサラダ				④ スパイシーチキン			
⑤ ごまドレッシング				⑤ スライスチーズ			
⑥ 米粉ガトーショコラ				⑥ キャベツとコーンのソテー			
献立	アレルギー	食品名	分量	献立	アレルギー	食品名	分量
①		ご飯(精米50/60/70g)	1 個	①		ご飯(精米50/60/70g)	1 個
②	乳	飲むヨーグルト150ml	1 本	②	乳	飲む牛乳200ml	1 本
③	魚	かまぼこ	10 g	③	油	油	0.8 g
	魚	あさり水煮	10 g		油	おろしにんにく	0.5 g
		塩	0.8 g		油	豚かた 小間	35 g
		しょうゆ	0.3 g		塩	塩	0.2 g
		酒	1 g		白こしょう	白こしょう	0.01 g
		かつおだし	2 g		たまねぎ	たまねぎ	50 g
		水	120 g		にんじん	にんじん	20 g
		まつな	10 g		マッシュルーム水煮	マッシュルーム水煮	10 g
④	魚	さわら50g	1 切		塩	塩	0.7 g
	油	油	1 g		白こしょう	白こしょう	0.01 g
	実	白練りごま	2 g		チキンブイヨン	チキンブイヨン	1 g
		三温糖	2 g		しょうゆ	しょうゆ	0.3 g
		しょうゆ	2 g		水	水	120 g
		みりん	1 g		こまつな	こまつな	10 g
		片栗粉	0.4 g		オリーブ油	オリーブ油	0.3 g
		水	10 g	⑤	麦他	豆乳コロッケ50g	1 個
⑤	実	白すりごま	0.5 g		油	油	0.5 g
	菜の花	菜の花	15 g	⑥		フロccoliリー	15 g
	他	もやし	20 g			キャベツ	15 g
		にんじん	5 g			塩	0.25 g
		ホールコーン	5 g			白こしょう	0.02 g
⑥	他	和風ドレッシング	5 g			チキンブイヨン	0.3 g
⑦	他	ひなあられ(個包装)6g	1 袋		卵	炒りたまご	20 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 用 詳 細 献 立 表 (予 定)

令和7年

小学校 (中学年)

3月7日(金)				3月10日(月)				3月11日(火)				3月12日(水)							
①	ご飯			①	青梅産米ご飯			①	ご飯			①	ご飯						
②	牛乳			②	牛乳			②	牛乳			②	牛乳						
③	具だくさん汁			③	白菜のみそ汁			③	トックとわかめのスープ			③	チキンカレー						
④	肉野菜炒め			④	ますの磯辺マヨ焼			④	豚肉のオイスター炒め			④	とんかつ						
⑤	みそポテト			⑤	こんにゃくの甘辛炒め			⑤	清見オレンジ			⑤	大根サラダ						
												⑥	ナムルドレッシング						
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50/60/70g)	1 個	①		ご飯(青梅産米50/60/70g)	1 個	①		ご飯(精米50/60/70g)	1 個	①		ご飯(精米50/60/70g)	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	10 g	③	他	豆腐	30 g	③	肉	ごま油	0.5 g	③	肉	油	0.8 g				
		だいこん	10 g			はくさい	20 g			若鶏むね こま	15 g			おろしにんにく	0.5 g				
		はくさい	10 g			トック	4.5 g			生わかめ	22 g			若鶏もも 皮付 2cm角	35 g				
		しめじ	5 g			白みそ	4.5 g			ながねぎ	7 g			たまねぎ	50 g				
		豆腐	30 g			かつおだし	2 g			塩	5 g			にんじん	20 g				
		塩	0.4 g			水	120 g			白こしょう	0.7 g			じゃがいも	50 g				
		しょうゆ	4 g			さけ50g	1 切			チキンブイヨン	0.01 g			麦	カレールウ	17 g			
		酒	1 g			調理用ノンエッグマヨネーズ	8 g			しょうゆ	1 g			他	カレー粉	0.2 g			
		かつおだし	2 g			しょうゆ	2 g			水	0.3 g			他果	トマトケチャップ	3 g			
		水	100 g			みりん	1 g			中濃ソース	120 g			塩	0.1 g				
④		油	0.5 g			水	2 g	④		油	0.5 g		④	麦他	白こしょう	0.03 g			
		おろしにんにく	0.2 g			あおさ粉	0.1 g			おろしにんにく	0.3 g				水	80 g			
		豚かた 小間	30 g			油	1 g			豚かた 小間	30 g				とんかつ50g	1 個			
		たまねぎ	10 g			油	0.5 g			たまねぎ	15 g				油	6 g			
		たけのこ水煮	10 g			豚かた 小間	10 g			にんじん	5 g				⑤	だいこん	40 g		
		キャベツ	15 g			にんじん	10 g			たけのこ水煮	10 g				⑤		しめじ	5 g	
		にら	3 g			糸こんにゃく	30 g			三温糖	0.6 g				⑥			実他肉	さやいんげん
		塩	0.3 g			干ししいたけ(せん切)	0.5 g			オイスターソース	1 g				⑥	ナムルドレッシング			5 g
		白こしょう	0.01 g			三温糖	2 g			しょうゆ	2 g								
		しょうゆ	0.2 g			しょうゆ	3 g			酒	2 g								
	片栗粉	0.3 g		みりん	1 g		水	4 g											
⑤		フレンチポテト	50 g		実	一味唐がらし	0.01 g	⑤	他	えだまめ	8 g								
		油	4 g			白いりごま	0.3 g			果	清見オレンジ	1/4 個							
		赤みそ	4 g			ごま油	0.3 g												
		テンメンジャン	0.3 g																
		三温糖	3 g																
		酒	1 g																
		片栗粉	0.3 g																
		水	10 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)

3月13日(木)				3月14日(金)				3月17日(月)				3月18日(火)				
①赤飯				①ねぎ塩うどん				①ご飯				①食パン				
②ごま塩				②蒸しパン				②牛乳				②いちごジャム				
③牛乳				③牛乳				③中華どんの具				③はっ酵乳				
④菜の花と桜かまぼこのすまし汁				④野菜のすり身寄せ				④揚げぎょうざ(2個)				④クリームシチュー				
⑤鶏肉の唐揚げ				⑤白玉こんにゃく入りボンチ				⑤三色杏仁ゼリー				⑤オムレツケチャップソース				
⑥煮しめ												⑥ゆで野菜				
												⑦フレンチドレッシング				
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	献立	アレルギー	食品名	分量	
①		赤飯(あずき、精米、もち米60/70/80g)	1個	①		油	0.5g	①		ご飯(精米50/60/70g)	1個	①	乳	食パン(小麦粉40/45/50g)	1個	
②	麦実他	ごま塩	2.25g			おろしにんにく	0.3g	②	乳	飲用牛乳200ml	1本	②	乳	いちごジャム15g	1個	
③	乳	飲用牛乳200ml	1本			肉若鶏もも 皮付 2cm角	30g	③		油	0.5g	③	乳	はっ酵乳125ml(シ・ア・ア・レーン)	1本	
④	魚他	だいこん	10g			麦ゆでうどん	50g			おろしにんにく	0.3g	④	肉	油	0.5g	
		桜型かまぼこ	8g			塩	0.6g			おろししょうが	0.3g			肉若鶏もも 皮付 2cm角	30g	
		塩	0.8g			黒こしょう 粗びき	0.03g			豚かた 小間	15g			たまねぎ	30g	
		しょうゆ	0.3g			チキンフイヨン	1g			たまねぎ	40g			にんじん	12g	
		酒	1g		魚他	中華スープ	0.5g			にんじん	15g			じゃがいも	30g	
		かつおだし	2g			水	100g			たけのこ水煮缶	10g			塩	0.7g	
		水	120g			こまつな	10g		甲	むきえび	10g			白こしょう	0.02g	
		菜の花	10g			ながねぎ	12g		魚	いか短冊	10g			チキンフイヨン	1g	
⑤	肉	肉若鶏もも 切身50g	1切			ゆず果汁	1g			酒	2g		乳	調理用牛乳	40g	
		おろしにんにく	0.3g			ごま油	0.5g		卵	うずら卵	22g			米粉	4g	
		塩	0.3g	②	卵麦他	ナレーン蒸しパン(40g)	1個			はくさい	50g			水	80g	
		白こしょう	0.02g	③	乳	飲用牛乳200ml	1本			塩	0.8g		乳	生クリーム	8g	
		酒	2g	④		油	5g			白こしょう	0.02g	⑤	卵	ナレーンオムレツ50g	1個	
		米粉	4g		魚他	野菜のすり身寄せ40g	1個			しょうゆ	0.3g			油	0.5g	
		片栗粉	4g	⑤		白玉こんにゃく	30g		魚他	酒	1g		他	トマトケチャップ	4g	
		油	4g		他	りんご缶ダイス	20g			中華スープ	1g		他果	中濃ソース	0.3g	
⑥	魚	和風だしの素	10g							片栗粉	3.5g		他	トマトピューレー	2g	
		にんじん	0.3g							水	20g			みりん	2g	
	他	さといも	10g						④	麦他	ごま油	0.7g		水	片栗粉	0.3g
		さといも	20g							きょうざ17g	2個	⑥		キャベツ	3g	
		三角こんにゃく	7g						⑤	他	油			もやし	30g	
		型抜きこんにゃく(白・ハート型)	6g								4g		他	えだまめ	15g	
		干しいたけ(1/4切)	0.5g								45g	⑦	他果	ナレーンドレッシング	8g	
		三温糖	1g												5g	
		しょうゆ	3g													
		酒	1g													

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)

3月19日(水)				3月21日(金)				3月24日(月)							
①わかめご飯 ②牛乳 ③鶏団子と春雨のスープ ④生揚げのマーボー炒め ⑤清見オレンジ				①横割り丸パン ②牛乳 ③いんげん豆のトマトスープ ④ハンバーグのガーリックソース ⑤ショートパスタのマヨソテー				①ご飯 ②牛乳 ③小松菜のみそ汁 ④さばの塩焼 ⑤ひじきと大豆のそぼろ煮							
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		わかめご飯(わかめ、精米50/60/70g)	1 個	①	乳 麦	横割り丸パン(小麦粉40/45/50g)	1 個	①		ご飯(精米50/60/70g)	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		にんじん	10 g	③		油	1 g	③		たまねぎ	20 g				
	肉	チキンボール	22 g			バラベーコン	10 g			赤みそ	4.5 g				
		はるさめ	4 g			たまねぎ	20 g			白みそ	4.5 g				
		えのきたけ	5 g			にんじん	10 g			かつおだし	2 g				
		塩	0.7 g			セロリー	2 g			水	120 g				
		白こしょう	0.02 g			白いんげん豆	10 g			こまつな	15 g				
	魚 他	中華スープ	1 g		他	トマト缶詰ダイス	20 g	④	魚	さば薄塩50g	1 切				
		しょうゆ	0.3 g			塩	0.7 g			油	2 g				
		片栗粉	1 g			白こしょう	0.02 g	⑤		油	0.5 g				
		水	120 g			チキンフイヨン	1 g			豚かた 挽き	10 g				
		こまつな	10 g			しょうゆ	0.3 g			にんじん	7 g				
		ごま油	0.5 g			水	120 g			大豆	15 g				
④	他	生揚げ	45 g	④	他 肉	ハンバーグ50g	1 個			干しひじき	1.8 g				
		油	0.5 g			油	2 g			三温糖	2 g				
		おろしにんにく	0.3 g			おろしにんにく	0.4 g			しょうゆ	3 g				
		おろししょうが	0.3 g			三温糖	1 g			みりん	1 g				
		豚かた 挽き	15 g			他 果	中濃ソース	2.5 g							
	他	乾燥大豆	2 g				みりん	1 g							
		たまねぎ	10 g				白こしょう	0.01 g							
		たけのこ水煮	10 g				片栗粉	0.4 g							
		塩	0.15 g				水	12 g							
		赤みそ	3 g	⑤	麦	ショートパスタ ラジッリ	10 g								
		三温糖	1 g			油	0.3 g								
		しょうゆ	1 g			ロースハム	10 g								
		酒	1 g			キャベツ	15 g								
		トウバンジャン	0.06 g			にんじん	5 g								
		片栗粉	0.8 g			ホールコーン	5 g								
		ごま油	0.5 g			調理用ノンエッグマヨネーズ	7 g								
⑤	果	清見オレンジ	1/4 個			塩	0.2 g								
						白こしょう	0.01 g								

メモ