

9月1日(月)			9月2日(火)			9月3日(水)			9月4日(木)		
ご飯 牛乳 大根のみそ汁 さわらの漬焼 お浸し しょうゆ			ご飯 牛乳 もやしのみそ汁 鶏肉の唐揚げ こんにゃくの甘辛炒め			ご飯 牛乳 ポークカレー ゆで野菜 ナムルドレッシング レモンゼリー			ご飯 ミルクコーヒー 肉団子スープ ホキのチリソースかけ もやしのバターじゃようゆ炒め		
アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量
乳 他	ご飯(精米50/60/70g)	1個	乳 他	ご飯(精米50/60/70g)	1個	乳 他	ご飯(精米50/60/70g)	1個	乳 肉	ご飯(精米50/60/70g)	1個
	牛乳	1本		牛乳	1本		牛乳	1本		ミルクコーヒー	1本
	だいこん	25g		もやし	15g		油	0.8g		だいこん	10g
	油揚げ	5g		豆腐	15g		おろしにんにく	0.5g		だいこん	15g
	赤みそ	4.5g		生わかめ	4g		豚かた小間	35g		ミートボール	22g
	白みそ	4.5g		赤みそ	4.5g		たまねぎ	50g		緑豆はるさめ	2g
	かつおだし	2g		白みそ	4.5g		にんじん	20g		並塩	0.6g
	水	120g		かつおだし	2g		じゃがいも	50g		白こしょう	0.02g
	さわら50g	1切		水	120g	麦他	カレー粉	17g		チキンフイヨン	1g
	おろししょうが	0.3g	肉	若鶏もも切身50g	1切		カレー粉	0.2g		しょうゆ	0.3g
魚	しょうゆ	3g		おろしにんにく	0.3g		トマトケチャップ	3g		水	120g
	酒	1g		並塩	0.2g		中濃ソース	1g	魚	こまつな	10g
	みりん	1g		白こしょう	0.02g		並塩	0.1g		ごま油	0.5g
	油	2g		しょうゆ	0.8g		白こしょう	0.03g		ホキ50g	1切
	こまつな	30g		酒	2g		水	80g		並塩	0.1g
	白こんにゃく	10g		米粉	4g	実他肉他果	キャベツ	40g		米粉	4g
	もやし	20g		片栗粉	4g		にんじん	7g		片栗粉	4g
	クラス付しょうゆ	2.5g		油	4g		きゅうり	10g		油	4g
				油	0.5g		ナムルドレッシング	5g		油	0.3g
				豚かた小間	10g		レモンゼリー30g	1個		おろししょうが	0.2g
				にんじん	10g				他	ながねぎ	3g
				糸こんにゃく	30g					トウバンジャン	0.04g
				干しいたけ(せん切)	0.5g					トマトケチャップ	6g
				三温糖	2g					並塩	0.15g
				しょうゆ	3g					三温糖	0.5g
他			実	みりん	1g					しょうゆ	0.5g
				一味唐がらし	0.01g					片栗粉	0.3g
				白いりごま	0.3g					水	5g
				ごま油	0.3g				乳 肉 他	調理用バター	0.7g
										おろしにんにく	0.3g
										若鶏もも皮付 2cm角	25g
										もやし	20g
										しめじ	5g
										さやいんげん	5g
										並塩	0.1g
										黒こしょう	0.01g
										しょうゆ	1.5g

■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。
(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・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。

*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。



令和7年

アレルギー用詳細献立表(予定)

小学校(中学年)

9月5日(金)			9月8日(月)			9月9日(火)			9月10日(水)		
食パン いちごジャム はっ酵乳(プレーン) ポテトポタージュ ハンバーグのトマトソース キャベツとコーンのソテー			さけ青菜ご飯 牛乳 トックスープ 生揚げのオイスター炒め 梨			ご飯 牛乳 なすのみそ汁 ちくわの磯辺揚げ 里芋のそぼろ煮 さつまいもと栗のタルト			背割りコッペパン 牛乳 豆とトマトのスープ 焼きフランク マカロニのツナマヨあえ		
アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量
乳 麦 果 乳 乳	食パン(小麦粉40/45/50g)	1個	魚 乳 肉	さけ青菜ご飯(精米50/60/70g)	1個	乳 他	ご飯(精米50/60/70g)	1個	乳 麦 乳	背割りコッペパン(小麦粉40/45/50g)	1個
	いちごジャム10g	1個		牛乳200ml	1本		牛乳200ml	1本		牛乳200ml	1本
乳 乳	はっ酵乳125ml(シロ・プレーン)	1本	肉	若鶏ももこま	10g	他	豆腐	15g	乳 乳	油	1g
	調理用バター	1g		トック	22g	魚	にんじん	10g		バラベーコン	8g
乳	バラベーコン	8g	他	生わかめ	4g	麦	なす	10g	他	たまねぎ	20g
	たまねぎ	20g		ながねぎ	5g	油	赤みそ	9g		にんじん	10g
乳	ポテトペースト	20g	他	並塩	0.6g	油	かつおだし	2g	魚	セロリ	2g
	並塩	0.6g		白こしょう	0.02g	麦	水	120g	他	ミックスビーンズ水煮	12g
乳	白こしょう	0.02g	他	チキンブイヨン	1g	油	焼きちくわ25g	1本	麦	トマト缶詰ダイス	20g
	チキンブイヨン	1g	他	しょうゆ	0.3g	油	小麦粉	8g	魚	並塩	0.7g
乳	調理用牛乳	40g	他	片栗粉	1g	油	あおさ粉	0.1g	麦	白こしょう	0.02g
	米粉	2g	他	水	120g	油	並塩	0.1g	魚	チキンブイヨン	1g
乳	水	100g	他	ごま油	0.5g	油	しょうゆ	6g	麦	しょうゆ	0.3g
	生クリーム	5g	他	生揚げ	40g	油	水	120g	麦	水	120g
他	ハンバーグ50g	1個	他	油	0.5g	油	おろししょうが	0.3g	麦	ロケティン40g	1本
	油	2g	他	おろしにんにく	0.3g	油	豚かた挽き	20g	麦	油	2g
他	トマトピューレー	8g	他	豚かた小間	20g	油	たまねぎ	10g	麦	油	0.3g
	おろしにんにく	0.3g	他	たまねぎ	15g	油	さといも	30g	麦	たまねぎ	10g
他	並塩	0.3g	他	三温糖	1.5g	油	三温糖	1.5g	麦	さやいんげん	5g
	白こしょう	0.01g	他	オイスターソース	1.5g	油	しょうゆ	3g	麦	ツナフレーク	10g
他	三温糖	0.8g	他	しょうゆ	1g	油	みりん	1g	麦	ホールコーン	5g
	中濃ソース	0.3g	他	酒	1g	油	片栗粉	0.8g	麦	シエルマカロニ	10g
他	片栗粉	0.4g	他	片栗粉	0.8g	油	さつまいもと栗のタルト30g	1個	麦	並塩	0.2g
	水	5g	他	なし	1/6個	油			麦	白こしょう	0.02g
他	オリーブ油	0.3g	他			油			麦	調理用ノンエッグマヨネーズ	6g
	酒	0.5g	他			油			麦		
他	キャベツ	50g	他			油			麦		
	ホールコーン	8g	他			油			麦		
他	並塩	0.3g	他			油			麦		
	白こしょう	0.02g	他			油			麦		
	チキンブイヨン	0.1g	他			油			麦		

アレルギー用詳細献立表(予定)
小学校(中学年)

令和7年

9月11日(木)			9月12日(金)			9月16日(火)			9月17日(水)		
ご飯 牛乳 かき玉汁 鶏肉のさんしょう焼 きんぴらごぼう			ご飯 牛乳 じゃがいもと生揚げのごま汁 さばの塩焼 ひじきの炒め煮			ご飯 のりふりかけ 牛乳 鶏肉と野菜のスープ かんぱちそぼろのチリコンカン 冷凍みかん			ご飯 牛乳 秋野菜カレー 大根サラダ 和風ドレッシング 冷凍ヨーグルト		
アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量
乳	ご飯(精米50/60/70g)	1 個	乳	ご飯(精米50/60/70g)	1 個	魚	ご飯(精米50/60/70g)	1 個	乳	ご飯(精米50/60/70g)	1 個
	鶏卵	1 本		鶏卵	1 本		鶏卵	1 本		鶏卵	1 本
卵	たまねぎ	10 g	他	じゃがいも	25 g	肉	のりふりかけ	2 g	肉	油	0.8 g
	鶏卵	15 g		生揚げ	25 g		鶏肉もも 皮付 2cm角	30 g		おろしにんにく	0.5 g
並塩	干しいたけ(せん切)	0.7 g	実	にんじん	10 g	油	たまねぎ	10 g	肉	若鶏もも 皮付 2cm角	35 g
	しょうゆ	0.8 g		白練りごま	4 g		にんじん	10 g		たまねぎ	50 g
酒	片栗粉	0.3 g	水	白みそ	8 g	並塩	キャベツ	20 g	麦他	にんじん	20 g
	かつおだし	1 g		しょうゆ	0.3 g		セロリ	2 g		さつまいも	40 g
水	こまつな	1 g	実魚	かつおだし	2 g	水	白ごしょう	0.7 g	他	しめじ	6 g
	若鶏もも 切身50g	120 g		水	100 g	魚	並塩	0.02 g		カレー粉	17 g
油	並塩	10 g	油	こまつな	10 g	他	チキンブイヨン	1 g	他	トマトケチャップ	0.2 g
	しょうゆ	0.1 g		さば薄塩50g	0.8 g	他	しょうゆ	1 g	乳	中濃ソース	3 g
三温糖	酒	0.5 g	にんじん	油	2 g	他	おろしにんにく	0.3 g	水	白ごしょう	1 g
	さんしょう	1.5 g	干しいたけ(せん切)	豚かた 小間	0.5 g	果	かんぱちそぼろ	0.5 g	乳	水	0.1 g
水	油	0.3 g	干しひじき	にんじん	10 g	他	たまねぎ	15 g	乳	だいこん	80 g
	油	0.02 g	三温糖	干しいたけ(せん切)	7 g	他	白いんげん豆	15 g	乳	ホールコーン	35 g
油	豚かた 小間	1.5 g	しょうゆ	干しひじき	0.5 g	他	トマトケチャップ	15 g	乳	さやいんげん	5 g
	にんじん	1 g	みりん	三温糖	3 g	果	トマトピューレー	25 g	乳	和風ドレッシング	10 g
ごぼう	糸こんにゃく	0.5 g	ごま油	しょうゆ	2 g	果	冷凍みかん	6 g	乳	冷凍ヨーグルト60g	5 g
	三温糖	10 g	ごま油	みりん	3 g	果		1 g	乳		1 個
しょうゆ	三温糖	25 g	ごま油		1 g	果		0.1 g	乳		
みりん	しょうゆ	10 g	ごま油			果		0.05 g	乳		
ごま油	みりん	3 g	ごま油			果		0.1 g	乳		
	ごま油	0.3 g	ごま油			果		0.1 g	乳		
			ごま油			果		1 個	乳		

メ モ

アレルギー用詳細献立表(予定)
小学校(中学年)

令和7年

9月18日(木)			9月19日(金)			9月22日(月)			9月24日(水)		
ご飯 牛乳 ざくざく汁 豚肉の香味焼 いかにんじん			ミルクパン 牛乳 コンソメスープ メンチカツ ソース 玉子入りポテトサラダ			ご飯 牛乳 ハヤシシチュー いんげんとコーンのソテー カラフルゼリー			わかめご飯 牛乳 めった汁 いかの色付け キャベツのごま酢炒め		
アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量
乳肉	ご飯(精米50/60/70g)	1 個	乳麦乳	ミルクパン 粕(小麦粉40/45/50g)	1 個	乳	ご飯(精米50/60/70g)	1 個	乳	わかめご飯(精米50/60/70g)	1 個
	飲用牛乳200ml	1 本		飲用牛乳200ml	1 本		飲用牛乳200ml	1 本		飲用牛乳200ml	1 本
他	若鶏もも 小	10 g	他	たまねぎ	10 g	麦他他	油	0.8 g	魚	かつおだし	2 g
	だいこん	20 g		だいこん	10 g		おろしにんにく	0.5 g		水	125 g
魚	さといも	20 g	麦他肉	にんじん	8 g	麦	豚かた 千切	35 g	他	豚かた 小間	15 g
	豆腐	15 g		キャベツ	15 g		並塩	0.2 g		だいこん	20 g
魚	糸こんにゃく	10 g	他果	マッシュルーム水煮	8 g	麦	白こしょう	0.01 g	他	にんじん	10 g
	並塩	0.4 g		並塩	0.7 g		たまねぎ	50 g		さつまいも	20 g
魚	しょうゆ	3.5 g	他卵	白こしょう	0.01 g	他果	にんじん	20 g	他	ながねぎ	5 g
	酒	1 g	他卵	チキンブイヨン	1 g	他果	マッシュルーム水煮	10 g		白みそ	8 g
魚	かつおだし	2 g	他卵	しょうゆ	0.3 g	他果	ハヤシルウ	12 g	他	いか50g	1 切
	水	100 g	他卵	水	120 g	他果	トマトケチャップ	3 g		酒	1.5 g
魚	豚かたロース切身50g	1 枚	他卵	オリーブ油	0.5 g	他果	中濃ソース	1 g	他	油	1 g
	おろししょうが	0.3 g	他卵	乾燥バセリ	0.03 g	他果	しょうゆ	1 g	他	三温糖	1.5 g
魚	おろしにんにく	0.3 g	他卵	メンチカツ50g	1 個	他果	パプリカ粉末	0.05 g	他	しょうゆ	3 g
	並塩	0.1 g	他卵	油	4 g	他果	小麦粉	4 g	他	みりん	1 g
魚	しょうゆ	1.5 g	他卵	クラス付ソース	5 g	他果	水	80 g	他	酒	1 g
	酒	1 g	他卵	じゃがいも	50 g	他果	油	0.5 g	他	おろししょうが	0.1 g
魚	米酢	1 g	他卵	油	0.8 g	他果	ウインナー	8 g	他	片栗粉	0.4 g
	ごま油	0.5 g	他卵	ウインナー	8 g	他果	さやいんげん	20 g	他	水	11 g
魚	油	1 g	他卵	えだまめ	5 g	他果	ホールコーン	20 g	他	ごま油	0.5 g
	油	0.3 g	他卵	炒りたまご	10 g	他果	並塩	0.3 g	他	キャベツ	30 g
魚	にんじん	30 g	他卵	並塩	0.1 g	他果	白こしょう	0.01 g	他	にんじん	10 g
	さつま揚げ	10 g	他卵	白こしょう	0.01 g	他果	チキンブイヨン	0.1 g	他	もやし	10 g
魚	するめいか	2.5 g	他卵	調理用ノンエッグマヨネーズ	7 g	他果	カラフルゼリー	45 g	他	油揚げ	5 g
	刻み昆布	0.3 g	他卵			他果			他	しょうゆ	2 g
魚	しょうゆ	2.5 g	他卵			他果			他	米酢	1 g
	酒	1 g	他卵			他果			他	並塩	0.1 g
魚	三温糖	1 g	他卵			他果			他	三温糖	1 g
			他卵			他果			他	白すりごま	1 g

メ モ

アレルギー用詳細献立表(予定)
小学校(中学年)

令和7年

9月25日(木)			9月26日(金)			9月29日(月)			9月30日(火)		
黒砂糖パン 牛乳 きのこのクリーム煮 オムレツケチャップソース グリーンサラダ 柑橘ドレッシング			ご飯 牛乳 中華どんの具 コロツケ ソース 冷凍みかん			ご飯 牛乳 わかめとかぼちゃのみそ汁 ししゃもの唐揚げ(2本) 高野豆腐の煮物			ご飯 牛乳 マーボー豆腐 春巻 三色杏仁ゼリー		
アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量	アレルギー	食品名	分量
乳麦	黒砂糖食パン(小麦粉40/45/50g)	1 個	乳	ご飯(精米50/60/70g)	1 個	乳	ご飯(精米50/60/70g)	1 個	乳	ご飯(精米50/60/70g)	1 個
	飲用牛乳200ml	1 本		飲用牛乳200ml	1 本		飲用牛乳200ml	1 本		飲用牛乳200ml	1 本
肉	油	0.8 g	肉	油	0.5 g	肉	乾燥わかめ	0.8 g	肉	油	0.5 g
	若鶏もも 皮付 2cm角	30 g		おろしにんにく	0.3 g		かぼちゃ	30 g		おろしにんにく	0.5 g
	たまねぎ	30 g		おろししょうが	0.3 g		ながねぎ	5 g		おろししょうが	0.5 g
	にんじん	15 g		豚かた 小間	20 g		赤みそ	4.5 g		豚かた 挽き	30 g
	じゃがいも	30 g		たまねぎ	50 g		白みそ	4.5 g		たまねぎ	30 g
	しめじ	6 g		にんじん	15 g		かつおだし	2 g		にんじん	12 g
	マッシュルーム水煮	10 g		たけのこ水煮缶詰	12 g		水	120 g		たけのこ水煮缶詰	10 g
	並塩	0.7 g		むきえび	15 g		ししゃも13~16g	2 本		干しいたけ(せん切)	1 g
	白こしょう	0.02 g		いか短冊	15 g		米粉	4 g		押し豆腐	80 g
	チキンブイヨン	1 g		酒	2 g		片栗粉	4 g		ながねぎ	8 g
乳	調理用牛乳	40 g	卵	うずら卵	25 g	油	油	4 g	他	並塩	0.3 g
	米粉	4 g		はくさい	30 g		油	0.5 g		チキンブイヨン	1 g
乳卵	生クリーム	8 g	魚	並塩	0.8 g	他	豚かた 小間	10 g	他	三温糖	1 g
	オムレツ50g	1 個		白こしょう	0.02 g		にんじん	10 g		赤みそ	5 g
他	油	0.5 g	魚他肉	しょうゆ	0.3 g	他	高野豆腐(凍り豆腐)	6 g	他	しょうゆ	1 g
	トマトケチャップ	4 g		酒	1 g		干しいたけ(1/4切)	1 g		酒	1 g
他	中濃ソース	0.3 g	麦他	中華スープ	1 g	他	三温糖	2 g	他	トウバンジャン	0.2 g
	トマトピューレー	2 g		片栗粉	3.5 g		しょうゆ	3 g		テンメンジャン	0.5 g
他	みりん	2 g	麦他	水	20 g	他	みりん	1 g	他	片栗粉	3 g
	片栗粉	0.3 g		ごま油	0.7 g		水	20 g		水	20 g
果	水	3 g	他果	コロツケ50g	1 個	他	にら	5 g	他	にら	5 g
	キャベツ	35 g		油	6 g		ごま油	0.7 g		ごま油	0.7 g
果	さやいんげん	5 g	果	クラッシュソース	5 g	他	春巻50g	1 個	他	春巻50g	1 個
	生わかめ	5 g		冷凍みかん	1 個		油	6 g		油	6 g
	柑橘ドレッシング	5 g								三色杏仁ゼリー	45 g