

アレルギー用詳細献立表(予定)

年組 儿童名 _____

令和8年

小学校(中学年)

1月8日(木)			1月9日(金)			1月13日(火)			1月14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	食パン		ご飯	飲むヨーグルト(プレーン)		ご飯	飲むヨーグルト(プレーン)		ご飯	牛乳	
牛乳	りんごジャム		牛乳	七草雑煮		牛乳	ハヤシシチュー		牛乳	ハヤシシチュー	
小松菜のみぞ汁	牛乳		野菜スープ	ぶりのコロコロ揚げ		野菜スープ	れんこんとひじきのサラダ		小松菜のみぞ汁	れんこんとひじきのサラダ	
さばの塩焼	オムレツのトマトソース		オムレツのトマトソース	高野豆腐のそぼろ煮		さばの塩焼	和風ドレッシング		さばの塩焼	和風ドレッシング	
肉ごぼう炒め	チキンマヨポテト		チキンマヨポテト			肉ごぼう炒め	いちごクレープ		肉ごぼう炒め	いちごクレープ	
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 飲用牛乳200ml	ご飯(精米50/60/70g) 飲用牛乳159ml	1個 1本	乳 飲用牛乳200ml	食パン(小麦粉40/45/50g) りんごジャム159ml	1個 1本	乳 肉 魚	ご飯(精米50/60/70g) 飲むヨーグルト(プレーン)150ml 若鶏もも 皮付 2cm角	1個 1本	乳 油 魚	ご飯(精米50/60/70g) 飲用牛乳200ml おろしにんにく	1個 1本 0.8g
他 油揚げ	たまねぎ	10g	他 赤みそ	油 ウインナー	5g	他 赤みそ	だいこん	20g	他 豚かた 小間	かがい	8g
白みそ	4.5g		白みそ	たまねぎ	8g	白みそ	かまぼこ	8g	白みそ	豚かた 小間	35g
かつおだし	4.5g		かつおだし	にんじん	2g	かつおだし	トック	10g	かつおだし	並塩	0.2g
水	120g		水	ゼリ	1g	水	はくさい	22g	水	白こしょう	0.01g
こまつな	こまつな50g	15g	魚 油	キャベツ	30g	魚 酒	みずな	5g	こまつな	たまねぎ	50g
魚 油	15g		魚 豚かた 小間	並塩	0.7g	魚 酒	並塩	3g	魚 豚かた 小間	にんじん	20g
豚かた 小間	0.5g		豚かた 小間 にんじん	白ごぼう	0.02g	豚かた 小間 にんじん	しょうゆ	0.7g	豚かた 小間 にんじん	マッシュルーム水煮	10g
にんじん	25g		にんじん	チキンブイヨン	0.3g	にんじん	酒	0.3g	にんじん	ハヤシルウ	12g
ごぼう	10g		ごぼう	白ワイン	0.5g	ごぼう	かつおだし	1g	ごぼう	トマトケチャップ	3g
干しこいたけ(千切)	15g		水	水	80g	水	水	120g	水	中濃ソース	1g
三温糖	0.7g		卵 油	オムレツ50g	1個	卵 酒	ぶり	5g	三温糖	しょうゆ	1g
しょうゆ	1.5g		卵 他	トマトビューレー	2g	卵 酒	おろししょうが	0.3g	三温糖	バブリカ粉末	0.05g
みりん	1.3g		三温糖	おろしにんにく	8g	三温糖	しょうゆ	3g	みりん	小麦粉	4g
白いりごま	1g		白こしょう	並塩	0.3g	白こしょう	酒	1g	白いりごま	水	80g
ごま油	0.3g		三温糖	白ごぼう	0.01g	三温糖	米粉	4g	ごま油	れんこん	7g
実	0.3g		中濃ソース	片栗粉	0.3g	中濃ソース	片栗粉	4g		にんじん	7g
			片栗粉	片栗粉	0.4g	片栗粉	片栗粉	4g		キャベツ	20g
			水	油	0.5g	水	油	5g		干しこいたけ	1g
			オリーブ油	豚かた 挽き	0.5g	油	豚かた 挽き	20g		和風ドレッシング	5g
			じゃがいも	にんじん	0.5g	豚かた 挽き	にんじん	10g		いちごクレープ	35g
			油	高野豆腐(凍り豆腐)	0.5g	豚かた 挽き	高野豆腐(凍り豆腐)	6g			1個
			若鶏もも 皮付 2cm角	三温糖	0.5g	豚かた 挽き	三温糖	6g			
			ホールコーン	しょうゆ	0.5g	豚かた 挽き	しょうゆ	2g			
			三温糖	みりん	0.5g	豚かた 挽き	みりん	3g			
			しょうゆ	調理用ノンエッグマヨネーズ	0.7g	豚かた 挽き		1g			

■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らる「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・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)を使用していません、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、ちりめんじやこ、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。

アレルギー用詳細献立表(予定)

令和8年

×毛

アレルギー用詳細献立表(予定)

令和8年

1月21日(水)		1月22日(木)		1月23日(金)		1月26日(月)			
黒砂糖パン はつ酵乳(ブルーベリー) 白菜のクリームシチュー たらのハーブ揚げ ゆで野菜 サウザンドレッシング		ご飯 牛乳 ワンタンスープ 生揚げのマーボー炒め みかん		ご飯 牛乳 ポークカレー ナムル ナムルドレッシング ぶどうゼリー		いり飯 牛乳 なめこのみそ汁 鶏肉の唐揚げ お浸し しょうゆ			
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		
乳 果 乳 調理用バター 肉 若鶏もも 皮付 2cm角 たまねぎ にんじん はくさい マッシュルーム水煮 並塩 白こしょう 白こしょう チキンブイヨン 調理用牛乳 米粉 水 牛クリーム たら50g 並塩 黒こしょう 乾燥バセリ バジル ミン ローレル粉末 米粉 片栗粉 油 芋やべつ にんじん もやし サウザンドレッシング	黒砂糖食パン(小麦粉40/45/50g) はつ酵乳125ml(ショット・ブルーベリー) 牛乳 ワンタンスープ 生揚げのマーボー炒め みかん	1 個 1 本 1 g 25 g 30 g 20 g 30 g 10 g 0.7 g 0.02 g 0.02 g 1 g 40 g 4 g 80 g 8 g 1 切 0.3 g 0.02 g 0.08 g 0.08 g 0.08 g 4 g 4 g 4 g 30 g 7 g 15 g 5 g	乳 肉 麦 魚他肉 他 油 水 こまつな 生揚げ 油 並塩 黒こしょう 乾燥バセリ バジル ミン ローレル粉末 米粉 片栗粉 油 芋やべつ にんじん もやし サウザンドレッシング	ご飯(精米50/60/70g) 飲用牛乳200ml 若鶏もも ごま にんじん わんたんの皮 ながねぎ 並塩 白こしょう 中華スープ しょうゆ 水 こまつな こま油 生揚げ 油 おろしにんにく おろししょうが 豚かた 握き たまねぎ にら 並塩 三温糖 赤みそ しょうゆ 酒 トウバンジヤン 片栗粉 こま油 みかん	1 個 1 本 10 g 10 g 6 g 5 g 0.7 g 0.02 g 1 g 0.3 g 120 g 10 g 0.5 g 50 g 0.5 g 0.3 g 0.3 g 0.3 g 20 g 20 g 20 g 10 g 10 g 2 g 0.1 g 0.1 g 0.03 g 80 g 20 g 30 g 30 g 10 g 1 g 5 g 1 g 0.08 g 0.8 g 0.5 g 1 盆	乳 油 おろしにんにく 豚かた 小間 たまねぎ にんじん じゃがいも カレールウ カレー粉 トマトケチャップ 中濃ソース 並塩 白こしょう 水 おろしにんにく トマトケチャップ 中濃ソース 並塩 白こしょう 酒 しょうゆ チップスバイ もやし しめじ ナムルドレッシング ぶどうゼリー50g	1 個 1 本 0.8 g 0.5 g 35 g 50 g 20 g 50 g 17 g 0.2 g 3 g 1 g 0.1 g 0.1 g 0.03 g 80 g 20 g 30 g 30 g 10 g 1 g 5 g 1 g 0.08 g 0.8 g 0.5 g 1 盆	魚他 乳 豆腐 ながねぎ 赤みそ 白みそ かつおだし 水 若鶏もも 切身50g おろしにんにく 並塩 白こしょう 酒 しょうゆ 米粉 片栗粉 油 こまつな 白こんにゃく もやし グラス付しょうゆ	1 個 1 本 15 g 30 g 4.5 g 4.5 g 2 g 120 g 0.3 g 0.3 g 0.3 g 0.02 g 0.1 g 4 g 4 g 30 g 10 g 20 g 2.5 g
他 果									

×毛

アレルギー用詳細献立表(予定)

令和8年

1月27日(火)		1月28日(水)		1月29日(木)		1月30日(金)					
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
青梅産米ご飯	ご飯		牛乳	牛乳		牛乳	牛乳		ご飯	ご飯	
牛乳			青梅産野菜のみそ汁	肉団子と春雨のスープ		わかめと豆腐のみそ汁			飲むヨーグルト(プレーン)	うずら玉子のスープ	
青梅産野菜のみそ汁	肉団子と春雨のスープ		さわらのピリ辛焼			照焼きハンバーグ			インド風キーマカレー		
コロッケ	さわらのピリ辛焼		中華サラダ			切り干し大根の塩炒め			りんご		
ソース	中華サラダ		豚肉のしょうが炒め	塩中華ドレッシング							
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(青梅産米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	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		飲用牛乳200ml		飲用牛乳(プレーン)150ml	1本
他	たいこん	15g	肉	にんじん	10g	他	生わかめ	5g	油	うすりごく	0.3g
にんじん			ミニトボール	22g		豆腐	30g	若鶏もも	皮付2cm角	20g	
油揚げ	はくさい	5g	緑豆はるさめ	4g	赤みそ	4.5g	たまねぎ	10g	たまねぎ	10g	
はくさい			えのきだけ	8g	白みそ	4.5g	にんじん		にんじん		
なかねぎ	なかねぎ	5g	並塩	0.7g	かつおだし	2g	キャベツ	20g	キャベツ	20g	
赤みそ	赤みそ	4.5g	白こしょう	0.02g	水	120g	うずら卵	22g	うずら卵	22g	
白みそ	白みそ	4.5g	中華スープ	1g	他肉	パンバーグ50g	並塩	0.7g	白こしょう	0.01g	
かつおだし	かつおだし	2g	しょうゆ	0.3g	油	2g	白こしょう		白こしょう		
水	水	120g	片栗粉	1g	三温糖	2g	チキンブイヨン		チキンブイヨン		
コロッケ50g		1個	水	120g	白こしょう	0.01g	しょうゆ	0.3g	しょうゆ	0.3g	
油	油	6g	こまつな	10g	しょうゆ	2g	水	120g	水	120g	
他果	グラス付ソース	5g	魚	さわら50g	1切	みりん	1g	オリーブ油	0.5g	オリーブ油	0.5g
油	油	0.5g	並塩	0.1g	片栗粉	0.4g	油	0.7g	豚かた	挽き	
おろししょうが	おろししょうが	0.6g	三温糖	0.5g	水	12g	豚かた	0.5g	乾燥大豆	20g	
豚かた 小間	豚かた 小間	30g	しょうゆ	2g	豚かた 小間	20g	豚かた 小間	20g	たまねぎ	15g	
たまねぎ	たまねぎ	25g	みりん	2g	にんじん	7g	にんじん	7g	トマト缶ダイス	15g	
たけのこ水煮レトルト	たけのこ水煮レトルト	10g	トウバンジヤン	0.08g	切り干しだいこん	5g	切り干しだいこん	5g	ひよこ豆	20g	
しょうゆ	しょうゆ	3g	ごま油	0.5g	ながねぎ	8g	ながねぎ	8g	カレールウ	20g	
酒	酒	1g	油	0.2g	並塩	0.2g	並塩	0.2g	カレー粉	0.15g	
三温糖	三温糖	0.5g	たいこん	40g	黒こしょう	0.01g	黒こしょう	0.01g	ブレーンヨーグルト	0.2g	
			にんじん	5g	しょうゆ	2g	しょうゆ	2g	りんご	7g	
			さやいんげん	5g	酒	1g	ごま油	0.3g		176個	
			きくらげ	0.3g							
			塩中華ドレッシング	5g							

×毛