

令和8年

年 組 児童名

■**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。

「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。

■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。)

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。



\*「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。

令和8年

アレルギー用詳細献立表(予定)

小学校(中学年)

1月15日(木)			1月16日(金)			1月19日(月)			1月20日(火)		
ご飯 牛乳 白菜のみそ汁 あじフライ ソース 肉じゃが			背割りコッパパン 牛乳 カルトツフェル・ズツバ カレー・ヴルスト キャバツソテー			ご飯 牛乳 かにかまの中華風玉子とじ 春巻 三色杏仁ゼリー			わかめご飯 牛乳 さといものごま汁 鶏肉の漬焼 もやしの炒め煮		
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 麦魚 他果	ご飯(精米50/60/70g)	1 個	乳麦乳 他	背割りコッパパン(小麦粉40/45/50g)	1 個	乳 肉 魚麦果他 卵 麦他 他	ご飯(精米50/60/70g)	1 個	乳 他実 実肉	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
	たまねぎ	15 g		油	0.5 g		油	0.5 g		さといも	30 g
	油揚げ	5 g		バラベーコン	7 g		若鶏もも 皮付 2cm角	25 g		にんじん	10 g
	はくさい	25 g		たまねぎ	20 g		たまねぎ	35 g		生揚げ	25 g
	赤みそ	4.5 g		にんじん	10 g		にんじん	20 g		白練りごま	4 g
	白みそ	4.5 g		じゃがいも	30 g		たけのこ水煮1/1	12 g		白みそ	8 g
	かつおだし	2 g		ポテトペースト	8 g		かに風味かまぼこ	15 g		しょうゆ	0.3 g
	水	120 g		並塩	0.7 g		干しいたけ(干切)	0.7 g		かつおだし	2 g
	あじフライ40g	1 枚		白こしょう	0.01 g		液卵	35 g		水	100 g
	油	6 g		チキンピイオン	1 g		にら	5 g		白すりごま	0.8 g
	クラス付ソース	5 g		水	100 g		並塩	0.5 g		若鶏もも 切身50g	1 切
	油	0.5 g		乾燥パセリ	0.02 g		白こしょう	0.02 g		並塩	0.2 g
	おろししょうが	0.3 g		ひかり油40g	1 本		三温糖	2 g		しょうゆ	1.5 g
	豚かた 小間	20 g		油	2 g		しょうゆ	0.4 g		酒	1.4 g
	たまねぎ	15 g		トマトケチャップ	8 g		ごま油	0.7 g		三温糖	0.3 g
	にんじん	10 g		中濃ソース	1 g		春巻50g	1 個		おろししょうが	1 g
	じゃがいも	30 g		三温糖	0.5 g		油	6 g		おろしにんにく	0.1 g
	糸こんにゃく	5 g		カレー粉	0.1 g		三色杏仁ゼリー	45 g		水	10 g
	並塩	0.1 g	他他	片栗粉	0.3 g					油	1 g
	三温糖	2 g		水	4 g					油	0.5 g
	しょうゆ	3 g		油	0.2 g					豚かた 挽き	10 g
	みりん	1 g		キャベツ	30 g					たまねぎ	15 g
				にんじん	15 g					もやし	30 g
				さやいんげん	5 g					しょうゆ	1.5 g
				並塩	0.2 g					並塩	0.1 g
				白こしょう	0.02 g					酒	1 g
				チキンピイオン	0.2 g					魚和風だしの素	0.2 g
										三温糖	1 g
										ごまつな	10 g
										片栗粉	0.3 g

メモ

令和8年

アレルギー用詳細献立表(予定)

小学校(中学年)

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 はっ酵乳(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 ワントンスープ 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	乳肉	ご飯(精米50/60/70g)	1 個	乳	ご飯(精米50/60/70g)	1 個	魚他	いり飯(精米50/60/70g)	1 個
	はっ酵乳125ml(シリアル・ブルーベリー)	1 本		飲む牛乳200ml	1 本		飲む牛乳200ml	1 本		牛乳	1 本
乳肉	調理用バター	1 g	麦	若鶏もも こま	10 g	油	油	0.8 g	他	なめこ水煮	15 g
	若鶏もも 皮付 2cm角	25 g		にんじん	10 g		おろしにんにく	0.5 g		豆腐	30 g
乳	たまねぎ	30 g	魚他肉	わんたんの皮	6 g	麦	豚かた 小間	35 g	肉	ながねぎ	5 g
	にんじん	20 g		ながねぎ	5 g		たまねぎ	50 g		赤みそ	4.5 g
乳	はくさい	30 g	他	並塩	0.7 g	他	にんじん	20 g	水	白みそ	4.5 g
	マッシュルーム水煮	10 g		白こしょう	0.02 g		じゃがいも	50 g		かつおだし	2 g
乳	並塩	0.7 g	他	中華スープ	1 g	他	カレー粉	17 g	肉	水	120 g
	白こしょう	0.02 g		しょうゆ	0.3 g		カレー粉	0.2 g		若鶏もも 切身50g	1 切
乳	チキンフイヨン	1 g	他	水	120 g	他	トマトケチャップ	3 g	他	おろしにんにく	0.3 g
	調理用牛乳	40 g		こまつな	10 g		中濃ソース	1 g		並塩	0.3 g
乳	米粉	4 g	他	ごま油	0.5 g	他	並塩	0.1 g	他	白こしょう	0.02 g
	水	80 g		生揚げ	50 g		白こしょう	0.03 g		酒	2 g
魚	生クリーム	8 g	他	油	0.5 g	他	水	80 g	他	しょうゆ	0.1 g
	たら50g	1 切		おろしにんにく	0.3 g		チンゲンサイ	20 g		米粉	4 g
魚	並塩	0.3 g	他	おろししょうが	0.3 g	他	もやし	30 g	他	片栗粉	4 g
	黒こしょう	0.02 g		豚かた 挽き	20 g		しめじ	10 g		油	4 g
他	乾燥パセリ	0.08 g	果	たまねぎ	10 g	果他	ナムルドレッシング	5 g	他	ごまつな	30 g
	バジル ミン	0.08 g		にら	2 g		ぶどうゼリー50g	1 個		白こんにゃく	10 g
他	ローレル粉末	0.08 g	果	並塩	0.1 g	果他			他	もやし	20 g
	米粉	4 g		三温糖	1 g					グラス付しょうゆ	2.5 g
他	片栗粉	4 g	果	赤みそ	3 g	果他			他		
	油	4 g		しょうゆ	1 g						
他	キャベツ	30 g	果	酒	1 g	果他			他		
	にんじん	7 g		トウバンジャン	0.08 g						
他	もやし	15 g	果	片栗粉	0.8 g	果他			他		
	サウザンドレッシング	5 g		ごま油	0.5 g						
他			果	みかん	1 個	果他			他		

令和8年

アレルギー用詳細献立表(予定)

小学校(中学年)

1月27日(火)			1月28日(水)			1月29日(木)			1月30日(金)			
青梅産米ご飯 牛乳 青梅産野菜のみそ汁 コロッケ ソース 豚肉のしょうが炒め			ご飯 牛乳 肉団子と春雨のスープ さわらのピリ辛焼 中華サラダ 塩中華ドレッシング			ご飯 牛乳 わかめと豆腐のみそ汁 照焼きハンバーグ 切り干し大根の塩炒め			ご飯 飲むヨーグルト(プレーン) うずら玉子のスープ インド風キーマカレー りんご			
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     麦他  他果	ご飯(青梅産米50/60/70g)	1 個	乳  肉     魚他肉    魚	ご飯(精米50/60/70g)	1 個	乳  他     他肉	ご飯(精米50/60/70g)	1 個	乳  肉     卵    他  他  麦  乳果	ご飯(精米50/60/70g)	1 個	
	飲む牛乳200ml	1 本		飲む牛乳200ml	1 本		飲む牛乳200ml	1 本		飲むヨーグルト(プレーン)150ml	1 本	
	だいこん	15 g		にんじん	10 g		生わかめ	5 g		油	0.3 g	
	にんじん	10 g		ミートボール	22 g		豆腐	30 g		肉	若鶏もも 皮付 2cm角	20 g
	油揚げ	5 g		緑豆はるさめ	4 g		赤みそ	4.5 g		たまねぎ	10 g	
	はくさい	15 g		えのきたけ	8 g		白みそ	4.5 g		にんじん	10 g	
	ながねぎ	5 g		並塩	0.7 g		かつおだし	2 g		キャベツ	20 g	
	赤みそ	4.5 g		白ごしょう	0.02 g		水	120 g		うずら卵	22 g	
	白みそ	4.5 g		中華スープ	1 g		ハンバーグ50g	1 個		並塩	0.7 g	
	かつおだし	2 g		しょうゆ	0.3 g		油	2 g		白ごしょう	0.01 g	
	水	120 g		片栗粉	1 g		三温糖	2 g		チキンブイヨン	1 g	
	コロッケ50g	1 個		水	120 g		白ごしょう	0.01 g		しょうゆ	0.3 g	
	油	6 g		ごまつな	10 g		しょうゆ	2 g		水	120 g	
	他果	5 g		さくら50g	1 切		みりん	1 g		オリーブ油	0.5 g	
	油	0.5 g		並塩	0.1 g		片栗粉	0.4 g		油	0.5 g	
おろししょうが	0.6 g	三温糖	0.5 g	水	12 g	豚かた 挽き	20 g					
豚かた 小間	30 g	しょうゆ	2 g	油	0.5 g	乾燥大豆	2 g					
たまねぎ	25 g	みりん	2 g	豚かた 小間	20 g	たまねぎ	15 g					
たけのこ水煮1/1ト	10 g	トフバンジャン	0.08 g	にんじん	7 g	トマト缶ダイス	15 g					
しょうゆ	3 g	ごま油	0.5 g	切り干しだいこん	5 g	ひよこ豆	20 g					
酒	1 g	油	2 g	ながねぎ	8 g	麦	カレー粉	2 g				
三温糖	0.5 g	だいこん	40 g	並塩	0.2 g	麦	カレー粉	0.15 g				
		にんじん	5 g	黒ごしょう	0.01 g	乳果	プレーンヨーグルト	0.2 g				
		さやいんげん	5 g	しょうゆ	2 g		りんご	7 g				
		きくらげ	0.3 g	酒	1 g			1/6 個				
		塩中華ドレッシング	5 g	ごま油	0.3 g							