

アレルギー用詳細献立表(予定)

年 組 児童名

令和8年

小学校(中学年)

3月2日(月)			3月3日(火)			3月4日(水)			3月5日(木)		
青梅産米ご飯 牛乳 小松菜のみそ汁 いかの一味マヨ焼 ひじきと大豆のそぼろ煮			ご飯 はっ酵乳(いちご) 菜の花の白みそ焼 鶏肉のねぎ塩だれ 絹さやと玉子の炒め物 ひなあられ			ご飯 牛乳 チキンカレー 大根サラダ ナムルドレッシング ヨーグルトクレープ			ご飯 野菜ふりかけ 牛乳 トックとわかめのスープ じゃが豚キムチ 清見オレンジ		
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(青梅産米50/60/70g)	1個	乳他果	ご飯(精米50/60/70g)	1個	乳	ご飯(精米50/60/70g)	1個	卵乳実麦他	ご飯(精米50/60/70g)	1個
他	豚かた 挽き	10g	他	はっ酵乳125ml(シブ・サハラ)	1本	肉	豚かた 挽き	10g	肉	野菜ふりかけ2.5g	1個
魚	干しひじき	1.8g	肉	にんじん	10g	他	油揚げ	8g	肉	豚もも 小間	15g
大豆	ひじき	1.8g	肉	油揚げ	8g	他	赤みそ	4.5g	肉	たまねぎ	15g
三温糖	しょうゆ	3g	肉	白みそ	9g	他	かつおだし	2g	肉	ごま油	0.5g
みりん		1g	肉	かつおだし	2g	他	水	120g	肉	若鶏もも こま	15g
			肉	水	120g	他	こまつな	15g	肉	トック	22g
			肉	菜の花	15g	他	いか50g	1切	肉	生わかめ	7g
			肉	若鶏もも 切身50g	1切	他	調理用ノンエッグマヨネーズ	10g	肉	ながねぎ	5g
			肉	油	2g	他	しょうゆ	2g	肉	並塩	0.5g
			肉	ごま油	1g	他	みりん	1g	肉	白こしょう	0.01g
			肉	おろしにんにく	0.3g	他	一味唐がらし	0.01g	肉	チキンブイヨン	1g
			肉	おろししょうが	0.3g	他	油	2g	肉	しょうゆ	0.3g
			肉	ながねぎ	8g	他	油	0.5g	肉	水	120g
			肉	並塩	0.4g	他	油	0.5g	肉	油	0.5g
			肉	黒こしょう	0.01g	他	油	0.5g	肉	たいこん	40g
			肉	三温糖	0.8g	他	油	0.5g	肉	しめじ	8g
			肉	酒	1.2g	他	油	0.5g	肉	さやいんげん	8g
			肉	ゆず果汁	0.8g	他	油	0.5g	肉	ナムルドレッシング	5g
			肉	水	5g	他	油	0.5g	肉	ヨーグルトクレープ35g	1個
			肉	油	1g	他	油	0.5g	肉		
			肉	若鶏もも こま	10g	他	油	0.5g	肉		
			肉	若鶏もも	10g	他	油	0.5g	肉		
			肉	たまねぎ	20g	他	油	0.5g	肉		
			肉	キャベツ	20g	他	油	0.5g	肉		
			肉	炒りたまご	15g	他	油	0.5g	肉		
			肉	白いりごま	0.5g	他	油	0.5g	肉		
			肉	さやえんどう	5g	他	油	0.5g	肉		
			肉	しょうゆ	0.5g	他	油	0.5g	肉		
			肉	並塩	0.1g	他	油	0.5g	肉		
			肉	白こしょう	0.01g	他	油	0.5g	肉		
			肉	ひなあられ(個包装)6g	1袋	他	油	0.5g	肉		

■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・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。

アレルギー用詳細献立表（予定）

令和8年

小学校（中学年）

3月6日(金)			3月9日(月)			3月10日(火)			3月11日(水)		
ミルクパン 牛乳 春キャベツのスープ たららのハーブ揚げ ナポリタンソース			ご飯 牛乳 中華どんの具 揚げしゅうまい(2個) 米粉ガトーショコラ			横割り丸パン 牛乳 野菜スープ メンチカツ ソース ジャーマンポテト			ご飯 牛乳 あぶ玉どんの具 お浸し しょうゆ レモンゼリー		
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	ミルクパンねじりリグ(小麦粉40/45/50g)	1個	乳	ご飯(精米50/60/70g)	1個	乳	横割り丸パン(小麦粉40/45/50g)	1個	乳	ご飯(精米50/60/70g)	1個
乳	牛乳	1本	乳	牛乳	1本	乳	牛乳	1本	乳	牛乳	1本
	たまねぎ	15g		油	0.5g		たまねぎ	8g		油	0.8g
	にんじん	10g		おろしにんにく	0.3g		にんじん	10g		豚かた 小間	25g
	キャベツ	15g		おろししょうが	0.3g		キャベツ	20g		たまねぎ	50g
	マッシュルーム水煮	8g		豚かた 小間	15g		マッシュルーム水煮	8g		にんじん	20g
	並塩	0.7g		たまねぎ	30g		並塩	0.7g		たけのこ水煮1/4	10g
	白こしょう	0.01g		にんじん	15g		白こしょう	0.01g		干しいたけ(千切)	0.7g
	チキンフイヨン	1g		たけのこ水煮缶詰	12g		チキンフイヨン	1g	他	油揚げ	10g
	しょうゆ	0.3g	甲	むきえび	10g		しょうゆ	0.3g	卵	液卵	35g
	水	120g	魚	いか短冊	10g		水	120g		グリーンピース	8g
	オリーブ油	0.5g		酒	2g	麦	オリーブ油	0.5g		三温糖	2g
魚	たら50g	1切	卵	うずら卵	22g		メンチカツ50g	1個		チキンフイヨン	1g
	並塩	0.3g		はくさい	50g	他	油	5g		しょうゆ	5g
	黒こしょう	0.02g		並塩	0.8g	他	グラス付ソニス	5g		みりん	1g
	乾燥パセリ	0.08g		白こしょう	0.02g		じゃがいも	50g		ごまつな	30g
	バジル ミン	0.08g		しょうゆ	0.3g		油	0.5g	他	もやし	15g
	ローレル粉末	0.08g		酒	1g		おろしにんにく	0.2g		しめじ	6g
	米粉	4g	魚	中華スープ	1g		バラベーコン	8g		グラス付しょうゆ	2.5g
	片栗粉	4g	他	片栗粉	3.5g		たまねぎ	10g	他	レモンゼリー30g	1個
	油	4g		水	20g		並塩	0.3g			
麦	スバゲツティ	12g	麦	ごま油	0.7g		白こしょう	0.01g			
	油	0.5g		しゅうまい18g	2個		粉辛子	0.08g			
	ワインナー	7g	他	油	5g		米粉	0.5g			
	にんじん	8g		米粉ガトーショコラ30g	1個		乾燥パセリ	0.03g			
	たまねぎ	15g									
他	トマトケチャップ	8g									
他	トマトピューレー	3g									
他	ウスターソース	1g									
	並塩	0.1g									
	白こしょう	0.01g									
	さやいんげん	3g									

メモ

アレルギー用詳細献立表（予定）

令和8年

小学校（中学年）

3月12日(木)			3月13日(金)			3月16日(月)			3月17日(火)					
ピラフ 牛乳 ポトフ チリビーンズ ココロりんご缶			赤飯 ごま塩 牛乳 すまし汁 鶏肉の唐揚げ 煮しめ 米粉ケーキ(いちご)			きのおこわ 飲むヨーグルト(プレーン) かき玉汁 豆乳コロッケ ソース こんにゃくと筍のピリ辛炒め			ご飯 牛乳 ハッシュドポーク ミモザソテー 白玉こんにゃく入りポンチ					
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			
他肉	ピラフ(精米50/60/70g)	1個	赤飯(精米50/60/70g)	1個	他乳	きのおこわ(精米50/60/70g)	1個	ご飯(精米60/70/80g)	1個	他肉	ピラフ(精米50/60/70g)	1個		
乳	飲む牛乳200ml	1本	小麦他乳	飲む牛乳200ml	2.25g	乳	飲むヨーグルト(プレーン)150ml	1本	乳	飲む牛乳200ml	1本	卵	たまねぎ	0.8g
	油	0.5g	乳	だいたい	10g	卵	たまねぎ	10g	油	0.5g	卵	にんじん	8g	
	ウインナー	10g	魚他	にんじん	8g		鶏卵	15g	油	0.3g	魚他	桜型かまぼこ	8g	
	たまねぎ	30g		桜型かまぼこ	8g		並塩	0.8g	油	1g		生わかめ	3g	
	にんじん	15g		並塩	1g		しょうゆ	0.3g	酒	1g		並塩	0.2g	
	じゃがいも	30g		しょうゆ	0.3g		かつおだし	1g	酒	0.02g		白ごしょう	0.01g	
	セロリ	2g		かつおだし	2g		水	120g	白ごしょう	0.5g		しょうゆ	1g	
	キャベツ	30g		水	120g	小麦他	みずな	5g	白ごしょう	0.5g		しょうゆ	1g	
	並塩	0.5g	肉	岩鶏もも 切身50g	1切	他乳	豆乳コロッケ50g	1個	白ごしょう	0.5g		しょうゆ	2g	
	白ごしょう	0.02g		おろしにんにく	0.3g	他果	クラッシュソニス	5g	白ごしょう	0.5g		しょうゆ	2g	
	チキンピジョン	1g		おろしにんにく	0.3g		ごま油	0.5g	白ごしょう	0.02g		しょうゆ	2g	
	しょうゆ	0.3g		並塩	0.02g		豚かた 千切	10g	白ごしょう	0.02g		しょうゆ	2g	
果	白ワイン	0.5g		白ごしょう	0.02g		ごま油	10g	白ごしょう	0.02g		しょうゆ	2g	
	水	80g		酒	2g		たけのこ水煮1/4	12g	白ごしょう	0.02g		しょうゆ	2g	
	油	0.5g		米粉	4g		白ごしょう	25g	白ごしょう	0.05g		しょうゆ	2g	
	おろしにんにく	0.3g		片栗粉	4g		にんじん	7g	白ごしょう	0.05g		しょうゆ	2g	
	豚かた 挽き	25g		油	4g	魚他肉	中華スープ	0.8g	白ごしょう	0.05g		しょうゆ	2g	
	たまねぎ	15g		にんじん	10g		三温糖	1g	白ごしょう	0.05g		しょうゆ	2g	
他他他	大豆	25g		さといも	20g		しょうゆ	2g	白ごしょう	0.05g		しょうゆ	2g	
他他他	トマトケチャップ	6g		たけのこ水煮缶詰	8g		一味唐がらし	0.01g	白ごしょう	0.05g		しょうゆ	2g	
他他他	トマトピューレー	6g		三角こんにゃく	10g		酒	1g	白ごしょう	0.05g		しょうゆ	2g	
	中濃ソース	1g		干しいたけ(1/4切)	0.5g		みりん	1g	白ごしょう	0.05g		しょうゆ	2g	
	しょうゆ	1g		三温糖	1g		並塩	0.2g	白ごしょう	0.05g		しょうゆ	2g	
	並塩	0.1g		並塩	0.1g		並塩	0.2g	白ごしょう	0.05g		しょうゆ	2g	
	チリパウダー	0.05g		しょうゆ	3g				白ごしょう	0.05g		しょうゆ	2g	
	チキンピジョン	0.1g		酒	1g				白ごしょう	0.05g		しょうゆ	2g	
果	りんご缶タイプ	60g	魚	和風だしの素	0.3g				白ごしょう	0.05g		しょうゆ	2g	
			水	10g					白ごしょう	0.05g		しょうゆ	2g	
			果他	米粉いちごケーキ24g	1個				白ごしょう	0.05g		しょうゆ	2g	

メモ

