

アレルギー用詳細献立表(予定)  
 中学校(中学)

年 組 生徒名

令和8年

3月2日(月)			3月3日(火)			3月4日(水)			3月5日(木)		
ご飯 牛乳 中華どんの具 揚げしゅうまい(3個) 米粉ガトーショコラ			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 はっ酵乳(いちご) 菜の花の白みそ椀 鶏肉のねぎ塩だれ 絹さやと玉子の炒め物 ひなあられ			ミルクパン 牛乳 春キャベツのスープ たらのハーブ揚げ ナポリタンソーテ		
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80g)	1個	乳	ご飯(精米90g)	1個	乳他果	ご飯(精米80g)	1個	乳麦	ミルクパンねじりリカ(小麦粉60g)	1個
	飲用牛乳200ml	1本		飲用牛乳200ml	1本		はっ酵乳125ml(シヨア:ｽﾀﾊﾞﾘ)	1本		飲用牛乳200ml	1本
	油	0.63g		油	1.01g	他	にんじん	12.6g		たまねぎ	18.9g
	おろしにんにく	0.38g		おろしにんにく	0.63g		油揚げ	6.3g		にんじん	12.6g
	おろししょうが	0.38g	肉	若鶏もも 皮付 2cm角	44.1g		生わかめ	3.78g		キャベツ	18.9g
	豚かた 小間	18.9g		たまねぎ	6.3g		白みそ	11.34g		マッシュルーム水煮	10.08g
	たまねぎ	37.8g		にんじん	25.2g		かつおだし	2.52g		並塩	0.88g
	にんじん	18.9g		じゃがいも	6.3g		水	151.2g		白ごしょう	0.01g
	たけのこ水煮缶詰	15.12g	麦	カレーパウ	21.42g		菜の花	18.9g		チキンフイヨン	1.26g
甲	むきえび	12.6g	他	カレー粉	0.25g	肉	若鶏もも 切身60g	1切		しょうゆ	0.38g
魚	いか短冊	12.6g		トマトケチャップ	3.78g		油	2.52g		水	151.2g
	酒	2.52g		中濃ソース	1.26g		ごま油	1.26g		オリーブ油	0.63g
卵	うずら卵	27.72g		並塩	0.13g		おろしにんにく	0.38g		たら70g	1切
	はくさい	6.3g		白ごしょう	0.04g		おろししょうが	0.38g		並塩	0.38g
	並塩	1.01g		水	100.8g		ながねぎ	10.08g		黒ごしょう	0.03g
	白ごしょう	0.03g		だいごん	50.4g		並塩	0.5g		乾燥パセリ	0.1g
	しょうゆ	0.38g		しめじ	10.08g		黒ごしょう	0.01g		バジル ミン	0.1g
	酒	1.26g		さやいんげん	10.08g		三温糖	1.01g		ローレル粉末	0.1g
魚他肉	中華スープ	1.26g	実他肉	ナムルドレッシング	6.3g	果	酒	1.51g		米粉	5.04g
	片栗粉	4.41g		ヨーグルトクレープ35g	1個		ゆず果汁	1.01g		片栗粉	5.04g
	水	25.2g					水	6.3g		油	5.04g
	ごま油	0.88g					油	1.26g		麦	スバゲツティ
麦	しゅうまい18g	3個				肉	若鶏もも こま	12.6g		油	15.12g
他	米粉ガトーショコラ30g	1個					たまねぎ	12.6g		ウインナー	0.63g
							キャベツ	25.2g		にんじん	10.08g
							炒りたまご	18.9g		たまねぎ	18.9g
							白いりごま	0.63g		トマトケチャップ	10.08g
							さやえんどう	6.3g		トマトピューレー	3.78g
							しょうゆ	0.63g		ウスターソース	1.26g
							並塩	0.13g		並塩	0.13g
							白ごしょう	0.01g		白ごしょう	0.01g
						他	ひなあられ(個包装)6g	1袋		さやいんげん	3.78g

■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。

「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

中学校（中学）

3月6日(金)			3月9日(月)			3月10日(火)			3月11日(水)			
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			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 牛乳 あぶ玉どんの具 お浸し しょうゆ レモンゼリー			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			
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	
卵乳小麦	ご飯(精米80g)	1個	乳	ご飯(青梅産米80g)	1個	乳	ご飯(精米80g)	1個	乳	横割り丸パン(小麦粉60g)	1個	
	野菜ふりかけ2.5g	1個		飲用牛乳200ml	1本		飲用牛乳200ml	1本		飲用牛乳200ml	1本	
肉	ごま油	0.63g	他	たまねぎ	25.2g	他	油	1.01g	小麦	たまねぎ	10.08g	
	若鶏もも こま	18.9g		油揚げ	10.08g		豚かた 小間	31.5g		にんじん	12.6g	
	トック	27.72g		赤みそ	5.67g		たまねぎ	6.3g		キャベツ	25.2g	
	生わかめ	8.82g		白みそ	5.67g		にんじん	25.2g		マッシュルーム水煮	10.08g	
	ながねぎ	6.3g		かつおだし	2.52g		たけのこ水煮1/4	12.6g		並塩	0.88g	
	並塩	0.63g		水	151.2g		干しいたけ(千切)	0.88g		白ごしょう	0.01g	
	白ごしょう	0.01g		ごまつな	18.9g		油揚げ	12.6g		チキンフイヨン	1.26g	
	チキンフイヨン	1.26g		いか60g	1個		液卵	44.1g		しょうゆ	0.38g	
	しょうゆ	0.38g		調理用ノンエッグマヨネーズ	12.6g		グリーンピース	10.08g		水	151.2g	
	水	151.2g		しょうゆ	2.52g		三温糖	2.52g		オリーブ油	0.63g	
	油	0.63g		みりん	1.26g		チキンフイヨン	1.26g		メンチカツ60g	1個	
	豚もも 小間	18.9g		一味唐がらし	0.01g		しょうゆ	6.3g		油	6.3g	
	たまねぎ	18.9g		油	2.52g		みりん	1.26g		他果	グラス付ソニス	6.3g
	にんじん	7.56g		ごまつな	0.63g		ごまつな	37.8g		じゃがいも	6.3g	
じゃがいも	37.8g	豚かた 挽き	12.6g	もやし	18.9g	油	0.63g					
糸こんにゃく	12.6g	にんじん	8.82g	おろしにんにく	7.56g	ハラペーコン	10.08g					
にら	2.14g	他	大豆	18.9g	グラス付しょうゆ	3.15g	たまねぎ	12.6g				
はくさいキムチ	10.08g	干しひじき	2.27g	レモンゼリー30g	1個	並塩	0.38g					
三温糖	0.63g	三温糖	2.52g			白ごしょう	0.01g					
しょうゆ	3.15g	しょうゆ	3.78g			粉辛子	0.1g					
酒	0.63g	みりん	1.26g			米酢	0.63g					
みりん	0.63g					乾燥パセリ	0.04g					
ごま油	0.38g											
果	清見オレンジ	1/4個										

メモ

アレルギー用詳細献立表（予定）

令和8年 中学校（中学）

3月12日(木)			3月13日(金)			3月16日(月)			3月17日(火)		
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)			ピラフ 牛乳 ポトフ チリビーンズ コロコロりんご缶			わかめご飯 牛乳 鶏団子と春雨のスープ 生揚げのマーボー炒め 清見オレンジ			ご飯 牛乳 白菜のみそ汁 照焼きハンバーグ のり塩ポテト		
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
小麦他	赤飯(精米80g)	1個	他肉	ピラフ(精米80g)	1個	乳	わかめご飯(精米80g)	1個	乳	ご飯(精米80g)	1個
乳	ごま塩	2.84g	乳	飲用牛乳200ml	1本	肉	飲用牛乳200ml	1本	他	飲用牛乳200ml	1本
魚他	だいにん	12.6g	油	油	0.63g	魚他肉	にんじん	12.6g	他	豆腐	37.8g
	にんじん	10.08g		ウィンナー	12.6g		ミートボール	27.72g		はくさい	25.2g
	桜型かまぼこ	10.08g		たまねぎ	37.8g		緑豆はるさめ	5.04g		にんじん	10.08g
	生わかめ	3.78g		にんじん	18.9g		えのきたけ	10.08g	他	油揚げ	6.3g
	並塩	1.26g		じゃがいも	37.8g		並塩	0.88g		赤みそ	5.67g
	しょうゆ	0.38g		セロリ	2.52g		白ごしょう	0.03g		白みそ	5.67g
	酒	1.26g		キャベツ	37.8g		中華スープ	1.26g		かつおだし	2.52g
	かつおだし	2.52g		並塩	0.63g		しょうゆ	0.38g	他肉	水	151.2g
	水	151.2g		白ごしょう	0.03g		片栗粉	1.26g		ハンバーグ60g	1個
肉	若鶏もも 切身60g	1切		チキンブイヨン	1.26g		水	151.2g		油	2.52g
	おろしにんにく	0.38g		しょうゆ	0.38g	他	こまつな	12.6g		しょうゆ	3.15g
	並塩	0.38g	果	白ワイン	0.63g		生揚げ	56.7g		みりん	1.26g
	白ごしょう	0.03g		水	100.8g		油	0.63g		酒	1.89g
	酒	2.52g		油	0.63g		おろしにんにく	0.38g		三温糖	2.52g
	米粉	5.04g		おろしにんにく	0.38g		おろししょうが	0.38g		白ごしょう	0.01g
	片栗粉	5.04g		豚かた 挽き	31.5g		豚かた 挽き	18.9g		片栗粉	0.5g
	油	5.04g		たまねぎ	18.9g	他	乾燥大豆	2.52g		水	12.6g
	にんじん	12.6g	他	大豆	31.5g		たまねぎ	12.6g		油	0.63g
	さといも	25.2g	他	トマトケチャップ	7.56g		たけのこ水煮1/4	12.6g		じゃがいも	6.3g
	たけのこ水煮缶詰	10.08g	他	トマトピューレー	7.56g		並塩	0.13g		あおさ粉	0.13g
	三角こんにやく	12.6g	他	中濃ソース	1.26g		赤みそ	3.78g		並塩	0.5g
	干ししいたけ(1/4切)	0.63g		しょうゆ	1.26g		三温糖	1.26g			
	三温糖	1.26g		並塩	0.13g		しょうゆ	1.26g			
	並塩	0.13g		チリパウダー	0.06g		酒	1.26g			
	しょうゆ	3.78g		チキンブイヨン	0.13g		トウバンジャン	0.08g			
魚	和風だしの素	0.38g	果	りんご缶ダイス	75.6g		片栗粉	1.01g			
水	水	12.6g					ごま油	0.63g			
果他	米粉いちごケーキ24g	1個					清見オレンジ	174個			

アレルギー用詳細献立表（予定）

令和8年

中学校（中学）

3月18日(水)			3月19日(木)			3月23日(月)			3月24日(火)		
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			黒砂糖パン 牛乳 クリームシチュー オムレツケチャップソース ゆで野菜 フレンチドレッシング			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 豚汁 さばの塩焼 ごまあえ		
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	ご飯(精米90g)	1個	乳	黒砂糖食パン(小麦粉60g)	1個	他乳	きのおこわ(精米80g)	1個	乳	ご飯(精米80g)	1個
	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		飲む牛乳200ml	1本
油	油	1.01g	肉	若鶏もも 皮付 2cm角	31.5g	卵	たまねぎ	12.6g	他	油	0.63g
	おろしにんにく	0.63g		たまねぎ	37.8g		にんじん	10.08g		豚かた 小間	37.8g
他	豚かた 千切	44.1g	乳	にんじん	25.2g	麦	にんじん	18.9g	魚	にんじん	12.6g
	並塩	0.25g		じゃがいも	37.8g		並塩	1.01g		だいこん	25.2g
他	白こしょう	0.01g	乳	並塩	0.88g	他	しょうゆ	0.38g	他	じゃがいも	37.8g
	たまねぎ	0.63g		白こしょう	0.03g		酒	1.26g		ごぼう	6.3g
他	にんじん	25.2g	卵	チキンフイヨン	1.26g	他	片栗粉	1.26g	他	豆腐	25.2g
	マッシュルーム水煮	12.6g		調理用牛乳	50.4g		かつおだし	2.52g		糸こんにゃく	12.6g
他	トマトケチャップ	6.3g	乳	米粉	5.04g	他	みずな	6.3g	魚	おろししょうが	0.38g
	トマトビュレー	6.3g		水	100.8g		豆乳コロッケ60g	1個		白みそ	11.34g
他	中濃ソース	6.3g	卵	生クリーム	10.08g	他	油	7.56g	他	かつおだし	2.52g
	しょうゆ	2.52g		オムレツ60g	1個		クラス付ソース	6.3g		水	12.6g
他	三温糖	2.52g	他	油	0.63g	他	ごま油	0.63g	他	さば薄塩60g	1切
	並塩	0.5g		トマトケチャップ	5.04g		豚かた 千切	12.6g		油	2.52g
他	白こしょう	0.03g	他	中濃ソース	0.38g	魚	たけのこ水煮1/4	15.12g	他	にんじん	15.12g
	パプリカ粉末	0.06g		トマトビュレー	2.52g		白こんにゃく	31.5g		さやいんげん	31.5g
他	チキンフイヨン	1.26g	他	赤ワイン	1.26g	他	にんじん	8.82g	他	油揚げ	8.82g
	米粉	5.04g		片栗粉	0.38g		中華スープ	1.01g		三温糖	2.52g
他	水	100.8g	他	水	3.78g	他	しょうゆ	1.26g	他	しょうゆ	3.78g
	油	0.63g		キャベツ	37.8g		しょうゆ	2.52g		みりん	1.26g
他	ブロッコリー	25.2g	他	もやし	18.9g	他	一味唐がらし	0.01g	美	白すりごま	0.63g
	キャベツ	25.2g		えだまめ	10.08g		酒	1.26g		白すりごま	1.26g
他	並塩	0.13g	他	フレンチドレッシング	6.3g	他	みりん	1.26g	美	白すりごま	1.26g
	白こしょう	0.01g		卵	果		りんご缶ダイス	25.2g		並塩	0.25g
白こしょう	0.01g	卵	果			りんご缶ダイス			25.2g	炒りたまご	25.2g
白こしょう	0.01g			卵	果		りんご缶ダイス	25.2g		白玉こんにゃく	37.8g
白こしょう	0.01g	卵	果			りんご缶ダイス			25.2g	りんご缶ダイス	25.2g

メモ