

アレルギー用詳細献立表(予定)
中学校

年 組 生徒名

令和8年

6月1日(月)			6月2日(火)			6月3日(水)			6月4日(木)		
ご飯 牛乳 肉どんの具 鶏肉とブロッコリーのごま炒め 冷凍みかん			ご飯 飲むヨーグルト(プレーン) かき玉汁 鶏肉の唐揚げ もやしの辛子炒め			横割り丸パン 牛乳 トマトスープ 豆乳コロッケ ソース コロコロソテー			ご飯 牛乳 のっぺい汁 ますの塩焼 お浸し しょうゆ 米粉プリンタルト		
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80g)	1個	乳	ご飯(精米80g)	1個	小麦乳	横割り丸パン(小麦粉60g)	1個	乳	ご飯(精米80g)	1個
	豚かたし切り	56.7g		飲むヨーグルト(プレーン) 150ml	1本	乳	飲む牛乳 200ml	1本		豚かたし切り	56.7g
	たまねぎ	75.6g		たまねぎ	12.6g		たまねぎ	18.9g		たまねぎ	75.6g
	にんじん	18.9g	卵	干しいたけ	0.882g		にんじん	12.6g		にんじん	18.9g
	しらたき	56.7g		塩	1.008g	他	キャバツ	18.9g		さといも	25.2g
	しめじ	12.6g		しょうゆ	0.378g		マッシュルーム水煮	10.08g		さつまいも	12.6g
	塩	0.252g		酒	1.26g		トマト缶(ダイス)	25.2g		干しいたけ	0.882g
	三温糖	2.52g		片栗粉	1.26g		三温糖	1.26g		糸こんにゃく	12.6g
	しょうゆ	8.82g		かつお節	2.52g		塩	1.008g		塩	0.504g
	酒	2.52g		水	151.2g		白こしょう	0.025g		しょうゆ	5.04g
	ごま油	0.63g		ごまつな	12.6g		チキンフイヨン	1.26g		みりん	1.26g
	おろしにんにく	0.378g		若鶏もも 切身 60g	1切		しょうゆ	0.378g		片栗粉	2.52g
	若鶏もも 2cm角	31.5g		おろしにんにく	0.378g	小麦他	オリーブ油	0.63g		かつお節	2.52g
	にんじん	8.82g		しょうゆ	3.78g		豆乳コロッケ 80g	1個	魚	ます 切身(薄塩) 60g	1切
	エリンギ	6.3g		酒	2.52g	果他	クラス付ソニス	7.56g		油	1.26g
	ブロッコリー	31.5g		米粉	5.04g		油	0.63g		ごまつな	37.8g
	三温糖	1.26g		片栗粉	5.04g		ワインナー	10.08g		もやし	18.9g
	しょうゆ	3.78g		油	5.04g	他	むきえだまめ	25.2g		しめじ	7.56g
	みりん	1.26g		にんじん	12.6g		ホールコーン	25.2g		クラス付しょうゆ	3.15g
	トウバンジャン	0.101g		たけのこ水煮(1/4)	12.6g		塩	0.378g	他	米粉プリンタルト 22g	1個
	黒いりごま	1.26g		もやし	25.2g		白こしょう	0.013g			
実果	白すりごま	1.26g		キャバツ	12.6g		チキンフイヨン	0.126g			
	みかん	1個		塩	0.378g						
			魚	白こしょう	0.013g						
				和風だしの素	0.126g						
				片栗粉	0.252g						
				粉辛子	0.101g						
				米酢	0.252g						

■特定原材料9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。

「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

6月5日(金)			6月8日(月)			6月9日(火)			6月10日(水)		
ご飯 牛乳 ポークカレー グリーンサラダ 塩中華ドレッシング 桃ゼリー			バターロールパン 牛乳 パンプキンポタージュ オムレツのケチャップソース カラフルゼリー			ご飯 牛乳 玉ねぎとじゃがいものみそ汁 いかのしょうゆマヨ焼 きんぴらごぼう			ご飯 牛乳 すまし汁 いわしのかば焼 国産メンマの炒め煮		
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	ご飯(精米90g)	1個	卵	バターロールパン(小麦粉50g)	1個	乳	ご飯(精米80g)	1個	乳	ご飯(精米80g)	1個
乳	飲用牛乳 200ml	1本	乳	飲用牛乳 200ml	1本	乳	飲用牛乳 200ml	1本	乳	飲用牛乳 200ml	1本
油	油	1.008g	乳	調理用バター	1.26g	たまねぎ	たまねぎ	25.2g	他	木綿豆腐	25.2g
	おろしにんにく	0.63g	乳	ばらベーコン	10.08g	じゃがいも	じゃがいも	25.2g		えのきたけ	10.08g
	豚かた こま	44.1g		たまねぎ	25.2g	生わかめ	生わかめ	5.04g		ながねぎ	6.3g
	たまねぎ	6.3g		かぼちゃペースト	25.2g	赤みそ	赤みそ	5.67g		生わかめ	5.04g
	にんじん	25.2g		塩	0.504g	白みそ	白みそ	5.67g		塩	1.008g
	じゃがいも	6.3g		白こしょう	0.025g	かつお節	かつお節	2.52g		しょうゆ	0.378g
麦	カレー粉	21.42g		チキンフイヨン	1.26g	水	水	151.2g		酒	1.26g
他	カレー粉	0.252g	乳	調理用牛乳	50.4g	魚	いが 切身 70g	1切れ		かつお節	2.52g
他	トマトケチャップ	3.78g		米粉	2.52g		調理用ノンエッグマヨネーズ	10.08g	魚	水	151.2g
他	中濃ソース	1.26g		水	1.26g		しょうゆ	2.52g		いわし 開き 50g	1枚
	塩	0.126g	乳	生クリーム	6.3g		みりん	1.26g		米粉	5.04g
	白こしょう	0.038g	卵	オムレツ 60g	1個		片栗粉	2.52g		片栗粉	5.04g
	水	100.8g		油	2.52g		油	0.63g		油	5.04g
	キャベツ	44.1g	他	トマトケチャップ	5.04g		豚かた こま	12.6g		おろししょうが	0.378g
	さやいんげん	10.08g	他	トマトピューレー	2.52g		にんじん	12.6g		三温糖	2.52g
	生わかめ	6.3g	他	中濃ソース	0.378g		ごぼう	25.2g		しょうゆ	3.78g
果	塩中華ドレッシング	6.3g		みりん	2.52g		糸こんにゃく	12.6g		みりん	1.26g
果	桃ゼリー 40g	1個		片栗粉	0.378g		三温糖	1.89g		片栗粉	0.504g
			果	カラフルゼリー	6.3g		しょうゆ	3.78g		水	151.2g
							みりん	1.26g		ごま油	0.63g
							ごま油	0.378g		豚かた 千切り	12.6g

×モ

アレルギー用詳細献立表(予定)

令和8年

中学校

6月11日(木)			6月12日(金)			6月15日(月)			6月16日(火)		
ご飯 牛乳 中華どんの具 春巻 レモンゼリー			ご飯 牛乳 ハヤシチュー 枝豆とコーンのマヨソテー 青梅市のお菓子(オーメ・ノーブル)			ご飯 牛乳 小松菜と豆腐のみそ汁 ししゃものカレー揚げ(3本) いんげんの甘辛炒め			ココアマーブル食パン 牛乳 ポテトポタージュ たらフライ ソース 小松菜と玉子のソテー		
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	ご飯(精米80g)	1個	乳	ご飯(精米80g)	1個	乳	ご飯(精米80g)	1個	乳他	ココアマーブル食パン(小麦粉60g)	1個
	飲用牛乳 200ml	1本		飲用牛乳 200ml	1本		飲用牛乳 200ml	1本	乳	飲用牛乳 200ml	1本
	油	0.63g		油	1.008g	他	油揚げ	6.3g	乳	調理用バター	1.26g
	おろしにんにく	0.378g		おろしにんにく	0.63g		木綿豆腐	18.9g		ばらベーコン	10.08g
	おろししょうが	0.378g		豚かた 千切り	44.1g		赤みそ	5.67g		たまねぎ	25.2g
	豚かた こま	25.2g		塩	0.252g		白みそ	5.67g		ポテトペースト	25.2g
	たまねぎ	6.3g		白こしょう	0.013g		かつお節	2.52g		塩	0.756g
	にんじん	18.9g		たまねぎ	6.3g		水	151.2g		白こしょう	0.025g
	たけのこ水煮缶	15.12g		にんじん	25.2g	魚	こまつな	18.9g		チキンフイヨン	1.26g
甲魚	むきえび	12.6g	麦他	マッシュルーム水煮	12.6g		ししゃも 15g	3本	乳	調理用牛乳	50.4g
	いか 短冊	12.6g	他	ハヤシルウ	15.12g		塩	0.189g		米粉	2.52g
	酒	2.52g	他	トマトケチャップ	3.78g		カレー粉	0.252g	乳	水	1.26g
	はくさい	6.3g	他	中濃ソース	1.26g		米粉	5.04g	麦魚	生クリーム	6.3g
	塩	1.008g		しょうゆ	1.26g		片栗粉	5.04g		たらフライ 60g	1個
	白こしょう	0.025g		パプリカ粉末	0.063g		油	5.04g	果他	油	7.56g
	しょうゆ	0.378g		米粉	2.52g		豚かた こま	0.63g		ワインナー	0.63g
	酒	1.26g		水	100.8g		にんじん	12.6g		たまねぎ	12.6g
魚他	中華スープ	1.26g		油	0.63g		さやいんげん	37.8g		炒りたまご	31.5g
	片栗粉	4.41g		おろしにんにく	0.378g		干ししいたけ	0.63g		塩	0.126g
	水	25.2g		キャベツ	12.6g		三温糖	2.52g	卵	白こしょう	0.013g
	ごま油	0.882g		ホールコーン	25.2g		しょうゆ	3.78g		こまつな	25.2g
麦他	春巻 60g	1個	他	むきえだまめ	25.2g		みりん	1.26g			
果他	レモンゼリー 30g	1個		塩	0.252g	実	一味唐からし	0.008g			
				白こしょう	0.013g		白すりごま	0.378g			
			卵麦乳	調理用ノンエッグマヨネーズ	6.3g		ごま油	0.378g			
				オーメ・ノーブル 38g	1個						

メモ

アレルギー用詳細献立表(予定)

令和8年

中学校

6月17日(水)			6月18日(木)			6月19日(金)			6月22日(月)		
ご飯 はっ酵乳(プレーン) 豚汁 さばの塩焼 刻み昆布の炒め物			ご飯 牛乳 ワンタンスープ 生揚げのマーボー炒め メロン			わかめご飯 牛乳 肉団子と春雨のスープ チキンナゲット(3個) ナムル ナムルドレッシング			梅ちりご飯 牛乳 かぼちゃのみそ汁 豚肉のスタミナ炒め ブルーベリークレープ		
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80g)	1個	乳	わかめご飯(精米80g)	1個	実果	梅ちりご飯(精米80g)	1個
	はっ酵乳(プレーン)125ml	1本		飲用牛乳 200ml	1本		飲用牛乳 200ml	1本	乳	飲用牛乳 200ml	1本
	油	0.63g		若鶏もも こま	12.6g		にんじん	12.6g		かぼちゃ	37.8g
	おろししょうが	0.378g		にんじん	12.6g		ミートボール	27.72g		にんじん	12.6g
	豚かた こま	37.8g	麦	わんたんの皮	7.56g		緑豆はるさめ	5.04g		たまねぎ	25.2g
	にんじん	12.6g		ながねぎ	6.3g		えのぎたけ	10.08g	他	油揚げ	6.3g
	だいこん	25.2g		塩	0.882g		塩	0.882g		赤みそ	5.67g
	じゃがいも	37.8g		白ごしょう	0.025g	魚他	白ごしょう	0.025g		白みそ	5.67g
他	ごぼう	6.3g		中華スープ	1.26g		中華スープ	1.26g		かつお節	2.52g
	木綿豆腐	25.2g		しょうゆ	0.378g		しょうゆ	0.378g		水	151.2g
	ながねぎ	6.3g		水	151.2g		片栗粉	1.26g		油	0.882g
	塩	0.126g		ごまつな	12.6g		水	151.2g		豚もも こま	37.8g
	白みそ	10.08g		ごま油	0.63g		ごまつな	12.6g		ながねぎ	12.6g
	かつお節	2.52g	他	生揚げ	6.3g	麦他	チキンナゲット 20g	3個		キャベツ	25.2g
	水	12.6g		油	0.63g		油	0.63g		にんじん	10.08g
魚	さば切身(薄塩) 60g	1切		おろしにんにく	0.378g		チキンナゲット 20g	3個		にら	3.78g
	油	2.52g		おろししょうが	0.378g		チンゲンサイ	25.2g		おろししょうが	0.504g
	ごま油	0.252g		豚かた 挽き	25.2g		もやし	37.8g		おろしにんにく	0.378g
	にんじん	12.6g		たまねぎ	12.6g	実他	しめじ	12.6g		しょうゆ	3.78g
	刻み昆布	2.52g		たけのこ水煮1/4	12.6g		チムルドレッシング	6.3g		三温糖	0.756g
魚	さつま揚げ	12.6g		塩	0.126g					塩	0.126g
	糸こんにゃく	15.12g		チキンピヨ	0.378g				他果	酒	1.512g
	酒	1.26g		三温糖	1.26g					片栗粉	0.504g
	三温糖	1.26g		赤みそ	3.78g					ブルーベリークレープ	1個
	しょうゆ	1.89g		しょうゆ	1.26g						
				酒	1.26g						
				トウバンジャン	0.101g						
				片栗粉	1.008g						
				ごま油	0.63g						
			果	メロン	1/16個						

メモ

アレルギー用詳細献立表(予定)

令和8年

中学校

6月23日(火)			6月24日(水)			6月25日(木)			6月26日(金)		
食パン 牛乳 りんごジャム 野菜スープ ハンバーグのトマトソース チキンマヨポテト			ご飯 牛乳 おかかふりかけ 生揚げのごま汁 肉じゃが 冷凍みかん			黒砂糖食パン 牛乳 クリームシチュー ハーブチキン アスパラとコーンのソテー			ご飯 牛乳 わかめスープ 揚げぎょうざ(3個) じゃが豚キムチ		
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
麦乳 果	食パン(小麦粉60g)	1個	乳	ご飯(精米80g)	1個	麦乳 果	黒砂糖食パン(小麦粉60g)	1個	乳	ご飯(精米80g)	1個
	りんごジャム 15g	1個	卵	おかがかりかけ 2.5g	1個		油	0.63g	乳	生わかめ	6.3g
	たまねぎ	18.9g	他	生揚げ	31.5g		ウインナー	12.6g		だいこん	18.9g
	にんじん	12.6g		にんじん	12.6g		たまねぎ	37.8g		しめじ	6.3g
	キャベツ	18.9g		だいこん	25.2g		にんじん	25.2g		ながねぎ	10.08g
	マッシュルーム水煮	10.08g	実	白練りごま	5.04g		じゃがいも	37.8g		塩	0.882g
	塩	0.882g		白みそ	11.34g		塩	0.882g		白こしょう	0.013g
	白こしょう	0.013g		みりん	1.26g		白こしょう	0.025g		チキンフイヨン	1.26g
	チキンフイヨン	1.26g		かつお節	2.52g		チキンフイヨン	1.26g		しょうゆ	0.378g
	しょうゆ	0.378g	実	水	151.2g		調理用牛乳	50.4g	麦他	水	151.2g
	水	151.2g		白すりごま	1.008g		米粉	5.04g		きょうざ 16g	3個
	オリーブ油	0.63g		油	0.63g		水	100.8g		油	5.04g
他	ハンバーグ 60g	1個		おろししょうが	0.378g	乳	生クリーム	10.08g		油	0.63g
	油	2.52g		豚かたごま	25.2g		若鶏もも切身 60g	1切		豚ももごま	18.9g
他	トマトピューレー	10.08g		たまねぎ	18.9g	果	オリーブ油	0.63g		たまねぎ	18.9g
	おろしにんにく	0.378g		にんじん	12.6g		白ワイン	2.52g		にんじん	7.56g
	塩	0.378g		じゃがいも	37.8g		塩	0.378g		じゃがいも	37.8g
	白こしょう	0.013g		糸こんにゃく	6.3g		黒こしょう	0.025g		糸こんにゃく	12.6g
	三温糖	1.008g		塩	0.126g		バジル	0.101g		にら	2.142g
他	中濃ソース	0.378g		三温糖	2.52g		ローレル粉末	0.101g		はくさいキムチ	7.56g
	片栗粉	0.504g		しょうゆ	3.78g		油	2.52g		三温糖	0.63g
	水	6.3g		みりん	1.26g		油	0.63g		しょうゆ	3.15g
	オリーブ油	0.378g	果	みかん	1個		おろしにんにく	0.252g		酒	0.63g
	じゃがいも	50.4g					ばらベーコン	10.08g		みりん	0.63g
	油	0.63g					アスパラガス	15.12g		ごま油	0.378g
	若鶏もも 2cm角	25.2g					さやいんげん	15.12g			
	ホールコーン	6.3g					ホールコーン	25.2g			
	しょうゆ	2.52g					塩	0.189g			
	みりん	1.26g					白こしょう	0.013g			
	調理用ノンエッグマヨネーズ	8.82g					チキンフイヨン	0.126g			

×モ

アレルギー用詳細献立表(予定)

令和8年

中学校

6月29日(月)			6月30日(火)									
ご飯 牛乳 もやしのみそ汁 豚肉のしょうが焼 キャバツの塩昆布炒め			ご飯 牛乳 ひよこ豆のカレー コーンとわかめのサラダ 青じそドレッシング あじさいゼリー									
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	ご飯(精米90g)	1個	乳	ご飯(精米90g)	1個							
	乳	飲用牛乳 200ml		1本	乳							飲用牛乳 200ml
他	もやし	18.9g	他	油	1,008g							
	にんじん	12.6g		おろしにんにく	0.63g							
	油揚げ	6.3g		豚かた 挽き	37.8g							
	生わかめ	5.04g		たまねぎ	6.3g							
	赤みそ	5.67g		にんじん	25.2g							
	白みそ	5.67g		じゃがいも	37.8g							
	かつお節	2.52g		ひよこ豆	18.9g							
	水	151.2g		麦	21.42g							
	豚かたロース 切身 60g	1枚		カレー粉	0.252g							
	おろししょうが	0.882g		カレー粉	0.252g							
	しょうゆ	5.04g		他	トマトケチャップ							3.78g
	塩	2.52g		他	中濃ソース							1.26g
	水	1.26g		塩	0.126g							
	油	1.26g		白こしょう	0.038g							
	油	0.504g		水	100.8g							
	おろしにんにく	0.252g		キャバツ	50.4g							
	にんじん	8.82g		ホールコーン	10.08g							
キャバツ	56.7g	乾燥わかめ	0.378g									
チキンブイヨン	0.378g	果	青じそドレッシング	6.3g								
塩昆布	0.882g	果	あじさいゼリー 30g	1個								
しょうゆ	1.26g											
黒こしょう	0.013g											
実	白すりごま	1.008g										
	ごま油	0.504g										

メモ