

11月2日(月)			11月4日(水)			11月5日(木)			11月6日(金)		
食パン 牛乳 りんごジャム 森のシチュー チキンナゲット(3個) マカロニのケチャップ炒め			ご飯 牛乳 ワントンスープ 鶏肉の漬焼 三色杏仁ゼリー			ご飯 はっ酵乳(プレーン) ポークストロガノフ きのこのバターじゃようゆソテー レモンゼリー			ご飯 牛乳 豚汁 いかのスパイシーマヨ焼 小松菜とコーンの炒め物		
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	乳	ご飯(精米90g)	1個	乳	ご飯(精米80g)	1個
	飲料牛乳 200ml	1本		飲料牛乳 200ml	1本		はっ酵乳(アレルギー) 125ml	1本		飲料牛乳 200ml	1本
	りんごジャム 15g	1個		若鶏もも こま	12.6g		油	1.26g		油	0.63g
	油	1.008g		にんじん	12.6g		おろしにんにく	0.63g		おろししょうが	0.378g
	ウィンナー	12.6g		わんたんの皮	7.56g		豚かた こま	44.1g		豚かた こま	25.2g
	たまねぎ	37.8g		たまねぎ	18.9g		塩	0.252g		にんじん	12.6g
	にんじん	12.6g		塩	0.882g		白こしょう	0.025g		だいこん	25.2g
	ブロッコリー	25.2g		白こしょう	0.025g		たまねぎ	6.3g		じゃがいも	25.2g
	マッシュルーム水煮	15.12g		中華スープ	1.26g		にんじん	25.2g		ごぼう	6.3g
	塩	0.882g		しょうゆ	0.378g		トマトケチャップ	15.12g		木綿豆腐	25.2g
乳	白こしょう	0.025g	魚他	水	151.2g	他他他	トマトピューレー	12.6g	他	糸こんにゃく	12.6g
	チキンピュイオン	1.26g		こまつな	12.6g		中濃ソース	6.3g		ながねぎ	6.3g
	調理用牛乳	50.4g		ごま油	0.63g		しょうゆ	2.52g		塩	0.126g
	米粉	5.04g		若鶏もも 切身 60g	1切		三温糖	2.52g		白みそ	10.71g
	水	100.8g		塩	0.252g		塩	0.252g		かつお節	2.52g
	生クリーム	10.08g		しょうゆ	1.89g		白こしょう	0.025g		水	12.6g
	チキンナゲット20g	3個		酒	1.764g		パプリカ粉末	0.063g	魚	いか 切身 60g	1枚
	油	5.04g		三温糖	0.378g		チキンピュイオン	1.26g		調理用ノンエッグマヨネーズ	10.08g
	麦	シヨニドバスターベンズ		おろししょうが	1.26g		米粉	6.3g		おろしにんにく	0.378g
	オリブ油	0.63g		おろしにんにく	0.126g		水	100.8g		塩	0.252g
	おろしにんにく	0.378g		水	12.6g		生クリーム	3.78g		カレー粉	0.126g
	たまねぎ	12.6g	他	油	1.26g		調理用バター	0.882g		黒こしょう	0.038g
	にんじん	10.08g		三色杏仁ゼリー	56.7g		しめじ	10.08g		チリパウダー	0.038g
	ピーマン	3.78g					エリンギ	10.08g		油	2.52g
	チキンピュイオン	0.126g					マッシュルーム水煮	12.6g		油	0.63g
	トマトケチャップ	7.56g					キャベツ	25.2g		おろししょうが	0.252g
	ウスターソース	1.26g					ホールコーン	10.08g		おろしにんにく	0.126g
	塩	0.126g					塩	0.252g		にんじん	8.82g
							しょうゆ	1.008g		ホールコーン	18.9g
							酒	1.26g		しめじ	8.82g
他他						果他	レモンゼリー 30g	1個		こまつな	31.5g
										塩	0.378g
										白こしょう	0.013g
										しょうゆ	0.882g

■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」に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。



令和8年

アレルギー用詳細献立表(予定)

中学校

11月9日(月)			11月10日(火)			11月11日(水)			11月12日(木)		
ご飯 牛乳 中華どんの具 揚げぎょうざ(3個) みかん			ご飯 牛乳 チキンカレー 大根サラダ ごまドレッシング ヨーグルトクレープ			豚肉とごぼうのご飯 牛乳 白菜のみそ汁 ぶりのコロコロ揚げ みかん			黒砂糖食パン 飲むヨーグルト(プレーン) クリームシチュー オムレツ ケチャップ ブロッコリーサラダ フレンチドレッシング		
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	豚肉とごぼうのご飯(精米80g)	1 個	乳	黒砂糖食パン(小麦粉60g)	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 飲むヨーグルト(プレーン) 150ml	1 本
	油	0.63 g		油	1.008 g		はくさい	31.5 g		油	1.008 g
	おろしにんにく	0.378 g		おろしにんにく	0.63 g	他	にんじん	12.6 g		若鶏もも 2cm角	31.5 g
	おろししょうが	0.378 g		若鶏もも 2cm角	44.1 g		木綿豆腐	18.9 g		たまねぎ	37.8 g
	豚かた ごま	18.9 g		たまねぎ	63 g		赤みそ	5.67 g		にんじん	25.2 g
	たまねぎ	63 g		にんじん	25.2 g		白みそ	5.67 g		じゃがいも	37.8 g
	にんじん	18.9 g		じゃがいも	63 g		かつお節	2.52 g		塩	0.882 g
	たけのこ水煮缶	15.12 g	麦	カレールウ	21.42 g	魚	水	151.2 g		白こしょう	0.025 g
	甲 ぶきえび	12.6 g		カレー粉	0.252 g		ぶり 2cm角	63 g	乳	チキンフイヨン	1.26 g
	魚 いか 短冊	12.6 g		トマトケチャップ	3.78 g		おろししょうが	0.378 g		調理用牛乳	50.4 g
	卵 酒	2.52 g	他	中濃ソース	1.26 g		おろしにんにく	0.378 g		米粉	5.04 g
	うずら卵水煮	27.72 g		塩	0.126 g		しょうゆ	3.78 g		水	100.8 g
	はくさい	63 g		白こしょう	0.038 g		酒	1.26 g	乳	生クリーム	10.08 g
	塩	1.008 g		水	100.8 g	果	みりん	1.26 g		オムレツ 60g	1 個
	白こしょう	0.025 g		だいごん	44.1 g		米粉	5.04 g		油	1.26 g
	しょうゆ	0.378 g		しめじ	7.56 g		片栗粉	5.04 g		他 ケチャップ 8g	1 個
	酒	1.26 g	実	さやいんげん	6.3 g		油	7.56 g		キャベツ	31.5 g
	魚他 中華スープ	1.26 g		ごまドレッシング	6.3 g		みがん	1 個	果	ブロッコリー	18.9 g
	片栗粉	4.41 g		ヨーグルトブレニア35g	1 個					さやいんげん	6.3 g
	水	25.2 g								フレンチドレッシング	6.3 g
	ごま油	0.882 g									
麦他魚	ぎょうざ 18g	3 個	果								
	油	5.04 g									
果	みかん	1 個									

令和8年

中学校

× 毛

令和8年

アレルギー用詳細献立表(予定)

中学校

11月19日(木)			11月20日(金)			11月24日(火)			11月25日(水)		
ご飯 牛乳 ちゃんこ汁 ししゃもの唐揚げ(3本) きんぴらごぼう			ご飯 牛乳 野菜ふりかけ 玉子スープ じゃが豚キムチ みかん			ピラフ はっ酵乳(いちご) ポトフ ハンバーグのデミグラスソース カラフルゼリー			わかめご飯 牛乳 なめこのみそ汁 大根と豚肉の炒め物 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	ご飯(精米80g)	1 個	乳	ご飯(精米80g)	1 個	乳	ピラフ(精米80g)	1 個	乳	わかめご飯(精米90g)	1 個
	飲用牛乳 200ml	1 本		飲用牛乳 200ml	1 本		はっ酵乳(いちご) 125ml	1 本		飲用牛乳 200ml	1 本
他	にんじん	12.6 g	卵	野菜ふりかけ 2.5g	1 個	他	油	0.63 g	他	なめこ水煮	18.9 g
	ミートボール	31.5 g		油	0.63 g		ウインナー	18.9 g		木綿豆腐	37.8 g
	生揚げ	18.9 g		若鶏もも こま	12.6 g		たまねぎ	37.8 g		ながねぎ	10.08 g
	はくさい	37.8 g		冷凍豆腐	25.2 g		にんじん	18.9 g		赤みそ	11.34 g
	ながねぎ	6.3 g		卵	18.9 g		セロリ	2.52 g		かつお節	2.52 g
	しめじ	6.3 g		ながねぎ	12.6 g		キャベツ	37.8 g		水	151.2 g
	塩	0.504 g		塩	0.882 g		さやいんげん	6.3 g		油	0.63 g
	しょうゆ	5.04 g		白こしょう	0.013 g		塩	0.63 g		豚かた こま	37.8 g
	酒	1.26 g		しょうゆ	1.008 g		白こしょう	0.025 g		塩	0.126 g
	かつお節	2.52 g		酒	0.63 g		チキンブイヨン	1.26 g		にんじん	10.08 g
	水	12.6 g		ごま油	0.378 g		しょうゆ	0.378 g		だいこん	37.8 g
	ししゃも 15g	3 本		中華スープ	1.26 g		白ワイン	0.63 g		さやいんげん	6.3 g
	米粉	5.04 g		片栗粉	2.52 g		水	100.8 g		三温糖	1.89 g
	片栗粉	5.04 g		水	151.2 g		他	ハンバーグ 60g		オイスターソース	1.89 g
	油	5.04 g		チンゲンサイ	12.6 g		油	2.52 g		しょうゆ	1.26 g
	油	0.63 g		油	0.63 g		麦他	デミグラスソース		酒	1.26 g
魚	豚かた こま	12.6 g	果	豚もも こま	18.9 g	果	三温糖	1.26 g	果	水	12.6 g
	にんじん	12.6 g		たまねぎ	18.9 g		赤ワイン	1.26 g		片栗粉	1.008 g
	ごぼう	31.5 g		にんじん	7.56 g		しょうゆ	1.26 g		黒こしょう	0.013 g
	糸こんにゃく	12.6 g		じゃがいも	37.8 g		片栗粉	0.504 g		りんご	1/6 個
	三温糖	1.89 g		糸こんにゃく	12.6 g		水	12.6 g			
	しょうゆ	3.78 g		にら	2.142 g		果他	カラフルゼリー			
	みりん	1.26 g		はくさいキムチ	8.82 g			56.7 g			
	ごま油	0.378 g		三温糖	0.63 g						
				しょうゆ	3.15 g						
				酒	0.63 g						
				みりん	0.63 g						
				ごま油	0.378 g						
				水	12.6 g						
				果	みかん						
					1 個						

令和8年

アレルギー用詳細献立表(予定)

中学校

11月26日(木)			11月27日(金)			11月30日(月)					
ご飯 牛乳 けんちん汁 ちくわの磯辺揚げ(2本) キャバツともやしの炒め物			横割り丸パン 牛乳 白菜スープ コロッケ ソース ツナ入りスクランブルエッグ			ご飯 牛乳 さといものごま汁 さわらの塩こうじ焼 こんにゃくの甘辛炒め					
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	麦乳	横割り丸パン(小麦粉60g)	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			
他	油	0.63 g	他	たまねぎ	12.6 g	実	さといも	37.8 g			
	若鶏もも こま	18.9 g		にんじん	12.6 g		他 生揚げ	12.6 g			
	にんじん	12.6 g		はくさい	25.2 g		さやいんげん	25.2 g			
	だいこん	18.9 g		マッシュルーム水煮	12.6 g		白練りごま	10.08 g			
	さといも	25.2 g		塩	0.882 g		白みそ	5.04 g			
	ごぼう	6.3 g		白こしょう	0.013 g		みりん	11.34 g			
	木綿豆腐	25.2 g		チキンフイヨン	1.26 g		かつお節	1.26 g			
	なかなねぎ	6.3 g		しょうゆ	0.378 g		水	2.52 g			
	塩	0.504 g		水	151.2 g	実魚	白すりごま	126 g			
	しょうゆ	5.04 g		オリーブ油	0.63 g		白すりごま	1.008 g			
魚	酒	1.26 g	麦他	コロッケ 60g	1 個	油	さわら切身 60g	1 切			
	かつお節	2.52 g		油	7.56 g		塩こうじ	5.544 g			
	水	126 g		他 クラス仕ワニス	6.3 g		酒	2.52 g			
	焼き竹輪 25g	2 本		油	0.63 g		みりん	1.26 g			
	小麦粉	10.08 g		ウィンナー	10.08 g		油	2.52 g			
	あおさのり	0.126 g		たまねぎ	12.6 g		油	0.63 g			
	塩	0.126 g	魚	ツナフレーク	18.9 g		豚かた こま	12.6 g			
	油	7.56 g		塩	0.063 g		にんじん	12.6 g			
	油	0.378 g		白こしょう	0.013 g		糸こんにゃく	37.8 g			
	ばらベーコン	6.3 g		カレー粉	0.101 g		干しいたけ	0.63 g			
	にんじん	8.82 g		卵 炒りたまご	31.5 g		三温糖	2.52 g			
	もやし	31.5 g					しょうゆ	3.78 g			
	キャバツ	25.2 g					みりん	1.26 g			
	塩	0.252 g					一味唐からし	0.008 g			
	白こしょう	0.013 g					ごま油	0.378 g			
	しょうゆ	0.378 g									
	片栗粉	1.26 g									

メモ