

裏面に記入例があります

R3年5月 詳細献立表 アレルゲン【 】

しょうがっこう ねん くみ なまえ( )

飲用牛乳の除去 ( する ・ しない )

センター 所長	栄教	校長	教頭	養教	担任

注意事項

- 保護者は、すべての確認欄に【食べる○ 食べない× 一部弁当持参 弁】をペンで記入してご提出ください。 なお、新年度から保護者印は省略します。
- 当日食べる料理、食べない料理をお子様にご知らせください。
- 揚げ油は、ろ過処理を行いながら1ヶ月程度使用します。そのため、揚げ油には、それまでの揚げ物の小麦や魚介エキスの成分を含む可能性があります。  
(卵、乳を含む食品は使用しません。)  
\* 揚げ物がある日は、7日(かつおのからめに)、14日(たちうおのからあげ)、20日(サーモンフライ)、25日(チキンチキンごぼう)、28日(ししゃものたつたあげ)です。
- 調味料の原材料は記載されていません。詳細を知りたい場合は、学校にお問い合わせください。  
黄枠 ...卵アレルギー除去食 青枠 ...乳アレルギー除去食 赤字 ...卵・乳を含む食品
- 記入例...裏面にあります。

日	曜	確認 ○×弁	こんだて	おもなざいりょう			調味料
				赤:主に体をつくるものになる	緑:主に体の調子を整えるものになる	黄:主にエネルギーのものになる	
6	木		パン	だっしふんにゅう		こむぎこ こめこ	
			ポークビーンズ	ぶたにく だいず	たまねぎ にんじん トマト パセリ にんにく	じゃがいも あぶら さとう	コンソメ トマトケチャップ しお こしょう
			わかめサラダ	わかめ	キャベツ きゅうり とうもろこし	あぶら さとう	す しょうゆ しお こしょう
			こどものひせりー	とうにゅう だいずこ	りんごかじゅう レモンかじゅう	さとう あぶら みずあめ	
7	金		ごはん			こめ	
			かつおのからめに	かつお	しょうが	でんぶん さとう あぶら	しょうゆ さけ みりん
			こまつなごまあえ		こまつな もやし	ごま さとう	しょうゆ
			たけのこのみそしる	とうふ あぶらあげ みそ	たけのこ たまねぎ にんじん だいこん ねぎ		だしiriこ
10	月		ごはん			こめ	
			なまあげのちゅうかに	なまあげ ぶたにく	たまねぎ キャベツ にんじん ねぎ たけのこ きくらげ しょうが	あぶら でんぶん	ちゅうかだし しょうゆ さけ オイスターソース
			はるさめのいためもの	チキンハム	たまねぎ チンゲンサイ ほししいたけ	はるさめ ごま ごまあぶら	しょうゆ しお こしょう
			こざかな	かたくちいわし		さとう でんぶん	しお
11	火		わかめごはん	わかめ		こめ さとう	しお
			にくじゃが	ぎゅうにく なまあげ	たまねぎ にんじん さやいんげん	じゃがいも しらたき あぶら さとう	しょうゆ さけ みりん
			やさいのごまドレッシングあえ		ほうれんそう キャベツ とうもろこし	ごま さとう あぶら	しょうゆ
			オレンジ		オレンジ		
12	水		ごはん			こめ	
			あじのみりんやき	あじ		さとう でんぶん	しょうゆ さけ みりん
			ひじききんぴら	ひじき さつまあげ	ごぼう にんじん	ごま あぶら さとう	しょうゆ みりん
			まめとんじる	だいず ぶたにく あぶらあげ みそ	たまねぎ にんじん だいこん しいたけ ねぎ	じゃがいも	だしiriこ
13	木		パン	だっしふんにゅう		こむぎこ こめこ	
			フランクフルトのケチャップいため	ポークフランクフルト	たまねぎ にんじん トマト パセリ	あぶら さとう	トマトケチャップ コンソメ ウスターソース こしょう
			はるやさいのクリームシチュー	ぎゅうにゅう とりにく しらはなまめペースト	キャベツ たまねぎ にんじん きぬさや	バター こんぶ じゃがいも あぶら	コンソメ しお こしょう
			(乳なし)はるやさいのスープ	とりにく しらはなまめペースト	キャベツ たまねぎ にんじん きぬさや	じゃがいも あぶら	コンソメ しお こしょう
			あまなつみかん		あまなつみかん		
14	金		たけのごはん	とりにく あぶらあげ	たけのこ にんじん	こめ あぶら さとう	しょうゆ わふうだし
			たちうおのからあげ	たちうお		でんぶん あぶら	しお こしょう
			あまずあえ		キャベツ きゅうり もやし	ごま さとう	す しょうゆ しお
			すましじる	とうふ	たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ		しょうゆ しお だしこんぶ けずりぶし(さば・いわし)
17	月		ごはん			こめ	
			かぼちゃしゅうまい(2こ)	すけそうだら とうふ だいずこ	かぼちゃ しょうが	こむぎこ あぶら さとう でんぶん ショートニング	しょうゆ みりん しお
			ぶたキムチ	ぶたにく	はくさいキムチ もやし チンゲンサイ	あぶら	しょうゆ さけ
			(はくさいキムチ)		はくさい たまねぎ りんご にんにく トマト		しお す とうがらし
			わかめスープ	わかめ とうふ ベーコン	たまねぎ にんじん キャベツ ねぎ		しょうゆ しお こしょう ちゅうかだし
	アセロラゼリー	かんてん	アセロラかじゅう レモンかじゅう	さとう みずあめ			

18	火	【おやこどんぶり】 むぎごはん				こめ むぎ	
		おやこどんぶりのぐ	たまご とりにく	たまねぎ にんじん ごぼう しいたけ ねぎ	さとう	しょうゆ みりん さけ	
		(卵なし)どんぶりのぐ	とりにく	たまねぎ にんじん ごぼう しいたけ ねぎ	さとう	しょうゆ みりん さけ	
		ごまじゃこあえ	しらすほし	ごまつな もやし	ごま さとう	しょうゆ	
19	水	ごはん				こめ	
		ひじきのり	ひじき のり にぼし かつお		さとう みずあめ	しょうゆ みりん	
		とりにくとじゃがいものにも	とりにく さつまあげ	たまねぎ にんじん さやいんげん	じゃがいも こんにやく あぶら さとう	しょうゆ さけ みりん	
		つしま	とうふ	にんじん ごぼう ほししいたけ しょうが	しらす さとう あぶら	わふうだし しょうゆ みりん す	
20	木	【セルフサーモンフライバーガー】 まるがたパン	だっしふんにゅう			こむぎこ こめこ	
		サーモンフライ	さけ		パンこ こむぎこ あぶら	しお こしょう	
		やさいのマヨネーズあえ		キャベツ にんじん	ノンエッグマヨネーズ	す しお こしょう	
		ミネストローネ	ベーコン だいず	たまねぎ にんじん トマト パセリ	じゃがいも さとう	コンソメ しょうゆ しお こしょう	
21	金	【カレーライス】 むぎごはん				こめ むぎ	
		レンズまめのカレー	きゅうりく レンズまめ しらはなまめペースト	たまねぎ にんじん グリンピース しょうが にんにく りんご	じゃがいも あぶら	カレールー トマトケチャップ ウスターソース しょうゆ しお	
		やさいのマリネ		キャベツ きゅうり とうもろこし	あぶら さとう	す しお	
		パインアップル		パインアップル			
24	月	チャーハン	やきぶた	たまねぎ にんじん しろねぎ にんにく しょうが		こめ あぶら	しょうゆ さけ みりん しお
		はっぼうさい	ぶたにく	たまねぎ たけのこ キャベツ もやし にんじん きくらげ	あぶら ごまあぶら でんぷん	ちゅうかだし しょうゆ さけ こしょう	
		パンサンスー	チキンハム	きゅうり にんじん	はるさめ ごま さとう ごまあぶら	す しょうゆ	
		りんごゼリー		りんごかじゅう りんごピューレ	さとう みずあめ		
25	火	ごはん				こめ	
		あじつけのり	のり		さとう	えびエキス こんぶエキス しょうゆ	
		チキンチンごぼう	とりにく	ごぼう えだまめ	でんぷん あぶら さとう	しょうゆ みりん さけ	
		ふるさとみそしる	とうふ あぶらあげ わかめ みそ	たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ		だしりこ	
26	水	ごはん				こめ	
		こうやどうふのたまごどじ	たまご こうやどうふ とりにく	たまねぎ にんじん さやいんげん	さとう あぶら	わふうだし みりん しょうゆ	
		(卵なし)こうやどうふのもの	こうやどうふ とりにく	たまねぎ にんじん さやいんげん	さとう あぶら	わふうだし みりん しょうゆ	
		とんひじき	ぶたひきにく ひじき みそ	にんじん ほししいたけ ねぎ しょうが にんにく	しらす さとう ごまあぶら さとう	しょうゆ さけ	
27	木	こくとうパン	だっしふんにゅう			こむぎこ こめこ くらざとう	
		いわしのトマトに	いわし	たまねぎ トマトペースト	さとう	しお	
		アスパラガスのサラダ		アスパラガス とうもろこし キャベツ	ノンエッグマヨネーズ	す しお こしょう	
		もずくスープ	もずく とりにく	たまねぎ にんじん ねぎ		コンソメ しょうゆ さけ しお	
28	金	ごはん				こめ	
		しそかつおふりかけ	いわしけずりぶし のり かつおけずりぶし だいず	あかしそ	ごま さとう	しお しょうゆ みりん こんぶエキス	
		ししゃものたつたあげ(2こ)	ししゃも	しょうが	さとう でんぷん あぶら	しょうゆ みりん	
		ほうれんそうのごまあえ		ほうれんそう キャベツ にんじん	ごま さとう	しょうゆ	
31	月	ごはん				こめ	
		さばのおやき	さば			しお	
		きりぼしだいこんのもの	あぶらあげ さつまあげ	きりぼしだいこん にんじん さやいんげん	あぶら さとう	しょうゆ さけ わふうだし	
		はるさめじる	とりにく	たまねぎ にんじん もやし ほししいたけ ねぎ	はるさめ	コンソメ しょうゆ しお こしょう	

### 記入例

お年 月 詳細献立表 アレルゲン【卵、りんご、まぐろ】

○ しょうがっこう ○ねん ○くみ なまえ(児童名)

飲用牛乳の除去(する・しない)

飲用牛乳を停止している場合:するに○  
飲用牛乳を飲む場合:しないに○

黄枠 …卵アレルギー除去食

青枠 …乳アレルギー除去食

赤字 …卵・乳を含む食品

除去食を  
食べない場合  
「上段の一般食に○」

上段:一般食

下段:除去食

除去食を  
食べる場合  
「下段の除去食に○」

認	おな	こんだて	おもなざいりょう			調味料
			赤:主に体をつくるものになる	緑:主に体の調子を整えるものになる	黄:主にエネルギーのものになる	
○	○	【セルフツナドッグ】 たてわりパン ツナサラダ	だっしふんにゅう	キャベツ きゅうり	こむぎこ こめこ ノンエッグマヨネーズ	す しお こしょう
○	○	かぼちゃのクリームシチュー	きゅうりにゅう とりにく しらはなまめペースト		じゃがいも あぶら こむぎこ	コンソメ しお こしょう
○	○	(乳なし)かぼちゃのスープ	とりにく だいず しらはなまめペースト		じゃがいも あぶら	コンソメ しお こしょう
○	○	ももゼリー			みずあめ さとう	
○	○	【おやこどんぶり】 むぎごはん			こめ むぎ	
○	○	おやこどんぶりのぐ	たまご とりにく	たまねぎ にんじん ごぼう ねぎ しいたけ	さとう	しょうゆ みりん さけ
○	○	(卵なし)どんぶりのぐ	とりにく	たまねぎ にんじん ごぼう ねぎ しいたけ	さとう	しょうゆ みりん さけ
○	○	きりぼしだいこんのさっぱりあえ	まぐろみずに こんぶ	きりぼしだいこん きゅうり えだまめ	さとう	しょうゆ す しお
○	○	わいとろりんご		りんご	さとう	

食べる「○」、食べない「×」、弁当持参「弁」をペンで記入してください。