

※必要事項を記入の上、7月12日(水)までに必ず学校に提出してください

※献立表を全て確認のうえ、該当するものに○印をつけてください
(配合割合一覧表も確認ください)

Header table with columns: 小学校, 年組, なまえ, 保護者確認氏名

Table for allergy status: 今月は、除去食・欠食・自己除去が... あります・ありません

アレルギー原因食物(アレルゲン)をご記入ください

Month header table: 月, 火, 水, 木, 金

調理場で除去可能な今月の献立 (Red box)
4日 かきたま汁の卵
5日 じゃがいものポタージュの牛乳・生クリーム
8日 夏野菜のかき揚げの桜えび
20日 かぼちゃスープの牛乳・生クリーム
22日 関東煮のうずら卵
25日 五目スープの卵

献立内容を確認し、すべての口欄に下記の...
どおり赤色で記号を記入してください
○ 食べる 「通常食」
■ 教室で除去 「自分で除去」
△ 調理場で除去 「除去食」
× 食べない 「欠食」
教室で除去する場合、除去する食材名を○で囲み、食材名の前に✓をつけてください。
(例) ✓ かまぼこ
弁当を持参する日は、枠内に大きく赤色で「持参」と記入してください。
(例) 18 X コッペパン 担任確認 持参

7大アレルゲンを色分けしています
卵 (Yellow)
乳 (Blue)
えび (Green)
小麦 (Red)
※枚方市では、上記以外の7大アレルゲンであるそば、落花生、かこの使用はありません。
※しょうゆには原材料に小麦、大豆が含まれています。
※アレルギー情報は、特定原材料28品目の有無を記載しています。
※ちりめんじゃこ・しらす等の小魚や魚、わかめ、ひじき、もずく等の海藻類は、えび・かきが混ざる漁法で採取しています。
※揚げ油はなたね油で、複数回使用します。
※29日のしめじには魚卵が入っています。

Table for 9th: ミニコッペパン
きゅうきゅうカレー(非常食)
きりぼしだいこんとツナのいためものツナフレック
きりぼしだいこん
ひじき
りょうりしゅ
うすくちしゅうゆ
しお
こしょう
ひまわりあぶら
みかんのかんづめ
みかんのかんづめ

Table for 4th: ごはん
かきたまじる
にんじん
たまねぎ
いとかまぼこ
たまご
あおねぎ
けずりぶし(さば・いわし)
こいくちしゅうゆ
うすくちしゅうゆ
しお
てんぷん

Table for 5th: しょくパン
じゃがいものポタージュ
ベーコン
たまねぎ
じゃがいもペースト
じゃがいも
パセリ
きゅうにゅう
なまクリーム
どりがらスープ
しお
こしょう
ひまわりあぶら
ラタトゥイユ
たまねぎ
にんにく
なす
ズッキーニ
パプリカ(き)

Table for 6th: ごはん ミニフィッシュ
マーボーどうぶ
ぶたミンチにく
つちしゅうが
にんにく
にんじん
たまねぎ
れいとう豆腐
あおねぎ
しお
さとう
こいくちしゅうゆ
みそ
どりがらスープ
カットコーン
こしょう
トウバンジャン
てんぷん
ひまわりあぶら

Table for 7th: パーカーパン
スープに
どりにく
にんじん
たまねぎ
じゃがいも
ホールコーン
けずりぶし(さば・いわし)
こいくちしゅうゆ
しお
こしょう
にくボール
たまねぎ
トマトケチャップ
ウスターソース
さとう
ひまわりあぶら
チンゲンサイのソテー
キャベツ
チンゲンサイ
にんじん
しお
こしょう
ひまわりあぶら
こいくちしゅうゆ

Table for 8th: ごはん
たまねぎのおつゆ
にんじん
たまねぎ
いとかまぼこ
あおねぎ
けずりぶし(さば・いわし)
さとう
こいくちしゅうゆ
うすくちしゅうゆ
しお
なつやさいのかきあげ
さくらえび
たまねぎ
かぼちゃ
ゴーヤ
オクラ
こめこ
てんぷん
しお
あげあぶら
ほそぎりこんぶのつくだに
つくだに
さとう
こいくちしゅうゆ
みりん
こめず
りょうりしゅ

Table for 11th: ごはん
みそじる
たまねぎ
うすあげ
とうがんとろ
れいとう豆腐
あおねぎ
けずりぶし(さば・いわし)
みそ
ごぼうのきんぴら
ごぼう
にんじん
つきこんにやく
ちくわ
ごま
さとう
こいくちしゅうゆ
みりん
ごまあぶら

Table for 12th: コッペパン
わふうスパゲティ
ベーコン
にんにく
ごぼう
にんじん
たまねぎ
スパゲティ
あおねぎ
どりがらスープ
こいくちしゅうゆ
しお
こしょう
オリーブあぶら
なすのカレーサンド
ぶたミンチにく
たまねぎ
なす
にんじん
トマトケチャップ
ウスターソース
しお
カレーこ
こしょう
ひまわりあぶら
れいとうみかん
れいとうみかん

Table for 13th: ごはん
とりだんご
とりだんご
にんにく
たまねぎ
えのきたけ
あおねぎ
けずりぶし(さば・いわし)
うすくちしゅうゆ
りょうりしゅ
みりん
しお
ちくわのいそあげ
ちくわ
あおさこ
てんぷん
こめこ
しお
あげあぶら
にんじんシリシリ
にんじん
ツナフレック
うすくちしゅうゆ
りょうりしゅ
しお
こしょう
ひまわりあぶら

Table for 14th: こくどうパン
キムチスープ
ぶたにく
れいとう豆腐
はくさいキムチ
レタス
たまねぎ
しら
どりがらスープ
どんこつスープ
みりん
いかのあまから
いか
りょうりしゅ
こいくちしゅうゆ
みりん
さとう
てんぷん
いもおこわ
もちごめ
ざつまいも
しお
りょうりしゅ

Table for 15th: ごはん
ホウゴウロウ
ぶたにく
つちしゅうが
にんじん
たまねぎ
たけのこ
ほししいたけ
キャベツ
みそ
こいくちしゅうゆ
りょうりしゅ
トウバンジャン
オウスターソース
しお
こしょう
てんぷん
ひまわりあぶら
ごまあぶら
しゅうまい
しゅうまい
さとう
こめず
こいくちしゅうゆ
えだまめ
えだまめ

Table for 19th: わかめごはん
じゃがいももちのおつゆ
にんじん
たまねぎ
いとかまぼこ
じゃがいももち
あおねぎ
けずりぶし(さば・いわし)
うすくちしゅうゆ
しお
ささみとにんじんのあますあえ
にんじん
たまねぎ
ひじき
さとう
こめず
こいくちしゅうゆ
みりん
あげごぼうのごまだれ
ごぼう
てんぷん
あげあぶら
みりん
さとう
こいくちしゅうゆ
ごま

Table for 20th: コッペパン
かぼちゃスープ
ベーコン
たまねぎ
かぼちゃ
かぼちゃペースト
きゅうにゅう
なまクリーム
どりがらスープ
しお
ひまわりあぶら
どりにくのマーメイドやき
マーメイドやき
どりにく
しお
こしょう
マーメイド
こいくちしゅうゆ
ラノサラタ
キャベツ
にんじん
しお
こしょう
こめず
さとう
オリーブあぶら

Table for 21th: ごはん あじつけのり
みそラーメン
ぶたにく
たまねぎ
にんじん
ホールコーン
あおねぎ
かまぼこ(なるど)
あおねぎ
つちしゅうが
にんにく
うすくちしゅうゆ
みそ
けずりぶし(さば・いわし)
あつあげのチリソース
チリソース
ひとくちあつあげ
たまねぎ
あおねぎ
トマトケチャップ
さとう
うすくちしゅうゆ
トウバンジャン
ひまわりあぶら

Table for 22th: ごはん つぼづけ
かんどうに
ぶたにく
にんじん
じゃがいも
いたこんにやく
さとう
こいくちしゅうゆ
うすくちしゅうゆ
うすくちしゅうゆ
けずりぶし(さば・いわし)
ひとくちあつあげ
ひとくちあつあげ
けずりぶし(さば・いわし)
さとう
こいくちしゅうゆ
なすのベーコン
いため
ベーコン
にんじん
なす
みりん
うすあげ
こいくちしゅうゆ
しお
こしょう
ひまわりあぶら

Table for 25th: コッペパン
ごもくスープ
ぶたにく
にんじん
たまねぎ
ほししいたけ
もやし
たまご
あおねぎ
どりがらスープ
どんこつスープ
こいくちしゅうゆ
しお
こしょう
てんぷん
ブルコギ
きゅうにく
しお
こしょう
りょうりしゅ
つちしゅうが
にんにく
たまねぎ
にんじん
あおねぎ
ごま
りんごピューレ
みりん
さとう
コチュジャン
こいくちしゅうゆ
ひまわりあぶら
ごまあぶら
ふかしいも
ぎつまいも
しお

Table for 26th: ごはん
とうがんにじる
にんじん
あおねぎ
かまぼこ
とうがんとろ
あおねぎ
だいたす
えのきたけ
こいくちしゅうゆ
りょうりしゅ
しお
ホキのなんばんづけ
ホキ
りょうりしゅ
こいくちしゅうゆ
てんぷん
あげあぶら
たまねぎ

Table for 27th: ごはん
まめがきらいなぼくでも
たべられるまめカレー
ぎゅうミンチにく
つちしゅうが
にんにく
たまねぎ
にんじん
だいたす
きんときまめ
ひよこまめ
ひよこまめペースト
ホールコーン
なす
オニオンペースト
トマトホールかん
カレーこ
どりがらスープ
トマトケチャップ
ウスターソース
こいくちしゅうゆ
さとう
しお
こしょう
ひまわりあぶら
ささみとキャベツのソテー
ささみ
キャベツ
にんじん
しお
こしょう
こいくちしゅうゆ
りょうりしゅ
ひまわりあぶら
ぶどうゼリー
ぶどうゼリー

Table for 28th: コッペパン
わかめスープ
やきぶた
にんじん
たまねぎ
れいとう豆腐
わかめ
あおねぎ
どりがらスープ
どんこつスープ
こいくちしゅうゆ
しお
こしょう
ぶたにくとキャベツのピリカラいため
ぶたにく
つちしゅうが
にんにく
にんじん
キャベツ
りょうりしゅ
トウバンジャン
しお
さとう
ごまあぶら
つきみだんご(みたらし)
しらたまだんご
さとう
こいくちしゅうゆ
みりん
てんぷん

Table for 29th: ごはん
ごじる
だいたす
にんじん
いたこんにやく
じゃがいも
たまねぎ
あおねぎ
けずりぶし(さば・いわし)
みそ
うすくちしゅうゆ
ししやも
ししやも
ごぎつねどん
ぶたミンチにく
うすあげ
にんじん
むきえだまめ
ひまわりあぶら
さとう
こいくちしゅうゆ
てんぷん

コッペパン:小麦、乳
ごもくスープ:卵、鶏肉、豚肉
ブルコギ:りんご、牛肉、大豆、ごま

とうがんにじる:さば

まめがきらいなぼくでもたべられるまめカレー:牛肉、鶏肉、大豆
ささみとキャベツのソテー:鶏肉

コッペパン:小麦、乳
わかめスープ:鶏肉、豚肉、大豆
ぶたにくとキャベツのピリカラいため:豚肉、大豆、ごま

ごじる:さば、大豆
ごぎつねどん:さば、豚肉、大豆

今月の炊き込みごはん
「わかめごはん」(19日)
こめ 80g
たきこみわかめ 2.3g