

※必要事項を記入の上、10月17日(月)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
(配合割合一覧表もご確認ください)

小学校 年組 なまえ 保護者確認氏名

今月は、除去食・欠食・自己除去が
全日牛乳を

あります ・ ありません
飲みます ・ 飲みません

アレルギー原因食物(アレルゲン)をご記入ください

月 火 水 木 金

7大アレルギーを色分けしています

- 卵
乳
えび
小麦

※枚方市では、上記以外の7大アレルギーであるそば、落花生、かへ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が、これについては記載していません。

1 火 1 火 1 火 1 火 1 火
ごとうパン
キャベツととりだんごのスープ
ライスソテー
げんまい
ロースハム
たまねぎ
にんじん
ホールコーン
キャベツ
しお
あおねぎ
とりがらスープ
とんこつスープ
こいくちしょうゆ
しお
みかん

2 水 2 水 2 水 2 水
ごぼん
ミニフィッシュ
マーボー豆腐
ぶたミンチにく
つちしょうが
にんにく
たまねぎ
れいとうとうふ
あおねぎ
さとう
こいくちしょうゆ
みそ
とりがらスープ
トウバンジャン
てんぷん
ひまわりあぶら
ささみとキャベツのいためもの
ささみフレーク
キャベツ
こまつな
さとう
こいくちしょうゆ
しお
ひまわりあぶら

3 木 3 木 3 木
今月の炊き込みごぼん
「くろまいごぼん」(7日)
こめ 75g
くろまい 2.1g
「かやくごぼん」(10日)
こめ 65g
しいたけ 1.9g
うすあげ 1.5g
にんじん 2.9g
ごぼん 2.9g
たけのこ 7.8g
こんやく 2.9g
しょうゆ、みずあめ、かつおだし、
こんぶだし、みりん、さとう、しお、す
「わかめごぼん」(15日)
こめ 80g
たきこみわかめ 2.3g

4 金 4 金 4 金
コッペパン
ふゆやさいのスープ
おからサラダ
ベーコン
カットウィンナー
たまねぎ
だいこん
はくさい
とりがらスープ
こいくちしょうゆ
しお
ひまわりあぶら
うのはな
ツナフレーク
たまねぎ
にんじん
とうじゆ
こめず
さとう
しお
うすくちしょうゆ
ひまわりあぶら
だいがくいも
ぎつまいも
あげあぶら
さとう
こいくちしょうゆ

7 日 7 日 7 日
くろまいごぼん
ふくじんづけ
ボークカレー
ぶたにく
つちしょうが
たまねぎ
にんじん
じゃがいも
カレーこ
ひまわりあぶら
オニオンペースト
ウスターソース
のうこうソース
トマトケチャップ
チャツネ
こいくちしょうゆ
とりがらスープ
あかワイン
りんごビュレ
さとう

8 日 8 日 8 日
ごぼん
ぶたじる
ぶたにく
うすあげ
にんじん
じゃがいも
だいこん
もやし
あおねぎ
みそ
ししゃも
ししゃも
ひじきのいために
ひじき
にんじん
ちくわ
けずりぶし(さば・いわし)
さとう
こいくちしょうゆ
みりん
ひまわりあぶら

9 日 9 日 9 日
コッペパン
ふゆやさいの
どうにゅうスパゲティ
ベーコン
たまねぎ
にんじん
カリフラワー
ほうれんそう
ぶたにく
とりがらスープ
うすくちしょうゆ
しお
ひまわりあぶら
キャベツのソテー
ロースハム
キャベツ
にんじん
しお
こしょう
ひまわりあぶら
かき
かき

10 日 10 日 10 日
かやくごぼん
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)
こいくちしょうゆ
うすくちしょうゆ
しお
かきあげ
さくらえび
じゃがいも
にんじん
たまねぎ
しゅんぎく
こめこ
てんぷん
しお
あげあぶら
こうや豆腐の
ふくめに
ひとくちこうや
けずりぶし(さば・いわし)
さとう
うすくちしょうゆ
みりん
しお

11 日 11 日 11 日
しょくパン
スライスチーズ
ボークビーンズ
ぶたにく
ベーコン
しろいんげんまめ
たまねぎ
にんじん
じゃがいも
トマトホールかん
とりがらスープ
トマケチャップ
ウスターソース
あかワイン
さとう
しお
こしょう
ひまわりあぶら
コーンソテー
にんじん
ホールコーン
チンゲンサイ
しお
こしょう
こいくちしょうゆ
ひまわりあぶら

14 日 14 日 14 日
ごぼん
のりかつおふりかけ
みそおでん
ぶたにく
にんじん
ちくわ
だいこん
いたこんやく
さとう
こいくちしょうゆ
あつあげ
うずらたまご
さとう
こいくちしょうゆ
けずりぶし(さば・いわし)
みそ
さとう
こいくちしょうゆ
けずりぶし(さば・いわし)

15 日 15 日 15 日
わかめごぼん
ふゆやさいなべ
ぶたにく
うすあげ
とうふ
にんじん
だいこん
さとう
こいくちしょうゆ
あつあげ
うずらたまご
れんこんの
からみそいため
ぶたにく
れんこん
こまつな
にんにく
つちしょうが
ごま
ひまわりあぶら
みそ
さとう
こいくちしょうゆ
みりん
トウバンジャン
てんぷん
きんときまめ
きんときまめ
さとう
こいくちしょうゆ

16 日 16 日 16 日
コッペパン
ミネストローネ
ベーコン
カットウィンナー
にんじん
たまねぎ
じゃがいも
ホールコーン
キャベツ
パセリ
とりがらスープ
とんこつスープ
トマトホールかん
トマトビュレ
さとう
うすくちしょうゆ
しお
こしょう
あかワイン
ひまわりあぶら
にくボール
てりやきソース
にくボール
さとう
こいくちしょうゆ
りょうりしゆ
みりん
てんぷん
ブロックリー
ブロックリー
ごまドレッシング

17 日 17 日 17 日
ごぼん
つぼづけ
にくじゃが
ぎゅうにく
たまねぎ
にんじん
じゃがいも
つきこんやく
むきえだまめ
さとう
こいくちしょうゆ
りょうりしゆ
ひまわりあぶら
はくさいの
こんぶあえ
はくさい
にんじん
しおこんぶ
うすくちしょうゆ

18 日 18 日 18 日
うずまきパン
カレーうどん
ぎゅうにく
うすあげ
たまねぎ
にんじん
ほうれんそう
うどん
あおねぎ
だしこんぶ
けずりぶし(さば・いわし)
カレーこ
こいくちしょうゆ
うすくちしょうゆ
さとう
みりん
しお
てんぷん
ほうれんそうの
ソテー
にんじん
ホールコーン
ほうれんそう
オリーブあぶら
しお
こしょう
こいくちしょうゆ
みかん
みかん

21 日 21 日 21 日
ごぼん
ごじる
ぶたにく
だいたい
いたこんやく
にんじん
とうふ
えのきたけ
あおねぎ
じゃがいも
みそ
うすくちしょうゆ
はたはたの
からあげ
はたはた
あげあぶら
こまつなの
ごまいため
やきぶた
こまつな
キャベツ
にんじん
ごま
さとう
こいくちしょうゆ
ひまわりあぶら

22 日 22 日 22 日
ごぼん
あじつけのり
タツリタン
ぶたにく
にんにく
りょうりしゆ
しお
たまねぎ
にんじん
じゃがいも
ひとくちあつあげ
むきえだまめ
とりがらスープ
こいくちしょうゆ
さとう
みりん
コチュジャン
ひまわりあぶら
はるさめの
いためもの
やきぶた
にんじん
りよくとうはるさめ
こまつな
さとう
こいくちしょうゆ
ひまわりあぶら
きんときまめ
きんときまめ
さとう
こいくちしょうゆ

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 コッペパン 持参

24 日 24 日 24 日
しょくパン
いんげんまめの
クリームスープ
ベーコン
しろいんげんまめ
たまねぎ
じゃがいも
パセリ
ぎゅうにく
なまクリーム
とりがらスープ
しお
こしょう
ひまわりあぶら
れんこんソテー
れんこん
にんじん
ささみフレーク
ごま
さとう
こいくちしょうゆ
しお
こしょう
ひまわりあぶら
りんご
りんご

25 日 25 日 25 日
ごぼん
かきたまじる
にんじん
たまねぎ
いとかまぼこ
たまねぎ
あおねぎ
だしこんぶ
けずりぶし(さば・いわし)
こいくちしょうゆ
うすくちしょうゆ
しお
てんぷん
やきざかな(ほっけ)
ほっけ
だいこんのもの
うすあげ
だいこん
けずりぶし(さば・いわし)
さとう
こいくちしょうゆ

28 日 28 日 28 日
コッペパン
ボルシチ
ぎゅうにく
ベーコン
たまねぎ
にんじん
じゃがいも
キャベツ
とりがらスープ
トマケチャップ
トマトホールかん
ウスターソース
さとう
しお
こしょう
あかワイン
ひまわりあぶら
ツナコーン
ツナフレーク
たまねぎ
ホールコーン
しお
こしょう
うすくちしょうゆ
ひまわりあぶら
みかん
みかん

29 日 29 日 29 日
ごぼん
みそしる
たまねぎ
うすあげ
れいとうとうふ
わかめ
あおねぎ
けずりぶし(さば・いわし)
みそ
あげさばの
みぞれあえ
さば
つちしょうが
こいくちしょうゆ
りょうりしゆ
てんぷん
あげあぶら
だいこん
けずりぶし(さば・いわし)
みりん
うすくちしょうゆ
さとう
もやしの
いためもの
やきぶた
もやし
にんじん
さとう
こいくちしょうゆ
しお
こしょう
ひまわりあぶら

30 日 30 日 30 日
ごぼん
ゆかりふりかけ
いそに
ぶたにく
にんじん
じゃがいも
いたこんやく
さとう
こいくちしょうゆ
ひとくちごぼん
ひとくちあつあげ
ひじき
さとう
こいくちしょうゆ
むきえだまめ
けずりぶし(さば・いわし)
さとう
こいくちしょうゆ
にびたし
うすあげ
はくさい
こまつな
にんじん
みりん
うすくちしょうゆ
さとう

調理場で除去可能な今月の献立
10日 かき揚げの桜えび
14日 みそおでんのうずら卵
24日 いんげん豆のクリームスープの牛乳・生クリーム
25日 かきたま汁の卵
★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。
★8日のししゃもには魚卵がはいっています。
★21日のはたはたには魚卵がはいっています。

コッペパン:小麦、乳
ボルシチ:牛肉、鶏肉、豚肉

みそしる:さば、大豆
あげさばのみぞれあえ:さば
もやしのいためもの:豚肉

いそに:さば、鶏肉、大豆
にびたし:さば、大豆

しょくパン:小麦、乳
いんげん豆のクリームスープ:乳、鶏肉、豚肉
れんこんソテー:鶏肉、ごま、りんご、りんご

かきたまじる:卵、さば
だいこんのもの:さば、大豆