令和5年6月

食物アレルギー対応確認用献立表

Aブロック
枚方市教育委員会
枚方市学校給食会

※必要事項を記入の上、5月17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、該当するものに〇印をつけてください
（配合割合一覧表も確認ください）

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	あります　・　ありません
全日牛乳を	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

調理場で除去可能な今月の献立

6日	もずくのかき揚げの桜えび
8日	コーンスープの牛乳・生クリーム
9日	かきたま汁の卵
16日	卵のおつゆの卵
20日	いんげん豆のクリームスープの牛乳・生クリーム
28日	関東煮のうずら卵

★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・かに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。
★26日のきびなごには魚卵がはいっていることがあります。

献立内容を確認し、すべての□欄に下記のとおり赤色で記号を記入してください

〇	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、除去する食材名を〇で囲み、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	担任確認

7大アレルゲン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大アレルゲンであるそば、落花生、かに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。

今月の炊き込みごはん

「わかめごはん」(6日)
こめ 75g たきこみわかめ 2.1g

「かやくごはん」(22日)
こめ 65g
しいたけ 1.9g　うすあげ 1.5g
にんじん 2.9g　ごぼう 2.9g
たけのこ 7.8g　こんにゃく 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

「わかめごはん」(26日)
こめ 80g たきこみわかめ 2.3g

1（木）ごまパン

キャベツととりだんごのスープ		あかうおのバーベキューソース	
とりだんご	25	あかうお	1pc
にんじん	10	りょうりしゅ	0.5
たまねぎ	20	にんにく	0.1
ほししいたけ	0.3	さとう	1
キャベツ	30	こいくちしょうゆ	3
あおねぎ	5	りんごピューレ	3
とりがらスープ	3	レモンかじゅう	0.1
とんこつスープ	2	えだまめ	
こいくちしょうゆ	3	えだまめ	20
しお	0.2		
こしょう	0.02		

ごまパン：小麦、乳、ごま　キャベツととりだんごのスープ：鶏肉、豚肉　あかうおのバーベキューソース：りんご　えだまめ：大豆

2（金）ごはん ふくじんづけ

ポークカレー		しお	0.4
ぶたにく	20	こしょう	0.03
つちしょうが	0.5	ひまわりあぶら	0.5
にんにく	0.1		
たまねぎ	55	ツナとにんじんのあまずあえ	
にんじん	15	にんじん	15
じゃがいも	50	ツナフレーク	12
カレーこ	0.8	ひじき	0.3
ひまわりあぶら	3.2	さとう	1
ぱいせんこむぎこ	6	こめず	2
オニオンペースト	5	こいくちしょうゆ	1
ウスターソース	2	みりん	1
のうこうソース	2		
トマトケチャップ	2		
チャツネ	4		
こいくちしょうゆ	1.5		
とりがらスープ	5		
あかワイン	1		
りんごピューレ	2		
さとう	0.1		

ポークカレー：小麦、りんご、鶏肉、豚肉

5（月）コッペパン

スープに		チキンハンバーグ	
カットウインナー	5	チキンハンバーグ	1コ
ベーコン	5	トマトケチャップ	5
にんじん	15	ウスターソース	2
たまねぎ	50	さとう	1
じゃがいも	45		
ホールコーン	10	チンゲンサイのソテー	
けずりぶし（さば・いわし）	2.5	キャベツ	20
こいくちしょうゆ	1.5	チンゲンサイ	15
しお	0.4	にんじん	3
こしょう	0.02	しお	0.1
		こしょう	0.01
		ひまわりあぶら	0.2
		こいくちしょうゆ	0.3

コッペパン：小麦、乳
スープに：さば、豚肉
チキンハンバーグ：鶏肉

6（火）わかめごはん

きざみうどん		もずくのかきあげ	
うすあげ	5	さくらえび	5
たまねぎ	30	たまねぎ	15
うどん	50	もずく	10
あおねぎ	5	にんじん	3
けずりぶし（さば・いわし）	2.5	オクラ	3
だしこんぶ	0.5	こめこ	7
みりん	2	てんぷん	5
こいくちしょうゆ	2	しお	0.1
うすくちしょうゆ	2	あげあぶら	10
しお	0.3		
りょうりしゅ	1	こうやどうふのふくめに	
		ひとくちこうや	6
		けずりぶし（さば・いわし）	1
		さとう	1.8
		うすくちしょうゆ	1.7
		みりん	1
		しお	0.1

きざみうどん：小麦、さば、大豆
もずくのかきあげ：えび
こうやどうふのふくめに：さば、大豆

7（水）ごはん ゆかりふりかけ

ぶたじゃが		にびたし	
ぶたにく	20	うすあげ	7
たまねぎ	55	キャベツ	30
にんじん	20	チンゲンサイ	10
じゃがいも	60	にんじん	5
つきこんにゃく	20	けずりぶし（さば・いわし）	0.5
さんどまめ	5	みりん	1
さとう	3	うすくちしょうゆ	2
こいくちしょうゆ	6	さとう	0.3
りょうりしゅ	1		
ひまわりあぶら	0.3		

ぶたじゃが：豚肉
にびたし：さば、大豆

8（木）しょくパン

コーンスープ		グリーンアスパラガス	3
ベーコン	10	トマトホールかん	5
たまねぎ	40	とりがらスープ	1
クリームコーン	20	トマトケチャップ	2
クリームコーンかん	20	さとう	0.1
パセリ	0.5	こいくちしょうゆ	0.2
ぎゅうにゅう	20	しお	0.1
なまクリーム	3	こしょう	0.01
とりがらスープ	2.5	ひまわりあぶら	0.2
しお	0.4		
こしょう	0.03	キャベツのソテー	
ひまわりあぶら	0.3	キャベツ	35
		にんじん	3
だいずとやさいのトマトにこみ		しお	0.2
とりにく	15	こしょう	0.01
にんにく	0.1	こいくちしょうゆ	0.3
だいず	8	ひまわりあぶら	0.2
にんじん	8		
パプリカ（き）	5		

しょくパン：小麦、乳
コーンスープ：乳、鶏肉、豚肉
だいずとやさいのトマトにこみ：鶏肉、大豆

9（金）ごはん

かきたまじる		やきざかな（ほっけ）	
にんじん	10	ほっけ	1pc
たまねぎ	25		
いとかまぼこ	10	とうがんとぶたにくのいために	
たまご	20	とうがん	50
あおねぎ	5	ぶたにく	7
けずりぶし（さば・いわし）	3	つちしょうが	0.3
こいくちしょうゆ	1.8	けずりぶし（さば・いわし）	1
うすくちしょうゆ	1.8	みりん	1
しお	0.25	さとう	0.3
てんぷん	0.5	うすくちしょうゆ	1.7
		りょうりしゅ	1
		ひまわりあぶら	0.2
		てんぷん	0.3

かきたまじる：卵、さば
とうがんとぶたにくのいために：さば、豚肉

12（月）しょくパン いちごジャム

ホイコウロウ		あげぎょうざ	
ぶたにく	20	ぎょうざ	2コ
つちしょうが	0.3	あげあぶら	6
にんじん	15		
たまねぎ	40		
たけのこ	10		
ほししいたけ	0.5		
キャベツ	55		
みそ	2		
こいくちしょうゆ	2		
りょうりしゅ	1		
テンメンジャン	1.5		
オイスターソース	1		
しお	0.2		
こしょう	0.03		
てんぷん	0.5		
ひまわりあぶら	0.5		
ごまあぶら	0.2		

しょくパン：小麦、乳
ホイコウロウ：豚肉、大豆、ごま
あげぎょうざ：小麦、豚肉、大豆

13（火）ごはん こくとうビーンズ

いそに		なすとじゃこのあまからに	
とりにく	15	なす	25
にんじん	15	ちりめんじゃこ	3
じゃがいも	50	ごま	1.5
いたこんにゃく	15	ごまあぶら	0.2
さとう	0.45	さとう	1.3
こいくちしょうゆ	0.6	こいくちしょうゆ	1.8
ひとくちごぼうてん	15	りょうりしゅ	1
ひとくちあつあげ	20	みりん	0.5
ひじき	1		
さとう	1		
こいくちしょうゆ	1		
むきえだまめ	5		
けずりぶし（さば・いわし）	2		
さとう	2		
こいくちしょうゆ	5		

いそに：さば、鶏肉、大豆
なすとじゃこのあまからに：ごま
こくとうビーンズ：大豆

14（水）ごはん

マーボーどうふ		ささみとキャベツのいためもの	
ぶたミンチにく	20	ささみフレーク	5
つちしょうが	0.5	キャベツ	30
にんにく	0.1	こまつな	10
にんじん	15	さとう	0.1
たまねぎ	50	こいくちしょうゆ	0.8
れいとうとうふ	100	しお	0.1
あおねぎ	5	こしょう	0.02
しお	0.05	ひまわりあぶら	0.2
さとう	0.5		
こいくちしょうゆ	2	ミニぶどうゼリー	
みそ	6.5	ミニぶどうゼリー	1コ
とりがらスープ	1.5		
こしょう	0.03		
トウバンジャン	0.15		
てんぷん	0.7		
ひまわりあぶら	0.5		

マーボーどうふ：鶏肉、豚肉、大豆
ささみとキャベツのいためもの：鶏肉

15（木）コッペパン

ミネストローネ		かぼちゃコロッケ	
ベーコン	5	かぼちゃコロッケ	1コ
カットウインナー	5	あげあぶら	9
にんじん	10		
たまねぎ	35	えだまめ	
じゃがいも	20	えだまめ	20
キャベツ	15		
パセリ	0.5		
とりがらスープ	2.5		
とんこつスープ	2.5		
トマトホールかん	30		
トマトピューレ	5		
さとう	0.3		
うすくちしょうゆ	0.5		
しお	0.4		
こしょう	0.02		
あかワイン	2		
ひまわりあぶら	0.3		

ミネストローネ：鶏肉、豚肉
かぼちゃコロッケ：小麦、大豆　えだまめ：大豆

16（金）ごはん

たまごのおつゆ		こいくちしょうゆ	1.5
にんじん	5	ひまわりあぶら	0.1
れいとうとうふ	25		
えのきたけ	5	うのはなのいりに	
たまご	20	とりにく	7
チンゲンサイ	10	りょうりしゅ	0.2
だしこんぶ	0.5	うのはな	7
けずりぶし（さば・いわし）	2.5	にんじん	3
しお	0.2	あおねぎ	2
こいくちしょうゆ	2	けずりぶし（さば・いわし）	1
うすくちしょうゆ	2	さとう	0.8
てんぷん	1	うすくちしょうゆ	1.6
		みりん	1
さけのねぎだれ		ひまわりあぶら	0.2
さけ	1pc		
つちしょうが	0.25		
にんにく	0.1		
あおねぎ	2		
さとう	0.5		
こめず	0.8		

たまごのおつゆ：卵、さば、大豆
さけのねぎだれ：さけ
うのはなのいりに：さば、鶏肉、大豆

19（月）ごはん あじつけのり

タッドリタン		はるさめとキャベツのさっぱりあえ	
とりにく	20	ボンレスハム	5
にんにく	0.2	にんじん	3
りょうりしゅ	0.5	キャベツ	20
しお	0.05	りょくとうはるさめ	4
たまねぎ	50	しお	0.2
にんじん	20	こしょう	0.02
じゃがいも	50	さとう	0.3
ひとくちあつあげ	25	こいくちしょうゆ	0.5
むきえだまめ	3	レモンかじゅう	0.3
とりがらスープ	2	オリーブあぶら	0.2
こいくちしょうゆ	5		
さとう	2		
みりん	1		
コチュジャン	0.7		
ひまわりあぶら	0.5		

タッドリタン：鶏肉、大豆
はるさめとキャベツのさっぱりあえ：豚肉

20（火）パーカーパン

いんげんまめのクリームスープ		なすのカレーサンド	
ベーコン	10	ぶたミンチにく	10
しろいんげんまめ	20	たまねぎ	25
たまねぎ	50	なす	20
じゃがいも	30	にんじん	5
バセリ	0.5	トマトケチャップ	3
ぎゅうにゅう	20	ウスターソース	0.8
なまクリーム	3	しお	0.3
とりがらスープ	5	カレーこ	0.2
しお	0.4	こしょう	0.02
こしょう	0.03	ひまわりあぶら	0.2
ひまわりあぶら	0.3		
		れいとうみかん	
		れいとうみかん	1コ

パーカーパン：小麦、乳
いんげんまめのクリームスープ：乳、鶏肉、豚肉
なすのカレーサンド：豚肉

21（水）ごはん

もずくのすましじる		いためたくあん	
にんじん	5	たくあん	7
かまぼこ	10	きりぼしだいこん	2
れいとうとうふ	25	ごま	1.5
もずく	5	うすくちしょうゆ	1
ゆば	0.4	さとう	0.4
あおねぎ	5	ひまわりあぶら	0.3
だしこんぶ	0.5		
けずりぶし（さば・いわし）	2		
うすくちしょうゆ	2		
こいくちしょうゆ	1		
しお	0.2		
ホキとじゃがいものみそだれ			
ホキ	30		
じゃがいも	20		
りょうりしゅ	1		
しお	0.1		

もずくのすましじる：さば、大豆
ホキとじゃがいものみそだれ：大豆
いためたくあん：小麦、ごま

22（木）かやくごはん ミニフィッシュ

そぼろに		ビーフンのちゅうかいため	
ぶたミンチにく	15	やきぶた	5
つちしょうが	0.5	にんじん	6
にんじん	20	ビーフン	7
たまねぎ	55	こまつな	15
じゃがいも	55	さとう	0.3
ひとくちごぼうてん	15	こいくちしょうゆ	1.5
けずりぶし（さば・いわし）	2	トウバンジャン	0.05
さとう	2	ごまあぶら	0.3
こいくちしょうゆ	5		
ひまわりあぶら	0.3		
りょうりしゅ	0.5		

※かやくごはんの具材については、上部に記載の「今月の炊き込みごはん」の食材を参照ください。

かやくごはん：大豆
そぼろに：さば、豚肉
ビーフンのちゅうかいため：豚肉、ごま

23（金）こくとうパン

おきなわそば		ゴーヤチャンプルー	
やきぶた	10	ぶたにく	15
かまぼこ	10	れいとうとうふ	25
にんじん	10	ゴーヤ	8
あおねぎ	5	たまねぎ	10
ちゅうかめん	30	にんじん	5
だしこんぶ	0.5	うすくちしょうゆ	2
けずりぶし（さば・いわし）	2	りょうりしゅ	0.5
とんこつスープ	5	しお	0.1
こいくちしょうゆ	4	こしょう	0.02
りょうりしゅ	1	ひまわりあぶら	0.2
みりん	0.5		
しお	0.3	パイナップルのかんづめ	
こしょう	0.03	パイナップルのかんづめ	40

こくとうパン：小麦、乳
おきなわそば：小麦、さば、鶏肉、豚肉
ゴーヤチャンプルー：豚肉、大豆

26（月）わかめごはん

ごじる		きびなごのかりんあげ	
とりにく	5	きびなご	30
だいず	10	りょうりしゅ	2
いたこんにゃく	10	てんぷん	5
にんじん	10	あげあぶら	3
とうふ	25	くろざとう	4
えのきたけ	5	こめず	2
あおねぎ	5	こいくちしょうゆ	1
けずりぶし（さば・いわし）	2.5		
みそ	9	きりぼしだいこんとささみのあまずあえ	
うすくちしょうゆ	0.1	にんじん	5
		ささみフレーク	12
		きりぼしだいこん	2
		さとう	1
		こめず	2
		こいくちしょうゆ	1
		みりん	1
		しお	0.1

ごじる：さば、鶏肉、大豆
きりぼしだいこんとささみのあまずあえ：鶏肉

27（火）コッペパン

キャベツのスープ		チリコンカーン	
ベーコン	10	ぶたミンチにく	10
キャベツ	20	にんにく	0.1
たまねぎ	40	たまねぎ	30
にんじん	10	しろいんげんまめ	15
じゃがいも	20	トマトホールかん	5
うすくちしょうゆ	3	トマトケチャップ	2.5
しお	0.1	さとう	0.1
こしょう	0.02	こいくちしょうゆ	0.5
とりがらスープ	2.5	しお	0.1
ひまわりあぶら	0.3	こしょう	0.01
		チリパウダー	0.02
		ひまわりあぶら	0.2
		とうもろこし	
		カットコーン	1コ
		さとう	1.5
		こいくちしょうゆ	2

コッペパン：小麦、乳
キャベツのスープ：鶏肉、豚肉
チリコンカーン：豚肉

28（水）ごはん やさいとざっこくのふりかけ

かんとうに		にびたし	
とりにく	15	うすあげ	7
にんじん	15	キャベツ	30
じゃがいも	40	チンゲンサイ	10
いたこんにゃく	15	にんじん	5
さとう	0.45	けずりぶし（さば・いわし）	0.5
こいくちしょうゆ	0.6	みりん	1
うずらたまご	20	うすくちしょうゆ	2
さとう	0.6	さとう	0.3
こいくちしょうゆ	1.5		
けずりぶし（さば・いわし）	0.5		
ひとくちごぼうてん	15		
ひとくちあつあげ	15		
けずりぶし（さば・いわし）	2		
さとう	2		
こいくちしょうゆ	5		

かんとうに：卵、さば、鶏肉、大豆
にびたし：さば、大豆

29（木）しょくパン

なつやさいのキーマカレー		こしょう	0.03
ぶたミンチにく	20	ひまわりあぶら	0.3
つちしょうが	0.5		
にんにく	0.1	コーンソテー	
たまねぎ	60	にんじん	10
にんじん	10	ホールコーン	20
ひよこまめ	20	チンゲンサイ	15
ひよこまめペースト	15	しお	0.15
なす	10	こしょう	0.02
ズッキーニ	10	こいくちしょうゆ	0.3
パプリカ（あか）	5	ひまわりあぶら	0.2
トマトホールかん	15		
カレーこ	0.7	フルーツポンチ	
とりがらスープ	4	みかんのかんづめ	30
トマトケチャップ	3	さんしょくゼリー	30
ウスターソース	0.8		
こいくちしょうゆ	0.8		
さとう	0.1		
しお	0.5		

しょくパン：小麦、乳
なつやさいのキーマカレー：鶏肉、豚肉
フルーツポンチ：りんご

30（金）ごはん

みそしる		あげじゃがいもとピーマンのいためもの	
たまねぎ	30	じゃがいも	50
うすあげ	5	あげあぶら	3
れいとうとうふ	30	ベーコン	5
わかめ	0.3	しお	0.15
あおねぎ	5	こしょう	0.01
けずりぶし（さば・いわし）	2.5	ピーマン	5
みそ	9	つちしょうが	0.2
		りょうりしゅ	0.2
		こいくちしょうゆ	0.5
		ひまわりあぶら	0.2
		ぶどうまめ	
		だいず	20
		さとう	2
		こいくちしょうゆ	1
		みりん	1

みそしる：さば、大豆
あげじゃがいもとピーマンのいためもの：豚肉
ぶどうまめ：大豆