

※必要事項を記入の上、10月17日(火)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)

小学校	年 組	なまえ	保護者確認氏名
-----	-----	-----	---------

今日は、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

14日	うずら卵入り八宝菜の うずら卵
21日	冬野菜の米粉クリームスープの 牛乳・生クリーム
24日	みそおでんのうずら卵
29日	卵とコーンのスープの卵
30日	じゃこ豆の桜えび

★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。

★22日のわかさぎには、魚卵が入っていることがあります。

1 コッペパン

ポークビーンズ	10	ライスソテー	10
ぶたにく	10	げんまい	5
ベーコン	20	ローズハム	5
しろいんげんまめ	20	たまねぎ	5
たまねぎ	50	にんじん	5
にんじん	10	ホールコーン	10
じゃがいも	30	しお	0.2
トマトホールかん	10	こしょう	0.02
とりがらスープ	2.5	うすくちしょうゆ	0.3
トマトケチャップ	7	ひまわりあぶら	0.2
ウスターソース	2	みかん	10
あかワイン	2	みかん	10
さとう	0.5		
しお	0.3		
こしょう	0.02		
ひまわりあぶら	0.2		

コッペパン:小麦、乳
 ポークビーンズ:鶏肉、豚肉
 ライスソテー:豚肉

2 ごはん

ちゃんこ	25	やきざかな(ほっけ)	100
どりだんご	25	ほっけ	100
うすあげ	5		
にんじん	10	ひじきのいために	1.8
はくさい	30	ひじき	2
しいたけ	3	にんじん	3
りょうとうはるさめ	2	ちくわ	0.3
れいどうとうふ	25	けずりぶし(さばいわし)	0.3
みすな	5	さとう	1
つちしょうが	0.3	こいくちしょうゆ	1.5
けずりぶし(さばいわし)	2	みりん	0.5
りょうりしゆ	1	ひまわりあぶら	0.2
みりん	0.5		
こいくちしょうゆ	3		
しお	0.3		

ちゃんこ:さば、鶏肉、大豆
 ひじきのいために:さば

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。

6 げんまいごはん

チキンカレー	25	しお	0.4
どりにく	0.5	こしょう	0.02
つちしょうが	0.2	ひまわりあぶら	0.5
にんにく	0.5		
たまねぎ	55	コロコロソテー	10
にんじん	15	にんじん	10
じゃがいも	50	ホールコーン	20
カレーこ	0.8	むきえだまめ	5
ひまわりあぶら	3.2	オリーブあぶら	0.2
はいせん(わかさぎ)	6	しお	0.1
ウスターソース	2	こしょう	0.02
のうこうソース	2	こいくちしょうゆ	0.3
トマトケチャップ	2		
こいくちしょうゆ	1.5		
とりがらスープ	5		
チャツネ	5		
オニオンペースト	5		
りんごビュレ	2		
あかワイン	1		
さとう	0.1		

チキンカレー:小麦、りんご、鶏肉
 コロコロソテー:大豆

7 コッペパン

やさいスープ	5	しお	0.1
やきぶた	10	こしょう	0.02
にんじん	30	りょうりしゆ	1
たまねぎ	10	ひまわりあぶら	0.2
もやし	5		
あおねぎ	5	くろごま	10
どんこスープ	2.5	みたらしだんご	40
とりがらスープ	5	しらたまだんご	40
こいくちしょうゆ	3	さとう	4.5
しお	0.4	こいくちしょうゆ	2
こしょう	0.02	みりん	0.6
		てんぷん	1
		すりくろごま	1
ぶたキムチ	20		
ぶたにく	20		
たまねぎ	20		
はくさいキムチ	15		
あおねぎ	5		
さとう	0.5		
こいくちしょうゆ	1.2		
みりん	1		

コッペパン:小麦、乳
 やさいスープ:鶏肉、豚肉
 ぶたキムチ:豚肉
 くろごまみたらしだんご:ごま

8 かやくごはん

すきやき	20	れんこん	35
ぎゅうにく	35	からあげ	0.2
たまねぎ	20	れんこん	0.2
とうふ	5	しお	0.02
えのきたけ	5	こしょう	0.02
いとこんにやく	10	てんぷん	8
はくさい	40	あげあぶら	7
しろねぎ	15		
さとう	2.5		
こいくちしょうゆ	6		
りょうりしゆ	1		
みりん	1		
ひまわりあぶら	0.3		

かやくごはん:大豆
 すきやき:牛肉、大豆
 こくとうビーンズ:大豆

9 うずまきパン

ふゆやさいの	25	ツナとにんじんの	20
どうにゅうスパゲティ	15	サラダ	10
ベーコン	30	にんじん	20
たまねぎ	15	ツナフレーク	12
にんじん	10	むきえだまめ	5
はくさい	30	しお	0.2
カリフラワー	10	こしょう	0.02
ほうれんそう	5	さとう	0.3
れんこん	25	こいくちしょうゆ	0.5
どうにゅう	2.5	レモンかじゅう	0.3
とりがらスープ	20	オリーブあぶら	0.2
うすくちしょうゆ	0.5		
しお	0.4		
こしょう	0.3		
ひまわりあぶら	0.3		

うずまきパン:小麦、乳
 ふゆやさいのどうにゅうスパゲティ:小麦、鶏肉、豚肉、大豆
 ツナとにんじんのサラダ:大豆

10 ごはん

もずくのスープ	7	ひよこめめ	3
にんじん	10	むきえだまめ	3
れいどうとうふ	20	トマトホールかん	5
もずく	7	トマトケチャップ	3
チンゲンサイ	10	さとう	0.1
あおねぎ	3	ナンブラー	0.3
とりがらスープ	2.5	オイスターソース	0.1
どんこスープ	2.5	こしょう	0.3
こいくちしょうゆ	3	カレーこ	0.2
しお	0.4	ひまわりあぶら	0.2
こしょう	0.02		
おいくてほったがおろ		キャベツのソテー	35
まめタコライス	10	キャベツ	3
ぶたミンチにく	10	にんじん	0.2
にんにく	0.1	しお	0.01
たまねぎ	30	こしょう	0.3
だいず	3	こいくちしょうゆ	0.3
きんときまめ	3	ひまわりあぶら	0.2

もずくのスープ:鶏肉、豚肉、大豆
 おいくてほったがおろまめタコライス:豚肉、大豆
 スライスチーズ:乳

13 ごはん

たまねぎのおつゆ	10	けんちんあげ	25
にんじん	40	どうふ	5
たまねぎ	10	ちくわ	5
いとかまぼこ	5	ごぼう	5
あおねぎ	5	にんじん	5
けずりぶし(さばいわし)	2	あおねぎ	3
こいくちしょうゆ	1.8	つきこんにやく	5
うすくちしょうゆ	1.8	ひじき	0.5
しお	0.25	こめこ	7
		てんぷん	3
		さとう	0.8
		こいくちしょうゆ	1
		しお	0.1
		あげあぶら	11

たまねぎのおつゆ:さば
 けんちんあげ:大豆

14 アップルパン

うずらたまご	15	しゅうまい	20
はっぽうざい	15	しゅうまい	0.4
ぶたにく	10	さとう	0.7
つちしょうが	0.5	こめす	1.5
かまぼこ	10	こいくちしょうゆ	1.5
にんじん	15		
たまねぎ	40		
うずらたまご	20		
はくさい	50		
チンゲンサイ	10		
ほしいたけ	0.5		
とりがらスープ	2.5		
さとう	0.5		
こいくちしょうゆ	2		
うすくちしょうゆ	0.2		
しお	0.2		
こしょう	0.02		
てんぷん	2		
ひまわりあぶら	0.5		

アップルパン:小麦、乳、りんご
 うずらたまごりいはっぽうざい:卵、鶏肉、豚肉
 しゅうまい:小麦、豚肉、大豆

15 ごはん

さつまいもの	30	やきざかな(あかうお)	100
みそしる	5	あかうお	0.5
たまねぎ	5	りょうりしゆ	0.5
うすあげ	20	さとう	0.5
さつまいもの	20	こいくちしょうゆ	2
あおねぎ	5	りょうりしゆ	0.5
けずりぶし(さばいわし)	2.5	みりん	1
みそ	9		
		ちくぜんに	10
		どりにく	10
		にんじん	5
		たけのこ	15
		ほしいたけ	0.3
		ちくわ	5
		いたこんにやく	10
		けずりぶし(さばいわし)	0.5
		さとう	1
		こいくちしょうゆ	2
		みりん	1
		ひまわりあぶら	0.2

さつまいものみそしる:さば、大豆
 ちくぜんに:さば、鶏肉

16 ごはん

いそに	15	にんじんシリシリ	20
ぶたにく	15	にんじん	12
にんじん	15	ツナフレーク	20
じゃがいも	50	うすくちしょうゆ	0.5
いたこんにやく	15	りょうりしゆ	1
さとう	0.4	しお	0.1
こいくちしょうゆ	0.6	こしょう	0.01
ひとくちごぼうてん	15	ひまわりあぶら	0.2
ひとくちあつあげ	20		
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、豚肉、大豆
 かりかりくろまめ:大豆

17 コッペパン

ジュリエンス	7	ホキとじゃがいもの	30
スープ	7	ケチャップあえ	0.2
ベーコン	20	しお	0.2
キャベツ	40	こしょう	0.02
たまねぎ	10	てんぷん	7
にんじん	10	じゃがいも	20
うすくちしょうゆ	3	あげあぶら	6
しお	0.1	トマトケチャップ	6
こしょう	0.02	ウスターソース	3
とりがらスープ	2.5	さとう	1
ひまわりあぶら	0.3		
		コーンソテー	10
		にんじん	20
		ホールコーン	15
		ほうれんそう	15
		しお	0.15
		こしょう	0.02
		こいくちしょうゆ	0.3
		ひまわりあぶら	0.2

コッペパン:小麦、乳
 ジュリエンススープ:鶏肉、豚肉

20 ごはん

マーボーどうふ	20	はるさめとキャベツの	5
ぶたにく	0.5	さっぱりあえ	3
つちしょうが	0.1	ボンレスハム	5
にんにく	0.1	にんじん	3
にんじん	15	キャベツ	20
たまねぎ	50	りょうとうはるさめ	4
れいどうとうふ	100	しお	0.2
あおねぎ	5	こしょう	0.02
しお	0.02	さとう	0.3
さとう	0.5	こいくちしょうゆ	0.5
こいくちしょうゆ	2	レモンかじゅう	0.3
みそ	6.5	オリーブあぶら	0.2
とりがらスープ	1.5		
こしょう	0.02		
トウモロコシ	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
 はるさめとキャベツのさっぱりあえ:豚肉

21 しょくパン

ふゆやさいの	20	ひじきサラダ	5
こめクリームスープ	5	ツナフレーク	25
どりにく	7	キャベツ	5
ベーコン	5	にんじん	5
たまねぎ	25	ホールコーン	5
にんじん	15	ひじき	0.4
はくさい	20	こいくちしょうゆ	0.5
じゃがいも	10	さとう	0.3
カリフラワー	10	こめす	0.3
さとう	10	しお	0.2
ぎゅうにゅう	20	こしょう	0.02
なまクリーム	2	ひまわりあぶら	0.2
とりがらスープ	2.5		
しお	0.4		
こしょう	0.02		
こめこ	3	みかん	10
こめこ	0.3	みかん	10
ひ			