

※必要事項を記入の上、12月13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)

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

18日	お好み揚げの桜えび
23日	かきたま汁の卵
29日	冬野菜の米粉クリームスープの牛乳・生クリーム

★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。
★19日のししゃもには、魚卵が入っていることがあります。

10	ごはん	11	コッペパン	12	わかめごはん
<ul style="list-style-type: none"> ぞうに とりにく 5 きんときんにんじん 5 さといも 10 だいこん 20 しらたまだんご 30 ほうれんそう 5 だしこんぶ 0.5 けずりぶし(さば・いわし) 2.5 みそ 5 しろみそ 8 ぶりのてりやき 5 しお 0.2 りょうりしゆ 0.5 つちしょうが 0.5 さとう 3 こいくちしょうゆ 4 りょうりしゆ 1.5 みりん 3 てんぷん 0.3 くろまめ 8 くろまめ 4 さとう 0.7 こいくちしょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> スープに とりにく 15 にんじん 15 たまねぎ 50 じゃがいも 45 ホールコーン 10 けずりぶし(さば・いわし) 2.5 こいくちしょうゆ 1.5 しお 0.4 こしょう 0.02 にくボール 40 たまねぎ 15 トマトケチャップ 5 ウスターソース 3 さとう 0.6 ひまわりあぶら 0.2 キャベツのソテー 35 にんじん 3 しお 0.2 こしょう 0.01 こいくちしょうゆ 0.3 ひまわりあぶら 0.2 	<ul style="list-style-type: none"> きつねうどん たまねぎ 30 うすあげ 15 さとう 1.5 こいくちしょうゆ 1.5 うどん 50 あおねぎ 5 だしこんぶ 0.5 けずりぶし(さば・いわし) 2.5 うすくちしょうゆ 2 こいくちしょうゆ 2 しお 0.3 みりん 1 りょうりしゆ 1 はくさいのいためもの 5 やきぶた 5 にんじん 5 はくさい 45 こまつな 10 しお 0.2 こしょう 0.02 こいくちしょうゆ 1 ひまわりあぶら 0.2 			
ぞうに:さば、鶏肉、大豆 くろまめ:大豆	コッペパン:小麦、乳 スープに:さば、鶏肉 にくボール:小麦、鶏肉、豚肉	きつねうどん:小麦、さば、大豆 はくさいのいためもの:豚肉			

15	コッペパン	16	ごはん	17	げんまいごはん	18	コッペパン	19	ごはん
<ul style="list-style-type: none"> タイピーエン ぶたにく 10 にんじん 5 はくさい 20 もやし 10 ちくわ 5 ほししいたけ 0.5 りょくとうはるさめ 5 あおねぎ 5 とりがらスープ 2.5 とんこつスープ 3 りょうりしゆ 1 みりん 1 こいくちしょうゆ 3.5 しお 0.3 こしょう 0.02 れんこんのからあげ 35 れんこん 0.2 しお 0.02 こしょう 0.02 てんぷん 8 あげあぶら 7 あずきもち 30 しらたまだんご 5 あずき 30 さとう 5 しお 0.02 	<ul style="list-style-type: none"> すきやき ぎゅうにく 20 たまねぎ 35 とうふ 25 えのきたけ 5 いとこんにやく 15 はくさい 40 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 ツナとにんじんのあまぎあえ 15 にんじん 12 ツナフレーク 0.3 さとう 1 こめず 2 こいくちしょうゆ 1 みりん 1 いためたたくあん 7 たくあん 2 きりぼしだいこん 1.5 ごま 2 うすくちしょうゆ 1 さとう 0.4 ひまわりあぶら 0.3 	<ul style="list-style-type: none"> チキンカレー とりにく 25 つちしょうが 0.5 にんじん 0.2 たまねぎ 55 にんじん 15 じゃがいも 50 カレーこ 0.8 ひまわりあぶら 3.2 ばいせんこむぎこ 6 ウスターソース 2 のうこうソース 2 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 りんごピューレ 2 あかワイン 1 さとう 0.1 しお 0.4 こしょう 0.05 ひまわりあぶら 0.05 チンゲンサイのソテー 20 キャベツ 15 チンゲンサイ 3 にんじん 0.15 しお 0.01 こしょう 0.2 ひまわりあぶら 0.2 こいくちしょうゆ 0.3 	<ul style="list-style-type: none"> わかめスープ やきぶた 5 にんじん 10 たまねぎ 20 れいとうとうふ 25 りょくとうはるさめ 2 わかめ 0.4 あおねぎ 5 とりがらスープ 2.5 とんこつスープ 3 こいくちしょうゆ 3 しお 0.3 こしょう 0.02 おこのみあげ さくらえび 10 ちくわ 5 キャベツ 25 べにしょうが 0.5 あおねぎ 3 こめこ 10 でんぷん 3 あおさこ 0.1 しお 0.1 こしょう 0.02 あげあぶら 10 こぶくろソース 1.3 もやしのいためもの 5 ボンレスハム 30 もやし 5 にんじん 10 こまつな 0.3 さとう 2 こいくちしょうゆ 0.2 	<ul style="list-style-type: none"> ぶたじる ぶたにく 10 にんじん 5 じゃがいも 20 とうふ 20 もやし 15 あおねぎ 5 みそ 9 けずりぶし(さば・いわし) 2.5 ししゃも 100 ししゃも 100 だいこんのもの 10 うすあげ 40 だいこん 1 さとう 2 こいくちしょうゆ 3 					
コッペパン:小麦、乳 タイピーエン:鶏肉、豚肉	すきやき:牛肉、大豆 いためたたくあん:大豆、ごま	チキンカレー:小麦、りんご、鶏肉	コッペパン:小麦、乳 わかめスープ:鶏肉、豚肉、大豆 おこのみあげ:えび / もやしのいためもの:豚肉	ぶたじる:さば、豚肉、大豆 だいこんのもの:さば、大豆					

※下記参照

22	うずまきパン	23	ごはん	24	ごはん	25	しょくパン	26	ごはん
<ul style="list-style-type: none"> はっばうさい ぶたにく 15 つちしょうが 0.5 かまぼこ 10 にんじん 15 たまねぎ 40 たけのこ 15 はくさい 60 ほししいたけ 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 2 こしょう 0.02 てんぷん 2 ひまわりあぶら 0.5 しゅうまい 20 しゅうまい 0.4 こめず 0.7 こいくちしょうゆ 1.5 	<ul style="list-style-type: none"> かきたまじる にんじん 10 たまねぎ 25 いとかまぼこ 10 たまご 25 あおねぎ 5 けずりぶし(さば・いわし) 3 こいくちしょうゆ 1.8 うすくちしょうゆ 1.8 しお 0.25 でんぷん 0.5 さけのなんばんづけ 40 つちしょうが 1 こいくちしょうゆ 2 でんぷん 10 あげあぶら 5 たまねぎ 10 にんじん 3 あおねぎ 1 さとう 1.5 こいくちしょうゆ 3 にびたし 7 うすあげ 7 キャベツ 30 チンゲンサイ 10 にんじん 5 けずりぶし(さば・いわし) 0.5 みりん 2 うすくちしょうゆ 1 さとう 0.3 	<ul style="list-style-type: none"> そばろに ぶたミンチにく 15 つちしょうが 0.5 にんじん 20 たまねぎ 55 じゃがいも 55 ひとくちごぼうてん 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 ひまわりあぶら 0.3 りょうりしゆ 0.5 ぐがたくさん! 1.5 まごわやさしいのりのつくだに: 0.3 きくらげ 0.1 にんじん 3 いとこんにやく 1 ごま 1 ちりめんじゃこ 2 けずりぶし(さば・いわし) 0.7 こいくちしょうゆ 1.5 りょうりしゆ 1 みりん 2 さとう 1 ごまあぶら 0.1 りんご 100 りんご 	<ul style="list-style-type: none"> ポークビーンズ ぶたにく 10 ベーコン 10 しろいんげんまめ 20 たまねぎ 50 にんじん 10 じゃがいも 30 トマトホールかん 10 とりがらスープ 2.5 トマトケチャップ 7 ウスターソース 2 あかワイン 2 さとう 0.5 しお 0.3 こしょう 0.02 ひまわりあぶら 0.2 ほうれんそうのサラダ 20 ほうれんそう 15 ホールコーン 10 にんじん 5 しお 0.2 こしょう 0.02 さとう 0.3 こいくちしょうゆ 0.5 こめず 0.2 ひまわりあぶら 0.2 	<ul style="list-style-type: none"> ちょうじゅに ぶたにく 5 だいこん 10 にんじん 5 ほししいたけ 0.5 うすあげ 5 さつまいも 15 しらたまだんご 30 だいた 5 わかめ 0.3 あおねぎ 5 ごま 1 けずりぶし(さば・いわし) 2.5 みそ 9 うすくちしょうゆ 0.3 やきざかな(ほっけ) 100 ほっけ ひじきのいために 1.8 にんじん 2 ちくわ 3 けずりぶし(さば・いわし) 0.3 さとう 1 こいくちしょうゆ 1.5 みりん 0.5 ひまわりあぶら 0.2 					
うずまきパン:小麦、乳 はっばうさい:鶏肉、豚肉 しゅうまい:小麦、豚肉、大豆	かきたまじる:卵、さば さけのなんばんづけ:さけ にびたし:さば、大豆	そばろに:さば、豚肉 ぐがたくさん! まごわやさしいのりのつくだに: さば、大豆、ごま / りんご:りんご	しょくパン:小麦、乳 ポークビーンズ:鶏肉、豚肉 スライスチーズ:乳	ちょうじゅに:さば、豚肉、大豆、ごま ひじきのいために:さば					

29	しょくパン	30	ごはん	31	コッペパン	今月の炊き込みごはん			
<ul style="list-style-type: none"> ふゆやさいのこめクリームスープ とりにく 5 ベーコン 7 たまねぎ 30 にんじん 15 はくさい 20 カリフラワー 10 ぎゅうにく 20 なまクリーム 2 とりがらスープ 2.5 しお 0.4 こしょう 0.02 こめこ 3 ひまわりあぶら 0.3 だいたとツナマヨのジャーマンポテトあおりのりふしみ じゃがいも 35 たまねぎ 5 だいず 3 ツナフレーク 10 あおりのり 0.1 しお 0.1 こしょう 0.02 オリーブあぶら 0.2 ノンエッグマヨネーズ 1.2 ぼんかん 1.2 ぼんかん 	<ul style="list-style-type: none"> にくじゃが ぎゅうにく 20 たまねぎ 55 にんじん 20 じゃがいも 60 つきこんにやく 20 おきえだまめ 5 さとう 3 こいくちしょうゆ 6 りょうりしゆ 1 ひまわりあぶら 0.3 はるさめとキャベツのさっぱりあえ 5 ささみフレーク 3 にんじん 3 キャベツ 20 りょくとうはるさめ 4 しお 0.2 こしょう 0.02 さとう 0.3 こいくちしょうゆ 0.3 レモンかじゅう 0.5 オリーブあぶら 0.2 	<ul style="list-style-type: none"> はくさいのスープ ベーコン 7 たまねぎ 20 にんじん 8 はくさい 40 とりがらスープ 2.5 とんこつスープ 5 しお 0.4 こしょう 0.02 うすくちしょうゆ 2 さとう 1 コロコロソテー 10 にんじん 20 ホールコーン 5 おきえだまめ 0.1 オリーブあぶら 0.2 しお 0.2 こしょう 0.02 こいくちしょうゆ 0.3 くじらにくのソルウェーふう くじらにく 45 つちしょうが 1 こいくちしょうゆ 2 でんぷん 10 あげあぶら 5 トマトケチャップ 5 ウスターソース 3 	<p>「わかめごはん」(12日) こめ 75g たきこみわかめ 2.1g</p> <p>「げんまいごはん」(17日) こめ 65g げんまい 10g</p>	<p>献立内容を確認し、すべての口欄に下記の通り赤色で記号を記入してください</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 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」 <p>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。</p> <p>(例) ✓ かまぼこ</p> <p>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。</p> <p>(例) 18 [X] コッペパン 担任確認</p>	<p>7大アレルギーを色分けしています</p> <ul style="list-style-type: none"> 卵 乳 えび 小麦 <p>※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。</p>				
しょくパン:小麦、乳 ふゆやさいのこめクリームスープ:乳、鶏肉、豚肉 だいたとツナマヨのジャーマンポテトあおりのりふしみ:大豆 ノンエッグマヨネーズ:大豆	にくじゃが:牛肉、大豆 はるさめとキャベツのさっぱりあえ:鶏肉	コッペパン:小麦、乳 はくさいのスープ:鶏肉、豚肉 コロコロソテー:大豆							

※1/16の「いためたたくあん」の「たくあん」の規格が変更になっています。【アレルギー(●)に大豆が追加になっています】