

※必要事項を記入の上、11月15日(金)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
-------------	--------------	--------------------------

月	火	水	木	金
2 ごはん ぎゅうにゅう 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 りょうりしゅ でんぶん 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 はくさいのいためもの やきぶた にんじん はくさい 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 2 1 みそしる:さば、大豆 あげさばのみぞれあえ:さば はくさいのいためもの:豚肉	3 うずまきパン ぎゅうにゅう タイピーエン ぶたにく にんじん はくさい もやし ちくわ ほししいたけ りょくとうはるさめ あおねぎ とりからスープ とんこつスープ りょうりしゅ みりん こいくちしょうゆ しお こしょう あつあげのチリソース 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 うすくちしょうゆ トウバンジャン ひまわりあぶら ミニフィッシュ ミニフィッシュ 10 5 20 15 5 0.5 5 2.5 3 1 1 3.5 0.3 0.02 うずまきパン:小麦、乳 タイピーエン:鶏肉、豚肉 あつあげのチリソース:大豆	4 ごはん ぎゅうにゅう シャキシャキれんこん けずりぶし(さば・いわし) うまうまさけのぐだくさんみそしる さけ にんじん たまねぎ れんこん いたこんにやく キャベツ ごまあぶら けずりぶし(さば・いわし) こしょう みそ こぎつねどん ぶたミンチにく りょうりしゅ うすあげ にんじん あおねぎ ひまわりあぶら さとう こいくちしょうゆ でんぶん こいくちしょうゆ とうみょうのいためもの やきぶた とうみょう もやし こいくちしょうゆ しお こしょう ひまわりあぶら 0.18 0.1 2.5 3 0.2 15 5 20 10 10 20 0.3 2.5 0.6 0.01 9 10 1 12 10 3 シャキシャキれんこんとうまうまさけのぐだくさんみそしる: さけ、さば、大豆、ごま / こぎつねどん:さば、豚肉、大豆 とうみょうのいためもの:豚肉	5 ごはん ぎゅうにゅう すきやき ぎゅうにく たまねぎ れいとうとうふ えのきたけ いとこんにやく はくさい しろねぎ さとう こいくちしょうゆ りょうりしゅ みりん ひまわりあぶら れんこん からあげ れんこん しお こしょう でんぶん あげあぶら つぼづけ つぼづけ 20 35 20 5 10 40 15 2.5 6 1 0.3 すきやき:牛肉、大豆	6 コッペパン ぎゅうにゅう レンズまめのジンジャースープ あかうおのバーベキューソース ベーコン にんじん たまねぎ じゃがいも かぶ レンズまめ つちしょうが とんこつスープ うすくちしょうゆ しお こしょう あかうお りょうりしゅ にんにく さとう こいくちしょうゆ りんごビュレ レモンかじゅう コーンソテー にんじん ホールコーン ほうれんそう しお こしょう こいくちしょうゆ ひまわりあぶら 10 7 30 30 20 8 0.5 5 0.5 0.6 0.02 10 7 0.5 20 15 0.15 0.02 0.2 コッペパン:小麦、乳 レンズまめのジンジャースープ:鶏肉、豚肉 あかうおのバーベキューソース:りんご
9 ごはん ぎゅうにゅう どうにゅうごまいり たんたんめん ぶたミンチにく たまねぎ にんじん もやし チンゲンサイ きゅうかめん(ラーメン) どうにゅう みそ とりからスープ りょうりしゅ ねりごま ごまあぶら トウバンジャン こいくちしょうゆ しお こしょう チャーハンのぐ やきぶた にんじん たまねぎ たけのこ ほししいたけ あおねぎ とりからスープ さとう こいくちしょうゆ しお こしょう みかん みかん 10 20 5 10 10 0.5 5 35 20 8 3 1 0.5 0.15 0.1 0.1 0.02 どうにゅうごまいりたんたんめん:小麦、鶏肉、豚肉、大豆、ごま チャーハンのぐ:鶏肉、豚肉	10 コッペパン ぎゅうにゅう コーンスープ ベーコン たまねぎ クリームコーン クリームコーンかん パセリ ぎゅうにゅう なまクリーム とりからスープ しお こしょう ひまわりあぶら にくボール 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 ブロッコリー ブロッコリー ノンエッグマヨネーズ 10 40 15 5 3 0.6 0.2 3 2.5 0.4 0.09 0.3 コッペパン:小麦、乳 / コーンスープ:乳、鶏肉、豚肉 にくボール:小麦、鶏肉、豚肉 ノンエッグマヨネーズ:大豆	11 わかめごはん ぎゅうにゅう 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) こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ しお 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 さとう こいくちしょうゆ 10 30 10 35 5 2 1.8 1.8 0.25 じゃがいももちのおつゆ:さば だいこんのもの:さば、大豆	12 ごはん ぎゅうにゅう みそしる たまねぎ うすあげ だいこん こまつな けずりぶし(さば・いわし) みそ おこのみあげ ちくわ キャベツ べにしょうが あおねぎ こめこ でんぶん あおのりこ しお こしょう あげあぶら こぶろソース にびたし さつまあげ おおさかしろな もやし にんじん みりん うすくちしょうゆ りょうりしゅ さとう けずりぶし(さば・いわし) 10 5 30 10 2.5 9 25 15 5 1 2 3 5 5 25 0.5 3 10 0.1 0.1 0.02 10 みそしる:さば、大豆 おこのみあげ:えび おおさかしろなのにびたし:さば	13 しょうパン ぎゅうにゅう ボルシチ ぎゅうにく たまねぎ にんじん じゃがいも キャベツ ピーツ とりからスープ トマトケチャップ 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 ごぼうソテー ごぼう にんじん ツナフレーク 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 15 15 30 10 30 20 10 2.5 7 10 2 0.5 0.3 0.3 0.03 2 0.3 しょうパン:小麦、乳 ボルシチ:牛肉、鶏肉 ごぼうソテー:ごま / りんご:りんご
16 ごはん ぎゅうにゅう いもに ぎゅうにく さいとも にんじん うすあげ いたこんにやく しめじ しろねぎ けずりぶし(さば・いわし) りょうりしゅ みりん こいくちしょうゆ さとう ししゃも ししゃも のりのつくだに やきのり(つくだによ) こいくちしょうゆ みりん りょうりしゅ さとう 15 40 15 10 10 5 10 2 1 0.8 いもに:さば、牛肉、大豆	17 こくどうパン ぎゅうにゅう かふうスープ ぶたにく にんじん たまねぎ たまご りょくとうはるさめ あおねぎ とりからスープ こいくちしょうゆ しお こしょう でんぶん いかのあまから いか りょうりしゅ こいくちしょうゆ みりん りょうりしゅ さとう でんぶん キャベツのいためもの やきぶた キャベツ にんじん しお こしょう こいくちしょうゆ ひまわりあぶら 5 10 30 25 4 5 2.5 3 0.4 0.02 0.5 50 0.5 2 1 0.5 0.2 0.1 5 35 5 0.1 0.02 0.7 0.2 こくどうパン:小麦、乳 / かふうスープ:卵、鶏肉、豚肉 いかのあまから:いか キャベツのいためもの:豚肉	18 ごはん ぎゅうにゅう こむぎこなしでも トロトロカレー ぶたにく にんじん つちしょうが にんにく たまねぎ にんじん じゃがいも じゃがいもペースト カレーこ 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 とりからスープ あかワイン りんごビュレ さとう しお こしょう ひまわりあぶら チキンハンバーグ チキンハンバーグ ふくじんづけ ふくじんづけ 0.4 0.03 0.5 25 0.5 0.1 55 15 30 30 0.8 5 2 2 2 4 1.5 5 1 2 0.1 こむぎこなしでもトロトロカレー:りんご、鶏肉、豚肉 チキンハンバーグ:鶏肉	19 コッペパン ぎゅうにゅう やさしいスープ カットウィンナー にんじん たまねぎ キャベツ とんこつスープ とりからスープ うすくちしょうゆ しお こしょう あげさけのクリームソース さけ しお こしょう でんぶん あげあぶら たまねぎ ディル なまクリーム サワークリーム しろワイン しお こしょう オリーブあぶら 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 3 1.5 10 10 30 15 5 2.5 3 0.1 0.02 7 10 20 0.2 0.1 0.1 0.01 10 5 15 0.1 コッペパン:小麦、乳 やさしいスープ:鶏肉、豚肉 あげさけのクリームソース:乳、さけ、ゼラチン	20 ごはん ぎゅうにゅう みそおでん ぶたにく にんじん ちくわ だいこん いたこんにやく さとう こいくちしょうゆ ひとくちあつあげ 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) にびたし うすあげ はくさい こまつな にんじん けずりぶし(さば・いわし) みりん うすくちしょうゆ さとう みかん みかん 20 15 15 10 50 15 0.45 0.6 10 20 0.6 1.5 0.5 7 1 1 2 5 45 5 0.5 1 2 0.3 みそおでん:卵、さば、豚肉、大豆 にびたし:さば、大豆

23

コッペパン

ぎゅうにゅう

ハッシュドポーク

ぶたにく

たまねぎ

にんじん

マッシュルーム

ひまわりあぶら

ばいせんこむぎこ

とりからスープ

トマトケチャップ

トマトビュレ

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

ハムポテト

ローズハム

たまねぎ

にんじん

じゃがいも

しお

こしょう

オリーブあぶら

セレクトデザート

ガトーショコラ

スイートポテト

ぶどうゼリー

20

60

15

3

3

3

6

7

7

2

5

0.1

0.6

0.02

0.2

10

10

10

コッペパン:小麦、乳
ハッシュドポーク:小麦、鶏肉、豚肉 / ハムポテト:豚肉
セレクトデザート【ガトーショコラのみ】:大豆

セレクトデザートのいずれか1つ選んだものを記入して下さい

【
23日のセレクトデザートは、「ガトーショコラ」には【大豆】が入っています。

調理場で除去可能な今月の献立

10日

コーンスープの牛乳・生クリーム

12日

お好み揚げの桜えび

17日

華風スープの卵

19日

揚げ鮭のクリームソースの生クリーム・サワークリーム

20日

みそおでんのうずら卵

★16日のししゃもには、魚卵が入っています。

★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。

今月の炊き込みごはん

「わかめごはん」(11日)
こめ 80g
たきこみわかめ 2.3g

(記入例) 持参

10

コッペパン

ぎゅうにゅう

ハッシュドポーク

ぶたにく

たまねぎ

にんじん

マッシュルーム

ひまわりあぶら

ばいせんこむぎこ

とりからスープ

トマトケチャップ

トマトビュレ

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

ハムポテト

ローズハム

たまねぎ

にんじん

じゃがいも

しお

こしょう

オリーブあぶら

セレクトデザート

ガトーショコラ

スイートポテト

ぶどうゼリー

20

60

15

3

3

3

6

7

7

2

5

0.1

0.6

0.02

0.2

10

10

10

コッペパン:小麦、乳
ハッシュドポーク:小麦、鶏肉、豚肉

持参

献立内容を確認し、すべての口欄に下記のとおり赤色で記号を記入してください

○

食べる

「通常食」

△

調理場で除去

「除去食」

×

食べない

「欠食」

「欠食」対応(上記×印にチェック)があり、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。

8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8大アレルギーである、そば、落花生、かに、くるみ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。