

※必要事項を記入の上、3月11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・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
---	---	---	---	---

	12 <input type="checkbox"/> しよくパン <small>担任確認</small> ミネストローネ 10 とりにく 0.1 にんにく 10 たまねぎ 30 キャベツ 20 マカロニ 5 パセリ 0.5 とりがらスープ 5 トマトホールかん 30 トマトピューレ 5 あかワイン 2 さとう 0.3 しお 0.4 こしょう 0.05 うすくちしょうゆ 0.5 ひまわりあぶら 0.3 あげじゃがいも 55 アスパラのいためもの 3 じゃがいも 3 あげあぶら 5 ベーコン 7 グリーンアスパラガス 0.8 こいくちしょうゆ 0.08 しお 0.08 こしょう 0.02 ヨーンソテー 10 にんにく 20 ホールコーン 15 チンゲンサイ 0.15 しお 0.02 こしょう 0.3 こいくちしょうゆ 0.2	13 <input type="checkbox"/> ごはん <small>担任確認</small> とりだんご 25 にんにく 10 たまねぎ 20 えのきたけ 3 あおねぎ 5 けずりぶし(さば・いわし) 3 うすくちしょうゆ 3 りょうりしゆ 0.5 みりん 0.5 しお 0.2 さばのおやき 100 しおさば 5 きのめあえ 20 たけのこ 0.5 みりん 0.5 うすくちしょうゆ 1 さんしょう 0.08 しろみそ 3.5 みりん 0.5 りょうりしゆ 1	14 <input type="checkbox"/> ごはん <small>担任確認</small> マーボーどうふ 20 ぶたミンチにく 0.5 つちしょうが 20 にんにく 0.1 にんにく 15 たまねぎ 50 れいどうどうふ 100 あおねぎ 5 しお 0.05 さとう 0.5 こいくちしょうゆ 2 みそ 6.5 とりがらスープ 1.5 こしょう 0.08 トウバンジャン 0.18 でんぶん 0.7 ひまわりあぶら 0.5 もやしのいためもの 5 やきぶた 40 もやし 5 にんにく 0.3 さとう 1.5 こいくちしょうゆ 0.1 しお 0.02 ひまわりあぶら 0.2	15 <input type="checkbox"/> コッペパン <small>担任確認</small> スープに 10 カットウインナー 15 にんにく 50 たまねぎ 45 じゃがいも 2.5 こいくちしょうゆ 1.5 しお 0.4 こしょう 0.02 ポークハンバーグ 100 ボークハンバーグ 5 トマトケチャップ 2 ウスターソース 1 さとう 30 フルーツポンチ 30 みかんのかんづめ 30 さんしょくゼリー 30
	しよくパン:小麦、乳 ミネストローネ:小麦、鶏肉 あげじゃがいもとアスパラのいためもの:豚肉	とりだんご:さば、鶏肉 さばのおやき:さば きのめあえ:大豆	マーボーどうふ:鶏肉、豚肉、大豆 もやしのいためもの:豚肉	コッペパン:小麦、乳 スープに:さば、豚肉 ポークハンバーグ:豚肉、大豆 フルーツポンチ:りんご

18 <input type="checkbox"/> ごはん <small>担任確認</small> にくじゃが 20 ぎゅうにく 55 たまねぎ 20 にんにく 60 じゃがいも 20 つきこんにやく 5 むきえだまめ 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 はるさめとはるキャベツのさっぱりあえ 5 ささみフレーク 3 にんにく 20 はるキャベツ 4 りょうりしゆ 0.2 しお 0.3 こしょう 0.3 さとう 0.5 こいくちしょうゆ 0.5 レモンかじゅう 0.3 オリーブあぶら 0.2 のりのつくだに 1.5 やきのり(つくだによう) 1.7 こいくちしょうゆ 2 みりん 1 りょうりしゆ 1 さとう 1	19 <input type="checkbox"/> こくどうパン <small>担任確認</small> わかめスープ 5 やきぶた 10 にんにく 20 たまねぎ 25 れいどうどうふ 0.4 わかめ 5 あおねぎ 2.5 とりがらスープ 3 とんこつスープ 3 こいくちしょうゆ 0.3 しお 0.02 こしょう 0.02 きりぼしだいこんのピリからいため 5 ぶたにく 0.1 にんにく 5 にんにく 4 きりぼしだいこん 5 ごま 1 しお 0.1 こしょう 0.3 さとう 2 りょうりしゆ 0.5 しお 0.1 りょうりしゆ 0.5 うすくちしょうゆ 1	20 <input type="checkbox"/> わかめごはん <small>担任確認</small> うどん 7 かまぼこ 5 にんにく 10 たまねぎ 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 みりん 2 こいくちしょうゆ 2 うすくちしょうゆ 2 しお 0.3 さくらえびとみつばのかきあげ 3 たまねぎ 20 じゃがいも 20 みつば 5 こめこ 7 てんぶん 5 しお 0.1 あげあぶら 11 きんときまめ 7 きんときまめ 2 さとう 0.8 こいくちしょうゆ	21 <input type="checkbox"/> ごはん <small>担任確認</small> かきたまじる 10 にんにく 25 たまねぎ 10 いとかまぼこ 20 たまご 5 あおねぎ 3 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 0.38 てんぶん 0.5 さとう 0.8 こいくちしょうゆ 1.6 みりん 0.2 ぶたにくのしょうがいため 25 ぶたにく 0.5 つちしょうが 25 たまねぎ 5 あおねぎ 0.1 しお 0.02 こしょう 0.02 さとう 2 りょうりしゆ 0.2 うのはなのいりに 7 うのはな 3 うすあげ 3 にんにく 0.3 ほしいたけ 0.3 けずりぶし(さば・いわし) 1 さとう 0.8 うすくちしょうゆ 1 ひまわりあぶら 0.2	22 <input type="checkbox"/> しよくパン <small>担任確認</small> キャベツのスープ 7 たまねぎ 20 にんにく 8 キャベツ 20 じゃがいも 20 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 りんごピューレ 3 レモンかじゅう 0.1 ライスソテー 10 ロースハム 5 たまねぎ 5 にんにく 10 しお 0.2 こしょう 0.02 うすくちしょうゆ 0.3 ひまわりあぶら 0.2 あかうおのバーベキューソース 100 あかうお 0.1 しお 0.02 こしょう 0.1 にんにく 1 さとう 1 こいくちしょうゆ 3
にくじゃが:牛肉、大豆 はるさめとはるキャベツのさっぱりあえ:鶏肉	こくどうパン:小麦、乳 わかめスープ:鶏肉、豚肉、大豆 きりぼしだいこんのピリからいため:豚肉、ごま たけのこおこわ:さば、大豆	うどん:小麦、さば さくらえびとみつばのかきあげ:えび	かきたまじる:卵、さば ぶたにくのしょうがいため:豚肉 うのはなのいりに:さば、大豆	しよくパン:小麦、乳 キャベツのスープ:鶏肉、豚肉 あかうおのバーベキューソース:りんご ライスソテー:豚肉

25 <input type="checkbox"/> ごはん <small>担任確認</small> ふくじんづけ ポークカレー 25 ぶたにく 0.5 つちしょうが 0.1 たまねぎ 55 にんにく 15 じゃがいも 50 カレーこ 0.8 ひまわりあぶら 3.2 はいせんごおぎこ 6 オニオンペースト 5 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 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 しお 0.4 こしょう 0.08 ひまわりあぶら 0.5 チンゲンサイのいためもの 5 やきぶた 7 チンゲンサイ 30 こいくちしょうゆ 0.7 しお 0.1 こしょう 0.02 ひまわりあぶら 0.2	26 <input type="checkbox"/> コッペパン <small>担任確認</small> キャロットスープ 5 ベーコン 25 にんにく 30 たまねぎ 25 じゃがいも 10 クリームコーン 10 しろいんげんまめ 15 ぎゅうにゅう 2 なまクリーム 0.5 パセリ 0.5 とりがらスープ 6 しお 0.5 こしょう 0.08 ひまわりあぶら 0.3 ローストチキン 50 とりにく 0.2 しお 0.02 こしょう 15 たまねぎ 1 みりん 0.5 さとう 0.2 ひまわりあぶら 0.2 キャベツのソテー 35 キャベツ 3 にんにく 0.2 しお 0.3 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	27 <input type="checkbox"/> ごはん <small>担任確認</small> ごじる 10 だいた 5 うすあげ 8 にんじん 10 いたこんにやく 30 じゃがいも 5 あおねぎ 2.5 みそ 9 うすくちしょうゆ 0.2 わかさぎのなんばんづけ 25 わかさぎ 6 でんぶん 3 あげあぶら 7 たまねぎ 3 にんにく 1 あおねぎ 1 さとう 1 こいくちしょうゆ 2.5 こめず 1.5 きやらぶき 15 やまぶき 1 さとう 1 みりん 1.5 こいくちしょうゆ 1 りょうりしゆ 1 けずりぶし(さば・いわし) 0.5	28 <input type="checkbox"/> ごはん <small>担任確認</small> そぼろに 15 ぶたミンチにく 0.5 つちしょうが 20 にんにく 55 たまねぎ 15 じゃがいも 55 ひとくちごぼうてん 2 けずりぶし(さば・いわし) 2 さとう 5 こいくちしょうゆ 0.3 ひまわりあぶら 0.5 りょうりしゆ 5 にびたし 5 うすあげ 30 キャベツ 10 チンゲンサイ 5 にんにく 0.5 みりん 1 うすくちしょうゆ 2 さとう 0.3 かしわもち 10
ポークカレー:小麦、りんご、豚肉、鶏肉 チンゲンサイのいためもの:豚肉	コッペパン:小麦、乳 キャロットスープ:乳、鶏肉、豚肉 ローストチキン:鶏肉	ごじる:さば、大豆 きやらぶき:さば	そぼろに:さば、豚肉 にびたし:さば、大豆

調理場で除去可能な今月の献立

20日	桜えびと三つ葉のかき揚げの桜えび
21日	かきたま汁の卵
26日	キャロットスープの牛乳・生クリーム

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、かき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。

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

○	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	担任確認
		持参	

今月の炊き込みごはん

「わかめごはん」(20日)
こめ 75g
たきこみわかめ 2.1g



★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。
★27日のわかさぎには魚卵がはいっていることがあります。