

※必要事項を記入の上、6月17日(木)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
-----	-----	-----	---------

<input type="checkbox"/> 今月は、除去食・欠食が <input type="checkbox"/> あります ・ <input type="checkbox"/> 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
---	---	---	---	---

今月の炊き込みごはん

「かやくごはん」(6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」(13日)

こめ 80g  
 たきこみわかめ 2.3g

1	ごはん ぎゅうにゅう	担任確認
なつやさいたっぷり カレーぶたじる	ちくわの いそべあげ	
ぶたにく 10 うすあげ 5 たまねぎ 30 ダイストマトかん 10 なす 10 オクラ 5 カレーこ 0.5 けずりぶし(さばいわし) 2.5 みそ 9	ちくわ 10 あおさこ 0.2 てんぶん 3 こめこ 3 しお 0.1 あげあぶら 6 じゃこピーマン 3 ちりめんじゃこ 10 ピーマン 1 ごま 1 みりん 0.3 さとう 0.7 こいくちしょうゆ 1.2 りょうりしゅ 0.5	
なつやさいたっぷりカレーぶたじる:さば、豚肉、大豆 じゃこピーマン:ごま		

2	クロワッサン ぎゅうにゅう	担任確認
だいちり ミートパンネ	キャベツの いために	
ぎゅうミンチにく 15 たまねぎ 55 にんじん 15 ひきわりだいず 10 ミニパンネ 30 トマトホールかん 10 トマトケチャップ 7 ウスターソース 7 しお 0.3 こしょう 0.05 ひまわりあぶら 0.3	ベーコン 5 にんにく 0.1 キャベツ 40 とりがらスープ 1 りょうりしゅ 0.5 こいくちしょうゆ 0.5 しお 0.05 こしょう 0.05 オリーブあぶら 0.1 れいとうみかん 10 れいとうみかん 10	
クロワッサン:小麦、乳、大豆 だいちりミートパンネ:小麦、牛肉、大豆 キャベツのいために:鶏肉、豚肉		

3	ごはん ぎゅうにゅう	担任確認
だんごじる たまねぎ	りょうりしゅ みりん	0.5 1
にんじん 5 うすあげ 5 しらたまだんご 30 もやし 15 あおねぎ 5 けずりぶし(さばいわし) 2.5 みそ 9	ひまわりあぶら 0.2 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 りょうりしゅ 4 しお 0.2 こしょう 0.05 さとう 0.3 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	
だんごじる:さば、大豆 ぶたにくのしょうがいために:豚肉 はるさめとキャベツのさっぱりあえ:鶏肉		

6	かやくごはん ぎゅうにゅう	担任確認
たなばたそうめん そうめん	なつやさいの かきあげ	
とうがん 20 にんじん 5 かまぼこ(ほし) 10 わかめ 0.3 あおねぎ 5 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 3 しお 0.3	さくらえび 10 たまねぎ 15 かぼちゃ 7 ゴーヤ 3 オクラ 5 こめこ 7 てんぶん 5 しお 0.1 あげあぶら 9 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	
かやくごはん:大豆 たなばたそうめん:小麦、さば なつやさいのかきあげ:えび こうやどうふのふくめに:さば、大豆		

7	しよくパン ぎゅうにゅう	担任確認
キャロットスープ	とりにくの マーメレードやき	
ベーコン 5 にんじん 25 たまねぎ 30 じゃがいも 25 クリームコーン 10 しろいんげんまめペースト 10 ぎゅうにゅう 15 なまクリーム 2 パセリ 0.5 とりがらスープ 6 しお 0.5 さとう 0.1 こしょう 0.05 ひまわりあぶら 0.3	マーメレードやき 60 しお 0.2 こしょう 0.05 マーメレード 6 こいくちしょうゆ 2 キャベツのソテー 35 キャベツ 3 にんじん 3 しお 0.2 こしょう 0.05 こいくちしょうゆ 0.3 ひまわりあぶら 0.2	
しよくパン:小麦、乳 キャロットスープ:乳、鶏肉、豚肉 とりにくのマーメレードやき:鶏肉		

8	ごはん ぎゅうにゅう	担任確認
そばろに ぶたミンチにく	ビーフンの いためもの	
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 りょうりしゅ 0.5	やきぶた 5 にんじん 6 ビーフン 7 こまつな 15 さとう 0.3 こいくちしょうゆ 1.5 ひまわりあぶら 0.3 かりかりくろまめ 10 かりかりくろまめ 10	
そばろに:さば、豚肉 ビーフンのいためもの:豚肉 かりかりくろまめ:大豆		

9	うずまきパン ぎゅうにゅう	担任確認
レタススープ	ホキの カラフルソース	
ぶたにく 10 にんじん 10 たまねぎ 30 レタス 25 とりがらスープ 3 とんこつスープ 5 こいくちしょうゆ 3 しお 0.4 こしょう 0.05	ホキ 40 カラフルソース 40 りょうりしゅ 0.3 しお 0.3 てんぶん 8 あげあぶら 5 パプリカ(あか) 3 パプリカ(き) 3 たまねぎ 10 さとう 2 うすくちしょうゆ 2 オリーブあぶら 0.5 えだまめ 20 えだまめ 20	
うずまきパン:小麦、乳 レタススープ:鶏肉、豚肉 えだまめ:大豆		

10	ごはん ぎゅうにゅう	担任確認
ごじる ぶたにく	みりん りょうりしゅ	1.5 0.5
だいず 15 うすあげ 7 いたこんやく 10 れいとうどうふ 25 えのきたけ 5 あおねぎ 5 けずりぶし(さばいわし) 2.5 みそ 9 うすくちしょうゆ 0.1	ひまわりあぶら 0.2 こまつなの ごまいため 5 ささみフレーク 15 こまつな 5 キャベツ 30 にんじん 5 ごま 1 さとう 0.2 こいくちしょうゆ 0.2 ひまわりあぶら 0.2	
ごじる:さば、鶏肉、大豆 ぎゅうごぼう:さば、牛肉 こまつなのごまいため:鶏肉、ごま		

13	わかめごはん ぎゅうにゅう	担任確認
じゃがいももちの おつゆ	こいくちしょうゆ こめず	3.8 2.3
にんじん 10 たまねぎ 30 いとかまぼこ 10 じゃがいももち 35 あおねぎ 5 けずりぶし(さばいわし) 2 こいくちしょうゆ 1.8 うすくちしょうゆ 1.8 しお 0.2	とうがん 20 ぶたにくのいために 50 ぶたにく 7 つちしょうが 0.3 けずりぶし(さばいわし) 1 みりん 1 さとう 0.3 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 てんぶん 0.3	
じゃがいももちのおつゆ:さば とうがんとぶたにくのいために:さば、豚肉		

14	コッペパン ぎゅうにゅう	担任確認
たまごコーンの スープ	にんにく パジルこ	0.1 0.01
とりにく 5 にんじん 10 たまねぎ 30 クリームコーン 15 クリームコーンかん 15 ホールコーン 5 たまご 25 あおねぎ 5 とりがらスープ 3.5 しお 0.4 こしょう 0.02 こいくちしょうゆ 1.5	こなパセリ 0.01 こめこフレーク 3 しお 0.2 こしょう 0.05 オリーブあぶら 1.5 ラハノサラダ 5 キャベツ 35 にんじん 5 しお 0.3 こしょう 0.01 こめず 0.9 さとう 0.1 オリーブあぶら 0.2	
コッペパン:小麦、乳 たまごコーンのスープ:卵、鶏肉		

15	ごはん ぎゅうにゅう	担任確認
なつやさいの カレー	のうこうソース こいくちしょうゆ	2 1.5
ぎゅうにく 25 つちしょうが 0.5 にんにく 0.1 たまねぎ 40 にんじん 10 じゃがいも 20 なす 10 パプリカ(き) 3 カレーこ 0.8 ひまわりあぶら 3.2 ごむぎこ 6 とりがらスープ 5 りんごピューレ 2 オニオンペースト 5 チャツネ 4 トマトケチャップ 2 ウスターソース 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 0.5 コーンソテー 10 にんじん 10 ホールコーン 20 こまつな 15 しお 0.05 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 ふくじんづけ 10 ふくじんづけ 10	
なつやさいのカレー:小麦、りんご、牛肉、鶏肉 ふくじんづけ:大豆		

16	コッペパン ぎゅうにゅう	担任確認
ジュリエヌ スープ	トマトケチャップ とりがらスープ	1.5 1.5
ベーコン 7 キャベツ 20 たまねぎ 40 にんじん 10 うすくちしょうゆ 3 しお 0.2 こしょう 0.05 とりがらスープ 2.5 とんこつスープ 5 ひまわりあぶら 0.3	パジルこ 0.01 さとう 0.15 しお 0.1 こしょう 0.02 オリーブあぶら 0.3 ツナとにんじんの サラダ 20 にんじん 20 ツナフレーク 12 むぎえだまめ 5 しお 0.15 こしょう 0.02 さとう 0.3 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	
コッペパン:小麦、乳 ジュリエヌスープ:鶏肉、豚肉 あかうおのトマトソース:鶏肉 ツナとにんじんのサラダ:大豆		

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。

(記入例) 持参

10	コッペパン ぎゅうにゅう	担任確認
ハッシュドポーク 2	ツナコーン ツナフレーク	15 15
ぶたにく 20	たまねぎ 15	0.1
にんじん 15	ホールコーン 10	0.1
マッシュルーム 3	しお 0.1	0.1
ひまわりあぶら 3	こしょう 0.05	0.05
とりがらスープ 6	うすくちしょうゆ 3	0.2
トマトケチャップ 7	ひまわりあぶら 3	0.2
トマトピューレ 5	キャベツのソテー 35	
ウスターソース 5	キャベツ 3	
あかワイン 0.5	にんじん 3	
さとう 0.1	しお 0.2	
こしょう 0.05	こしょう 0.05	
ひまわりあぶら 0.3	こいくちしょうゆ 0.3	
	ひまわりあぶら 0.2	

持参  
コッペパン:小麦、乳  
ハッシュドポーク:小麦、鶏肉、豚肉

調理場で除去可能な今月の献立

6日	夏野菜のかき揚げの桜えび
7日	キャロットスープの 牛乳・生クリーム
14日	卵とコーンのスープの卵

★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  
 (ふりかけの原料を含む)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。

★13日のきびなごには、魚卵が入っていることがあります。

8大アレルゲンを色分けしています

卵	黄色
乳	青
えび	緑
小麦	赤

※枚方市では、上記以外の8大アレルゲンである、  
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。