

※必要事項を記入の上、3月12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
-----	-----	-----	---------

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

調理場で除去可能な今月の献立

27日	かきたま汁の卵
28日	いんげん豆の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(ふりかけの原料を含む)は、えび・かき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。

★20日のししゃもには、魚卵が入っています。

8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。

献立内容を確認し、すべての口欄に下記のとおりの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。

10 **コッペパン** 担任確認

**ぎゅうにゅう**

ミートパンネ	20	キャベツ	35
ぎゅうミンチにく	20	にんじん	5
たまねぎ	55	しお	0.3
にんじん	15	こしょう	0.01
ミニパンネ	30	こめず	0.9
トマトホールかん	10	さとう	0.1
トマトケチャップ	7	オリーブあぶら	0.2
ウスターソース	7		
しお	0.3		
こしょう	0.01	りんごのかんづめ	
ひまわりあぶら	0.3	りんごのかんづめ	45

コッペパン:小麦、乳  
ミートパンネ:小麦、牛肉  
りんごのかんづめ:りんご

13 **ごはん** 担任確認

**ぎゅうにゅう**

じゃがいももちのおつゆ	こいくちしょうゆ	2.7
にんじん	ふきごはんのぐ	5
たまねぎ	ふき	5
いとかまぼこ	たけのこ	8
じゃがいももち	にんじん	8
あおねぎ	とりにく	8
けずりぶし(さばいわし)	うすあげ	5
こいくちしょうゆ	ほししいたけ	0.5
うすくちしょうゆ	うすくちしょうゆ	3.5
しお	りょうりしゆ	2
	みりん	1
	さとう	2
あげごぼうのごまだれ	しお	0.05
ごぼう	けずりぶし(さばいわし)	0.8
でんぶん		
あげあぶら		
ごま		
みりん		
さとう		

じゃがいももちのおつゆ:さば  
あげごぼうのごまだれ:ごま  
ふきごはんのぐ:さば、鶏肉、大豆

14 **ごはん** 担任確認

**ぎゅうにゅう**

にくじゃが	はるさめと	
ぎゅうにく	キャベツのさっぱりあえ	5
たまねぎ	ささみフレーク	3
にんじん	にんじん	20
じゃがいも	キャベツ	20
つきこんやく	りょくとうはるさめ	4
さとう	しお	0.2
こいくちしょうゆ	こしょう	0.02
りょうりしゆ	さとう	0.3
ひまわりあぶら	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
	つぼづけ	
	つぼづけ	12.5

にくじゃが:牛肉  
はるさめとキャベツのさっぱりあえ:鶏肉

15 **コッペパン** 担任確認

**ぎゅうにゅう**

とうもろこし	チキンハンバーグ	10
スープ	チキンハンバーグ	15
ベーコン	たまねぎ	2
たまねぎ	マッシュルーム	2
クリームコーン	トマトホールかん	2
ホールコーン	トマトケチャップ	2
パセリ	ウスターソース	2
とりがらスープ	さとう	1
しお	ひまわりあぶら	0.2
こしょう		
さとう	フルーツポンチ	30
ひまわりあぶら	みかんのかんづめ	30
	さんしょくゼリー	30

コッペパン:小麦、乳  
とうもろこしスープ:鶏肉、豚肉  
チキンハンバーグ:鶏肉 / フルーツポンチ:りんご

16 **ごはん** 担任確認

**ぎゅうにゅう**

ポークカレー	しお	0.4
ぶたにく	こしょう	0.03
つちしょうが	ひまわりあぶら	0.5
にんにく		
たまねぎ	アスパラソテー	7
にんじん	ボンレスハム	5
じゃがいも	にんじん	5
カレーこ	キャベツ	25
ひまわりあぶら	グリーンアスパラガス	7
こむぎご	こいくちしょうゆ	0.5
オニオンペースト	しお	0.1
ウスターソース	こしょう	0.02
のうこうソース	ひまわりあぶら	0.2
トマトケチャップ		
チャツネ	ふくじんづけ	10
こいくちしょうゆ	ふくじんづけ	10
とりがらスープ		
あかワイン		
りんごピューレ		
さとう		

ポークカレー:小麦、りんご、鶏肉、豚肉  
アスパラソテー:豚肉  
ふくじんづけ:大豆

17 **コッペパン** 担任確認

**ぎゅうにゅう**

はるキャベツと	のりしおポテト	60
とりだんご	じゃがいも	6
にんじん	こめこ	4.5
たまねぎ	でんぶん	0.3
はるキャベツ	しお	0.15
あおねぎ	あおのりこ	10
ほししいたけ	あげあぶら	10
とりがらスープ	ツナとにんじんの	
とんこつスープ	サラダ	
こいくちしょうゆ	にんじん	20
しお	ツナフレーク	12
こしょう	むきえだまめ	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  
はるキャベツととりだんごのスープ:鶏肉、豚肉  
ツナとにんじんのサラダ:大豆

20 **わかめごはん** 担任確認

**ぎゅうにゅう**

そばろに	ししゃも	20.8
ぶたミンチにく	ししゃも	20.8
つちしょうが		
にんじん	もやしの	
たまねぎ	いためもの	
じゃがいも	やきぶた	5
ひとくちごぼうてん	もやし	40
けずりぶし(さばいわし)	にんじん	5
さとう	さとう	0.3
こいくちしょうゆ	こいくちしょうゆ	1.5
しお	しお	0.1
ひまわりあぶら	こしょう	0.02
りょうりしゆ	ひまわりあぶら	0.2

そばろに:さば、豚肉  
もやしのいためもの:豚肉

21 **こくどうパン** 担任確認

**ぎゅうにゅう**

はるさめスープ	みそ	2.5
ぶたにく	さとう	1
にんじん	こいくちしょうゆ	1
たまねぎ	ひまわりあぶら	0.2
チンゲンサイ		
りょくとうはるさめ	たけのこおこわ	
あおねぎ	もちごめ	20
とりがらスープ	たけのこ	15
とんこつスープ	うすあげ	2
こいくちしょうゆ	けずりぶし(さばいわし)	0.5
しお	しお	0.1
こしょう	りょうりしゆ	0.5
	うすくちしょうゆ	1
あつあげのみそ		
ひとくちあつあげ		
こまつな		
にんじん		
にんにく		
つちしょうが		

こくどうパン:小麦、乳 / はるさめスープ:鶏肉、豚肉  
あつあげのみそ:大豆  
たけのこおこわ:さば、大豆

22 **ごはん** 担任確認

**ぎゅうにゅう**

はるキャベツの	ホキの	
みそしる	なんばんづけ	
はるキャベツ	ホキ	40
れいどうとうふ	りょうりしゆ	1
うすあげ	こいくちしょうゆ	1
たまねぎ	でんぶん	10
わかめ	あげあぶら	5
みそ	たまねぎ	10
けずりぶし(さばいわし)	にんじん	3
	パセリ	0.5
	さとう	1
	こめず	1.5
	こいくちしょうゆ	3
	きんときまめ	
	きんときまめ	7
	さとう	2
	こいくちしょうゆ	0.8

はるキャベツのみそしる:さば、大豆

23 **ごはん** 担任確認

**ぎゅうにゅう**

ハッシュドポーク	ひじきサラダ	
ぶたにく	ローズハム	5
たまねぎ	キャベツ	25
にんじん	にんじん	5
マッシュルーム	ホールコーン	5
ひまわりあぶら	ひじき	0.4
こむぎご	こいくちしょうゆ	0.5
とりがらスープ	さとう	0.3
トマトケチャップ	こめず	0.3
トマトピューレ	しお	0.2
ウスターソース	こしょう	0.02
あかワイン	ひまわりあぶら	0.2
さとう		
しお	おちゃプリン	
こしょう	おちゃプリン	10
ひまわりあぶら		

ハッシュドポーク:小麦、鶏肉、豚肉  
ひじきサラダ:豚肉  
おちゃプリン:大豆

24 **うずまきパン** 担任確認

**ぎゅうにゅう**

やさしいスープ	まぐろの	
やきぶた	ノルウェーふう	
にんじん	まぐろ	40
たまねぎ	つちしょうが	1
もやし	こいくちしょうゆ	2
あおねぎ	でんぶん	10
とんこつスープ	あげあぶら	5
とりがらスープ	トマトケチャップ	7.5
こいくちしょうゆ	ウスターソース	4.5
しお	さとう	1.5
こしょう		
	コーンソテー	
	にんじん	10
	ホールコーン	20
	チンゲンサイ	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

うずまきパン:小麦、乳  
やさしいスープ:鶏肉、豚肉

27 **ごはん** 担任確認

**ぎゅうにゅう**

かきたまじる	さとう	0.8
にんじん	こいくちしょうゆ	2
たまねぎ	りょうりしゆ	0.5
いとかまぼこ	みりん	1
たまご	ひまわりあぶら	0.2
あおねぎ		
けずりぶし(さばいわし)	こまつなの	
こいくちしょうゆ	にびたし	
うすくちしょうゆ	うすあげ	6
しお	にんじん	5
でんぶん	もやし	15
	こまつな	20
ぶたにくの	けずりぶし(さばいわし)	0.5
しょうがいため	みりん	1
ぶたにく	うすくちしょうゆ	2
つちしょうが	さとう	0.3
たまねぎ		
あおねぎ		
しお		
こしょう		

かきたまじる:卵、さば  
ぶたにくのしょうがいため:豚肉  
こまつなのにびたし:さば、大豆

28 **しよくパン** 担任確認

**ぎゅうにゅう**

いんげんまめの	あかうおの	
クリームスープ	パーベキューソース	
ベーコン	あかうお	19.8
しちいんげんまめペースト	りょうりしゆ	0.5
たまねぎ	にんにく	0.1
じゃがいも	さとう	1
パセリ	こいくちしょうゆ	3
ぎゅうにゅう	りんごピューレ	3
なまクリーム	レモンかじゅう	0.1
とりがらスープ		
しお	キャベツのソテー	0.4
こしょう	キャベツ	35
ひまわりあぶら	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

しよくパン:小麦、乳  
いんげんまめのクリームスープ:乳、鶏肉、豚肉  
あかうおのパーベキューソース:りんご

(記入例) 持参

10	コッペパン	担任確認
○	ぎゅうにゅう	
○	ハッシュドポーク	
○	ぶたにく	20
○	たまねぎ	60
○	にんじん	15
○	マッシュルーム	3
○	ひまわりあぶら	3
○	とりがらスープ	7
○	トマトケチャップ	7
○	トマトピューレ	7
○	ウスターソース	5
○	あかワイン	2
○	さとう	0.5
○	しお	0.4
○	こしょう	0.02
○	ひまわりあぶら	0.3
○	ツナフレーク	15
○	たまねぎ	15
○	ホールコーン	15
○	しお	0.1
○	こしょう	0.01
○	うすくちしょうゆ	0.1
○	ひまわりあぶら	0.1
○	キャベツのソテー	35
○	キャベツ	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

コッペパン:小麦、乳  
ハッシュドポーク:小麦、鶏肉、豚肉

30 **ごはん** 担任確認

**ぎゅうにゅう**

だいきり	まりぼしだいこんと	
マーボーどうふ	ツナのあまずあえ	
ぶたミンチにく	にんじん	5
つちしょうが	ツナフレーク	12
にんにく	きりぼしだいこん	4
たまねぎ	さとう	1
れいどうとうふ	こめず	2
ひきわりだいきり	こいくちしょうゆ	1
あおねぎ	みりん	1
しお	しお	0.1
さとう	さつまもチップス	
こいくちしょうゆ	さつまもチップス	10
みそ		
とりがらスープ		
こしょう		
トウバンジャン		
でんぶん		
ひまわりあぶら		

だいきりマーボーどうふ:鶏肉、豚肉、大豆

今月の炊き込みごはん

「わかめごはん」(20日)

こめ 80g  
たきこみわかめ 2.3g