令和8年2月

食物アレルギー対応確認用献立表

Aブロック
枚方市教育委員会
枚方市学校給食会

※必要事項を記入の上、1月16(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、該当するものに〇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

2 コッペパン ぎゅうにゅう

カレーうどん
- ぎゅうにく 5
- うすあげ 5
- たまねぎ 30
- にんじん 10
- 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） 4
- カレーこ 0.5
- こいくちしょうゆ 4
- うすくちしょうゆ 2
- さとう 0.3
- みりん 2
- しお 0.2
- でんぷん 2

ささみとキャベツのソテー
- ささみフレーク 5
- キャベツ 40
- にんじん 5
- しお 0.2
- こしょう 0.02
- こいくちしょうゆ 0.7
- りょうりしゅ 0.5
- ひまわりあぶら 0.2

ミニぶどうゼリー
- ミニぶどうゼリー 1コ

コッペパン：小麦、乳
カレーうどん：小麦、さば、牛肉、大豆
ささみとキャベツのソテー：鶏肉

火

3 ごはん ぎゅうにゅう

かすじる
- とりにく 10
- にんじん 5
- うすあげ 5
- いたこんにゃく 5
- かまぼこ（おに） 7
- だいこん 15
- じゃがいも 20
- ほうれんそう 10
- みそ 9
- さけかす 5
- けずりぶし（さば・いわし） 2
- うすくちしょうゆ 0.1

としこしのいわし
- いわし 1きれ
- つちしょうが 0.3
- さとう 1.5
- こいくちしょうゆ 2.5
- りょうりしゅ 1
- みりん 2
- でんぷん 0.2

のりのつくだに
- やきのり（つくだにより） 1.5
- こいくちしょうゆ 1.7
- みりん 2
- りょうりしゅ 1
- さとう 1

いりだいず
- いりだいず 1コ

かすじる：さば、鶏肉、大豆
いりだいず：大豆

水

4 ごはん ぎゅうにゅう

さむいふゆもへっちゃら!?こころもからだもあったまるわふうシチュー
- ぶり 20
- りょうりしゅ 0.5
- たまねぎ 30
- にんじん 15
- じゃがいも 20
- ブロッコリー 15
- とうにゅう 35
- こめこ 3
- けずりぶし（さば・いわし） 2.5
- うすくちしょうゆ 1
- みそ 3
- しお 0.5
- こしょう 0.03
- ひまわりあぶら 0.3

はくさいのいためもの
- ボンレスハム 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

ぽんかん
- ぽんかん 1コ

さむいふゆもへっちゃら!?こころもからだもあったまるわふうシチュー：さば、大豆
はくさいのいためもの：豚肉

木

5 コッペパン ぎゅうにゅう

はくさいととりだんごのスープ
- とりだんご 30
- はくさい 40
- たけのこ 10
- にんじん 10
- ほししいたけ 0.3
- あおねぎ 5
- とりがらスープ 3
- とんこつスープ 2
- こいくちしょうゆ 3
- しお 0.2
- こしょう 0.02

れんこんのからあげ
- れんこん 35
- しお 0.2
- こしょう 0.02
- でんぷん 8
- あげあぶら 7

とうみょうのいためもの
- やきぶた 5
- にんじん 5
- とうみょう 15
- もやし 25
- こいくちしょうゆ 1.2
- しお 0.1
- こしょう 0.02
- ひまわりあぶら 0.2

コッペパン：小麦、乳
はくさいととりだんごのスープ：鶏肉、豚肉
とうみょうのいためもの：豚肉

金

6 ごはん ぎゅうにゅう

あんかけとうふ
- ぶたにく 15
- れいとうとうふ 45
- だいこん 30
- にんじん 10
- こまつな 10
- うすくちしょうゆ 3
- みりん 1.5
- りょうりしゅ 1
- しお 0.3
- でんぷん 2
- けずりぶし（さば・いわし） 2.5

さけのねぎだれ
- さけ 1きれ
- つちしょうが 0.25
- にんにく 0.1
- あおねぎ 2
- さとう 0.5
- こめず 0.8
- こいくちしょうゆ 1.5
- ひまわりあぶら 0.1

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

あんかけとうふ：さば、豚肉、大豆
さけのねぎだれ：さけ

9 コッペパン ぎゅうにゅう

うずらたまごいりはっぽうさい
- 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
- うずらたまご 20
- 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 2
- しお 0.2
- こしょう 0.03
- でんぷん 2
- ひまわりあぶら 0.5

あつあげのチリソース
- ひとくちあつあげ 35
- たまねぎ 10
- あおねぎ 2
- トマトケチャップ 10
- さとう 0.7
- うすくちしょうゆ 1
- トウバンジャン 0.05
- ひまわりあぶら 0.3

おこげ
- おこげ 1コ

コッペパン：小麦、乳
うずらたまごいりはっぽうさい：卵、鶏肉、豚肉
あつあげのチリソース：大豆

10 ごはん ぎゅうにゅう

みそしる
- たまねぎ 30
- うすあげ 5
- じゃがいも 20
- わかめ 0.3
- あおねぎ 5
- けずりぶし（さば・いわし） 2.5
- みそ 9

けんちんあげ
- しらあえようとうふ 25
- ちくわ 5
- ごぼう 5
- にんじん 5
- あおねぎ 3
- つきこんにゃく 5
- ひじき 0.5
- こめこ 7
- でんぷん 3
- さとう 0.8
- こいくちしょうゆ 1
- しお 0.1
- あげあぶら 11

はくさいのしおこうじいため
- やきぶた 5
- にんじん 5
- はくさい 30
- こまつな 10
- しお 0.1
- こしょう 0.02
- うすくちしょうゆ 0.8
- しおこうじ 2
- ひまわりあぶら 0.2

みそしる：さば、大豆
けんちんあげ：大豆
はくさいのしおこうじいため：豚肉

今月の炊き込みごはん

「わかめごはん」（12日）

こめ　80g
たきこみわかめ　2.3g

今月使用する枚方産の農産物

人参・青ねぎを使用する予定です。

12 わかめごはん ぎゅうにゅう

かきたまじる
- にんじん 10
- たまねぎ 30
- 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 1.5
- うすくちしょうゆ 1.5
- しお 0.2
- でんぷん 0.5

ぶりだいこん
- だいこん 40
- ぶり 30
- りょうりしゅ 1
- つちしょうが 0.7
- さとう 1.5
- みりん 1
- りょうりしゅ 2
- こいくちしょうゆ 3

にびたし
- 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 1
- うすくちしょうゆ 2
- さとう 0.3

かきたまじる：卵、さば
にびたし：さば、大豆

13 しょくパン ぎゅうにゅう

ミネストローネ
- ベーコン 5
- カットウインナー 5
- にんじん 10
- たまねぎ 30
- じゃがいも 20
- ホールコーン 10
- キャベツ 10
- パセリ 0.5
- とりがらスープ 3
- とんこつスープ 2.5
- トマトホールかん 35
- トマトピューレ 5
- さとう 0.3
- うすくちしょうゆ 0.5
- しお 0.4
- こしょう 0.02
- あかワイン 2
- ひまわりあぶら 0.3

あかうおのバーベキューソース
- あかうお 1きれ
- りょうりしゅ 0.5
- にんにく 0.1
- さとう 1
- こいくちしょうゆ 3
- りんごピューレ 3
- レモンかじゅう 0.1

スライスチーズ
- スライスチーズ 1コ

しょくパン：小麦、乳 / ミネストローネ：鶏肉、豚肉
あかうおのバーベキューソース：りんご
スライスチーズ：乳

16 ごはん ぎゅうにゅう

みそおでん
- ぶたにく 20
- にんじん 15
- ちくわ 10
- だいこん 50
- いたこんにゃく 15
- さとう 0.45
- こいくちしょうゆ 0.6
- ひとくちあつあげ 10
- うずらたまご 20
- さとう 0.6
- こいくちしょうゆ 1.5
- けずりぶし（さば・いわし） 0.5
- みそ 7
- さとう 1
- こいくちしょうゆ 1
- けずりぶし（さば・いわし） 2

じゃこいりきんぴら
- ちりめんじゃこ 3
- ごぼう 20
- にんじん 5
- ごま 1.5
- さとう 0.8
- こいくちしょうゆ 1.6
- みりん 1
- りょうりしゅ 0.5
- ごまあぶら 0.2

ゆかりふりかけ
- ゆかりふりかけ 1コ

みそおでん：卵、さば、豚肉、大豆
じゃこいりきんぴら：ごま

17 コッペパン ぎゅうにゅう

キャロットスープ
- ベーコン 7
- 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 0.03
- ひまわりあぶら 0.3

しろみざかなのバジルふうみ
- ホキ 50
- しお 0.3
- こしょう 0.02
- にんにく 0.1
- バジルペースト 1.5
- うすくちしょうゆ 0.1
- オリーブあぶら 0.1

ハムとキャベツのソテー
- ロースハム 5
- キャベツ 35
- にんじん 5
- しお 0.1
- こしょう 0.02
- こいくちしょうゆ 0.7
- ひまわりあぶら 0.2

コッペパン：小麦、乳
キャロットスープ：乳、鶏肉、豚肉
ハムとキャベツのソテー：豚肉

18 ごはん ぎゅうにゅう

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

ヤンニョムチキン
- とりにく 40
- つちしょうが 1
- にんにく 0.1
- こいくちしょうゆ 1
- りょうりしゅ 0.5
- でんぷん 10
- あげあぶら 5
- コチュジャン 3
- こいくちしょうゆ 2
- さとう 1
- こめず 1

もやしのナムル
- こだいずもやし 35
- にんじん 5
- こまつな 5
- ごま 1.5
- さとう 0.4
- こいくちしょうゆ 2
- しお 0.1
- ごまあぶら 0.4

わかめスープ：鶏肉、豚肉、大豆
ヤンニョムチキン：鶏肉、大豆
もやしのナムル：大豆、ごま

19 ごはん ぎゅうにゅう

けんちんじる
- にんじん 5
- ごぼう 5
- さといも 10
- うすあげ 5
- いたこんにゃく 5
- れいとうとうふ 20
- ほししいたけ 0.5
- あおねぎ 3
- けずりぶし（さば・いわし） 2.5
- こいくちしょうゆ 2
- うすくちしょうゆ 2
- しお 0.2
- ひまわりあぶら 0.3

さばのしおやき
- しおさば 1きれ

じゃこまめ
- さくらえび 3
- だいず 15
- さとう 2
- こいくちしょうゆ 1

けんちんじる：さば、大豆
さばのしおやき：さば
じゃこまめ：えび、大豆

20 コッペパン ぎゅうにゅう

やさいいため
- ぶたにく 15
- つちしょうが 0.5
- たまねぎ 40
- ほししいたけ 0.5
- たけのこ 10
- にんじん 15
- キャベツ 55
- ビーフン 7
- とりがらスープ 2
- さとう 0.5
- こいくちしょうゆ 3.5
- しお 0.3
- こしょう 0.03
- りょうりしゅ 1
- ひまわりあぶら 0.5

しゅうまい
- しゅうまい 2コ
- さとう 0.4
- こめず 0.7
- こいくちしょうゆ 1

フルーツポンチ
- りんごのかんづめ 30
- さんしょくゼリー 30

コッペパン：小麦、乳 / やさいいため：鶏肉、豚肉
しゅうまい：小麦、豚肉、大豆
フルーツポンチ：りんご

24 ごはん ぎゅうにゅう

ふゆやさいのカレー
- ぎゅうにく 25
- つちしょうが 0.5
- にんにく 0.1
- たまねぎ 55
- にんじん 15
- だいこん 20
- れんこん 10
- じゃがいも 20
- カレーこ 0.8
- ひまわりあぶら 3.2
- はいせんこむぎこ 6
- 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
- のうこうソース 2
- こいくちしょうゆ 1.5
- りんごピューレ 2
- とりがらスープ 5
- あかワイン 1
- さとう 0.1
- しお 0.4
- こしょう 0.03
- ひまわりあぶら 0.5

ごぼうソテー
- ごぼう 15
- にんじん 5
- ツナフレーク 10
- ごま 2
- さとう 0.3
- こいくちしょうゆ 0.5
- しお 0.1
- こしょう 0.02
- ひまわりあぶら 0.2

ふくじんづけ
- ふくじんづけ 10

ふゆやさいのカレー：小麦、りんご、牛肉、鶏肉
ごぼうソテー：ごま
ふくじんづけ：大豆

25 コッペパン ぎゅうにゅう

スープに
- カットウインナー 5
- ベーコン 5
- 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 0.45
- こしょう 0.02

くじらにくのノルウェーふう
- 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 7.5
- ウスターソース 4.5
- さとう 1.5

チンゲンサイのソテー
- キャベツ 20
- チンゲンサイ 20
- にんじん 5
- しお 0.15
- 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
スープに：さば、豚肉

26 ごはん ぎゅうにゅう

ぶたじる
- ぶたにく 10
- うすあげ 5
- にんじん 10
- れいとうとうふ 20
- じゃがいも 20
- もやし 20
- あおねぎ 5
- けずりぶし（さば・いわし） 2.5
- みそ 9

ししゃも
- ししゃも 2ひき

にんじんシリシリ
- にんじん 25
- ツナフレーク 15
- うすくちしょうゆ 0.5
- りょうりしゅ 1
- しお 0.1
- こしょう 0.01
- ひまわりあぶら 0.2

ぶたじる：さば、豚肉、大豆

27 コッペパン ぎゅうにゅう

じゃがいももちのキムチスープ
- ぶたにく 15
- じゃがいももち 30
- はくさいキムチ 10
- はくさい 20
- しろねぎ 10
- えのきたけ 3
- にんじん 5
- とりがらスープ 3
- とんこつスープ 5
- しお 0.3
- こいくちしょうゆ 3
- みりん 0.5

あつあげのオイスターソースいため
- ひとくちあつあげ 35
- たまねぎ 15
- にんにく 0.1
- あおねぎ 1
- オイスターソース 2
- こいくちしょうゆ 1
- みりん 1
- でんぷん 0.2
- ひまわりあぶら 0.3

もやしのいためもの
- やきぶた 5
- もやし 40
- にんじん 5
- さとう 0.3
- こいくちしょうゆ 1.5
- しお 0.1
- こしょう 0.02
- ひまわりあぶら 0.2

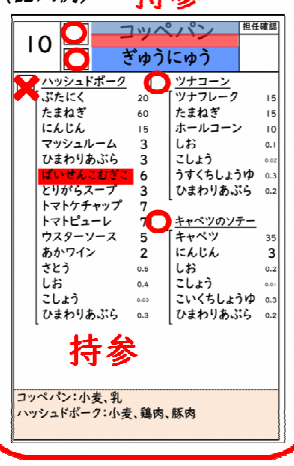
コッペパン：小麦、乳
じゃがいももちのキムチスープ：鶏肉、豚肉
あつあげのオイスターソースいため：大豆
もやしのいためもの：豚肉

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。

（記入例）　持参



献立内容を確認し、すべての□欄に下記のとおり赤色で記号を記入してください

〇	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。

調理場で除去可能な今月の献立

9日	うずら卵入り八宝菜の うずら卵
12日	かきたま汁の卵
16日	みそおでんのうずら卵
17日	キャロットスープの 牛乳・生クリーム
19日	じゃこ豆の桜えび

★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。

★26日のししゃもには、魚卵が入っています。