

※必要事項を記入の上、1月17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
-----	-----	-----	---------

今日は、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
3 ごはん ぎゅうにゅう	4 ごはん ぎゅうにゅう	5 コッペパン ぎゅうにゅう	6 ごはん ぎゅうにゅう	7 アップルパン ぎゅうにゅう
かすじる とりにく にんじん いたこんやく かまぼこ(おに) だいこん じゃがいも ほうれんそう みそ さけかす けずりぶし(さば・いわし) うすくちしょうゆ としこしのいわし いわし つちしょうが さとう こいくちしょうゆ りょうりしゅ みりん てんぶん はくさいの こんぶあえ はくさい にんじん しおこんぶ うすくちしょうゆ いりだいず いりだいず かすじる:さば、鶏肉、大豆 いりだいず:大豆	ふゆやさいなべ ぶたにく うすあげ れいとうとうふ にんじん だいこん はくさい りょうとうはるさめ みずな 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 しお あげごぼろの ごまだれ ごぼろ てんぶん あげあぶら みりん さとう こいくちしょうゆ ごま ささみとにんじんの あまずあえ にんじん ささみフレーク ひじき さとう こめず こいくちしょうゆ みりん ふゆやさいなべ:さば、豚肉、大豆 あげごぼろのごまだれ:ごま ささみとにんじんのあまずあえ:鶏肉	えがとおふれるふゆやさいの あったかカレーほうとう とりにく うすあげ にんじん だいこん しめじ しろねぎ かぼちゃ うどん だしこんぶ けずりぶし(さば・いわし) カレーこ こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ さとう みりん しお 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 ぼんかん ぼんかん コッペパン:小麦、乳 えがとおふれるふゆやさいのあったかカレーほうとう 小麦、さば、鶏肉、大豆	けんちんじる にんじん ごぼろ さといも うすあげ いたこんやく れいとうとうふ ほししいたけ 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 ひまわりあぶら さばのしおやき しおさば はくさいの ボンずあえ はくさい チンゲンサイ えのきたけ けずりぶし(さば・いわし) うすくちしょうゆ みりん さとう こめず ゆずかじゅう けんちんじる:さば、大豆 さばのしおやき:さば はくさいのボンずあえ:さば	とりだんごの スープ たまねぎ もやし にんじん あおねぎ ほししいたけ とりがらスープ とんこつスープ こいくちしょうゆ しお こしょう のりしおポテト じゃがいも こめこ てんぶん しお あおのりこ あげあぶら キャベツの いためもの ローズハム 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 アップルパン:小麦、乳、りんご とりだんごのスープ:鶏肉、豚肉 キャベツのいためもの:豚肉

10 かやくごはん ぎゅうにゅう	今月の炊き込みごはん 「かやくごはん」(10日) こめ 65g しいたけ 1.9g うすあげ 1.5g にんじん 2.9g ごぼろ 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 「げんまいごはん」(25日) こめ 65g げんまい 10g 「わかめごはん」(27日) こめ 80g たきこみわかめ 2.3g	12 ごはん ぎゅうにゅう	13 コッペパン ぎゅうにゅう	14 ごはん ぎゅうにゅう
かんとうに とりにく にんじん じゃがいも だいこん いたこんやく さとう こいくちしょうゆ ひとくちあつあげ うすらたまご さとう こいくちしょうゆ けずりぶし(さば・いわし) ひとくちごぼろてん けずりぶし(さば・いわし) こいくちしょうゆ クープイリチ やきぶた にんじん たけのこ ほそぎりんこんぶ さとう こいくちしょうゆ みりん りょうりしゅ ひまわりあぶら ミニフィッシュ ミニフィッシュ かやくごはん:大豆 かんとうに:卵、さば、鶏肉、大豆 クープイリチ:豚肉		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 さけの ちゃんちゃんやき しお こしょう たまねぎ キャベツ みそ さとう こいくちしょうゆ みりん ひまわりあぶら ぶどうめ だいず さとう こいくちしょうゆ みりん じゃがいももちのおつゆ:さば さけのちゃんちゃんやき:さけ、大豆 ぶどうめ:大豆	ふゆやさいの こめクリームスープ とりにく たまねぎ にんじん じゃがいも はくさい カリフラワー ぎゅうにゅう なまクリーム とりがらスープ しお こしょう こめこ 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 フルーツポンチ みかんのかんづめ パイナップルのかんづめ さんしよくゼリー コッペパン:小麦、乳 ふゆやさいのこめクリームスープ:乳、鶏肉 ハムポテト:豚肉/フルーツポンチ:りんご	ぶたじる ぶたにく うすあげ にんじん だいこん もやし あおねぎ けずりぶし(さば・いわし) みそ かきあげ さくらえび じゃがいも たまねぎ しゅんぎく こめこ てんぶん しお あげあぶら にんじんシリシリ にんじん ツナフレーク うすくちしょうゆ りょうりしゅ しお こしょう ひまわりあぶら ぶたじる:さば、豚肉、大豆 かきあげ:えび

17 ごはん ぎゅうにゅう	18 しょうパン ぎゅうにゅう	19 ごはん ぎゅうにゅう	20 コッペパン ぎゅうにゅう	21 ごはん ぎゅうにゅう
そばろに ぶたミンチにく つちしょうが にんじん たまねぎ じゃがいも ひとくちごぼろてん けずりぶし(さば・いわし) さとう こいくちしょうゆ ひまわりあぶら りょうりしゅ ししゃも ししゃも のりのつくだに やきのり(つくだによう) こいくちしょうゆ みりん りょうりしゅ さとう そばろに:さば、豚肉	ハッシュドビーフ ぎゅうにゅう たまねぎ にんじん マッシュルーム ひまわりあぶら はいせんべおき とりがらスープ トマトケチャップ トマトピューレ 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 ライスソテー げんまい ローズハム たまねぎ にんじん ホールコーン しお こしょう うすくちしょうゆ ひまわりあぶら スライスチーズ スライスチーズ しょうパン:小麦、乳 ハッシュドビーフ:小麦、牛肉、鶏肉 ライスソテー:豚肉 スライスチーズ:乳	かきたまじる にんじん たまねぎ いとかまぼこ たまご 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 てんぶん 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 てんぶん こいくちしょうゆ かきたまじる:卵、さば だいこんのもの:さば、大豆	ジュリエンス ベーコン キャベツ たまねぎ にんじん うすくちしょうゆ しお こしょう とりがらスープ ひまわりあぶら にくボール チーズクリームソース たまねぎ パセリ マッシュルーム なまクリーム ぎゅうにゅう ごなチーズ しお こしょう オリーブあぶら れんこんソテー れんこん 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 コッペパン:小麦、乳/ジュリエンス:鶏肉、豚肉 にくボールチーズクリームソース:小麦、乳、鶏肉、豚肉 れんこんソテー:ごま	わかめスープ やきぶた にんじん たまねぎ れいとうとうふ りょうとうはるさめ わかめ あおねぎ とんこつスープ とんこつスープ こいくちしょうゆ しお こしょう チャイニーズ チキン とりにく しお こしょう てんぶん あげあぶら トマトケチャップ ウスターソース こいくちしょうゆ さとう はくさいの ごまこんぶあえ はくさい にんじん しおこんぶ ごま うすくちしょうゆ わかめスープ:鶏肉、豚肉、大豆 チャイニーズチキン:鶏肉 はくさいのごまこんぶあえ:ごま

25 げんまいごはん ぎゅうにゅう	26 コッペパン ぎゅうにゅう	27 わかめごはん ぎゅうにゅう	28 パーカーパン ぎゅうにゅう
ボークカレー ぶたにく つちしょうが にんじん たまねぎ にんじん じゃがいも カレーこ ひまわりあぶら はいせんべおき オニオンペースト ウスターソース トマトケチャップ チャツネ こいくちしょうゆ とりがらスープ あかワイン りんごピューレ さとう しお こしょう ひまわりあぶら コーンソテー にんじん ホールコーン 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 ふくじんづけ ふくじんづけ ボークカレー:小麦、りんご、鶏肉、豚肉	やさいたっぷり ラーメン やきぶた にんじん ホールコーン チンゲンサイ はくさい もやし かまぼこ(なると) あおねぎ ちゅうめん(ラーメン) とりがらスープ とんこつスープ こいくちしょうゆ しお こしょう とりだんご あまずあえ たまねぎ あおねぎ さとう こめず こいくちしょうゆ てんぶん ひまわりあぶら にんじんのナムル にんじん ごまつな ごま とりがらスープ こいくちしょうゆ しお さとう ごまあぶら コッペパン:小麦、乳 やさいたっぷりラーメン:小麦、鶏肉、豚肉 とりだんごのあまずあえ:鶏肉/にんじんのナムル:鶏肉、ごま	みそしる たまねぎ うすあげ じゃがいも けずりぶし(さば・いわし) みそ わかさぎの からあげ わかさぎ しお こしょう てんぶん あげあぶら さとう こいくちしょうゆ こめず にびたし ぎつまい はくさい ごまつな 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 みそしる:さば、大豆 にびたし:さば	オニオンスープ ベーコン にんじん たまねぎ パセリ とりがらスープ とんこつスープ うすくちしょうゆ オニオンペースト しお こしょう オリーブあぶら チキンハンバーグ カラフルまめソース チキンハンバーグ たまねぎ みそ ひよこまめ ホールコーン トマトホールかん トマトケチャップ ウスターソース さとう しお こしょう ひまわりあぶら キャベツのソテー 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 パーカーパン:小麦、乳 オニオンスープ:鶏肉、豚肉 チキンハンバーグ:鶏肉、大豆

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

10
コッペパン
ぎゅうにゅう

ハッシュドボーク

ツナコーン

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

とりがらスープ

トマトケチャップ

トマトピューレ

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

ツナフレーク

たまねぎ

ホールコーン

しお

こしょう

うすくちしょうゆ

ひまわりあぶら

キャベツのソテー

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

持参

コッペパン:小麦、乳
ハッシュドボーク:小麦、鶏肉、豚肉

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。

調理場で除去可能な今月の献立

10日

関東煮のうずら卵

13日

冬野菜の米粉クリームスープの
牛乳・生クリーム

14日

かき揚げの桜えび

19日

かきたま汁の卵

20日

肉ボール(チーズクリームソース)の
生クリーム・牛乳・粉チーズ

★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。

★17日のししゃもには、魚卵が入っています。

★27日のわかさぎには、魚卵が入っていることがあります。