

※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
-----	-----	-----	---------

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

金

牛乳・生クリーム

★28日のわかさぎには、**魚卵**が入っていることがあります。

「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		フツペパン ぎゅうにゅう	担任確認
☐	タイピーエン	☐	じゃがいも
	ぶたにく	10	ケチャップソース
	にんじん	5	じゃがいも
	たまねぎ	20	しお
	ほしいたけ	0.5	でんぶ
	もやし	15	こめこ
	ちくわ	5	あげあぶら
	りょうとうはるさめ	5	トマトケチャップ
	あおねぎ	5	ウスターソース
	とりがらスープ	2.5	さとう
	とんこつスープ	3	
	りょうりしゅ	☐	アスパラソテー
	みりん	1	ボンレスハム
	こいくちしょうゆ	3.5	にんじん
	しお	0.3	キャベツ
	こしょう	0.02	グリーンアスパラガス
			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
 タイピーエン：鶏肉、豚肉
 アスパラソテー：豚肉

		担任確認	
11	ごはん ぎゅうにゅう		
わかたけじる たけのこ かまぼこ(さくら) れいとうとうふ わかめ あおねぎ だしこんぶ けずりぶし(さばいわし) うすちしゅうゆ こいくちしゅうゆ りょうりしゅ しお	20 10 25 0.3 5 0.5 2 2 1 0.5 0.4	みりん てんぷん ひまわりあぶら ひじきまめ だいず さとう こいくちしょうゆ にんじん ひじき うすあげ けずりぶし(さばいわし) さとう こいくちしょうゆ みりん ひまわりあぶら	2 0.3 0.2 10 0.5 0.5 3 1.2 3 0.5 0.8 1.6 0.5 0.1
とりだんご てりやきソース とりだんご たまねぎ さとう こいくちしょうゆ りょうりしゅ	40 15 1.5 2 1	みりん ひまわりあぶら	0.5 0.1

わかたけじろ:さば、大豆
とりだんごのてりやきソース:鶏肉
ひじきまめ:さば、大豆

14		ごはん		担任確認	
		ぎゅうにゅう			
☐	にくじゃが	☐	にびたし		
	ぎゅうにく	20	うすあげ	7	
	たまねぎ	55	キャベツ	30	
	にんじん	20	にんじん	5	
	じゃがいも	60	けずりふし(さばいわし)	0.5	
	つきこんやく	20	みりん	1	
	さとう	3	うすくちしょうゆ	1.5	
	こいくちしょうゆ	6	さとう	0.3	
	りょうりしゅ	1			
	ひまわりあぶら	0.3	☐ つぶづけ		
			☐ つぶづけ		

12.0

にくじゃが:牛肉
にびたし:さば、大豆

15				担任確認	
15					
15					

16		ごはん		担任確認	
		ぎゅうにゅう			
☐	みそしる	☐	けんちんあげ		
	たまねぎ	30	しらあえようとふ	25	
	うすあげ	5	ちくわ	5	
	じゃがいも	20	ごぼう	5	
	わかめ	0.3	にんじん	5	
	あおねぎ	5	あおねぎ	3	
	けずりぶし(さば・いわし)	2.5	つきこんやく	5	
	みそ	9	ひじき	0.5	
			こめこ	7	
			てんぷん	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	
		☐	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	

17		こくとうパン	担任確認
		ぎゅうにゅう	
	キャベツのスープ		みそ 2.5
	ベーコン	10	さとう 1
	キャベツ	20	こいくちしょうゆ 1
	たまねぎ	40	ひまわりあぶら 0.2
	にんじん	10	
	ホールコーン	10	 たけのおこわ
	うすくちしょうゆ	3	もちごめ 20
	しお	0.1	たけのこ 15
	こしょう	0.02	うすあげ 2
	とりからスープ	2.5	けずりぶし(さば・いわし) 0.5
	とんこつスープ	5	しお 0.1
	ひまわりあぶら	0.3	りょうりしゅ 0.5
			うすくちしょうゆ 1
	ミニあつあげの みそいため		
	ミニあつあげ	20	
	こまつな	10	
	にんじん	5	
	こんにく	0.1	
	つちしょうが	0.1	
ごくとうパン:小麦、乳			
キャベツのスープ:鶏肉、豚肉			
ミニあつあげのみそいため:大豆/たけのおこわ:さば、大豆			

18		わかめごはん		担任確認	
		ぎゅうにゅう			
☐	とりだんごじる	☐	やきざかなく(ほっけ)		
	とりだんご	25	ほっけ	19.8	
	にんじん	10			
	たまねぎ	20	はるさめとキャベツの		
	かまぼこ	7	さっぱりあえ		
	えのきたけ	3	ボンレスハム	5	
	あおねぎ	5	にんじん	3	
	けずりぶし(さばいわし)	3	はるキャベツ	20	
	うすくちしょうゆ	3	りょくとうはるさめ	4	
	りょうりしゆ	0.5	しお	0.2	
	みりん	0.5	くしう	0.02	
	しお	0.2	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	
とりだんごじる:さば、鶏肉					
はるさめとキャベツのさっぱりあえ:豚肉					

21		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
	んにく		
	たまねぎ	コーンソーテ	
	にんじん	にんじん	10
	じゃがいも	ホールコーン	20
	カレーこ	チンゲンサイ	15
	ひまわりあぶら	しお	0.03
	ばいせんこむぎ	こしょう	0.18
	オニオンペースト	こいくちしょうゆ	0.3
	ウスターソース	ひまわりあぶら	0.2
	のうこうソース		
	トマケチャップ	ふくじんづけ	
	チャツネ	ふくじんづけ	10
	こいくちしょうゆ		
	とりがらスープ		
	あかワイン		
	りんごビュール		
	さとう		
ポークカレー：小麦、りんご、鶏肉、豚肉			
ふくじんづけ：大豆			

22		 コッペンパン ぎゅうにゅう		担任確認	
☐	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 りよくとうはるさめ わかめ あおねぎ とりがらスープ とんこつスープ こいくちしょうゆ しお こしゅう	5 10 20 25 2 0.4 5 2.5 3 3 0.3 0.02	てんぷん あげあぶら コチュジャン こいくちしょうゆ さとう こめず もやしのナムル くだいずもやし にんじん こまつな ごま さとう こいくちしょうゆ しお ごまあぶら	10 5 3 2 1 1 35 5 5 1.5 0.4 2 0.1 0.4	
☐	ヤンニョムチキン とりにく つちしょうが にんにく こいくちしょうゆ りよりりしゅ	40 1 0.1 1 0.5			

コッペンパン:小麦、乳
 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

23		ごはん		担任
		ぎゅうにゅう		
☐	かきたまじる	☐	やきざかな(あかうお)	
	にんじん	10	あかうお	1.00
	たまねぎ	30	りょうりしゅ	0.5
	いとこまぼこ	10	さとう	0.5
	たまご	25	こいくちしょうゆ	2
	あおねぎ	5	りょうりしゅ	0.5
	けずりぶし(さば・いわし)	3	みりん	1
	こいくちしょうゆ	1.8		
	うすくちしょうゆ	1.8	☐ <u>きのめあえ</u>	
	しお	0.25	たけのこ	20
	でんぷん	0.5	さとう	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
			りょうりしゅ	1

かきたまじる:卵、さば
きのめあえ:大豆

24	☐	しょくぱん	担任確認
	☐	ぎゅうにゅう	
☐	じゃがいも ポタージュ	☐	ごぼうサラダ
	ベーコン		ごぼう
	たまねぎ		にんじん
	じゃがいもペースト		ツナフレーク
	じゃがいも		ごま
	パセリ		さとう
	2.0		こいくちしょうゆ
	ぎゅうにゅう		しお
	なまクリーム		こしょう
	5		ひまわりあぶら
	しお		
	0.4	☐	チンゲンサイ
	こしょう		ソテー
	0.03		
	ひまわりあぶら		キャベツ
	0.3		チンゲンサイ
			にんじん
			3
			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

しょくぱん:小麦、乳
 じゃがいもポタージュ:乳、鶏肉、豚肉
 ごぼうサラダ:ごま

25		☐ ごはん ☐ ぎゅうにゅう		担任確認	
☐	タツリタン	☐	ビーフの		
	とりにく	20	いためもの		
	にんにく	0.2	やきぶた	5	
	りょうりしゅ	0.5	にんじん	6	
	しお	0.08	ビーフ	7	
	たまねぎ	50	こまつな	15	
	にんじん	20	さとう	0.3	
	じゃがいも	50	こいくちしょうゆ	1.5	
	ひとくちあつあげ	25	ひまわりあぶら	0.3	
	おきえだまめ	3			
	とりからスープ	2	☐ あじつけのり		
	こいくちしょうゆ	5	あじつけのり	1.0	
	さとう	2			
	みりん	1			
	コチュジャン	0.7			
	ひまわりあぶら	0.5			
タツリタン: 鶏肉、大豆					
ビーフのいためもの: 豚肉					

28		ごはん		担任確認	
		ぎゅうにゅう			
☐	みそしる	☐	にびたし		
	たまねぎ 30		さつまあげ 7		
	うすあげ 5		キャベツ 30		
	れいどうとうふ 30		チンゲンサイ 10		
	わかめ 0.3		にんじん 5		
	あおねぎ 5		けずりぶし(さばいわし) 0.5		
	けずりぶし(さばいわし) 2.5		みりん 1		
☐	みそ 9		うすくちしょうゆ 1.5		
			さとう 0.3		
☐	わかさぎの				
	なんばんづけ				
	わかさぎ 30				
	でんぶん 6				
	あげあぶら 3				
	たまねぎ 7				
	にんじん 3				
	あおねぎ 1				
	さとう 1				
	うすくちしょうゆ 2.5				
	こめず 1.5				
みそしる:さば、大豆					
にびたし:さば					

30		パーカーパン ぎゅうにゅう	担在確数
	やきそば		いかのあまから
	ぶたにく	20	いか
	たまねぎ	40	りょうりしゅ
	にんじん	10	こいくちしょうゆ
	キャベツ	55	みりん
	にら	5	りょうりしゅ
	ちゅうかかんめん	15	さとう
	のうこうソース	8	でんぶん
	ウスターソース	3	
	こいくちしょうゆ	0.7	 みかんゼリー
	しお	0.2	[みかんゼリー
	こしょう	0.03	
	ひまわりあぶら	0.3	

パーカーパン:小麦、乳
 やきそば:小麦、豚肉、大豆
 いかのあまから:いか

(記入例)		持参	
10		コッペンパン	担任確認
		ぎゅうにゅう	
✕		ハッシュドポーク	ツナコーン
		たまねぎ	20 ツナフレーク
		にんじん	15 たまねぎ
		マッシュルーム	15 ホールコーン
		ひまわりあぶら	3 しお
		はいやまにむぎ	6 こしよう
		とりからスープ	6 うすくちしようゆ
		トマケチャップ	3 ひまわりあぶら
		トマヒューレ	7 キャベツのソー
		ウスターソース	5 キャベツ
		あかフーズン	2 にんじん
		さとう	0.5 しお
		しお	0.4 こしよう
		こしよう	0.05 こいくちしようゆ
		ひまわりあぶら	0.3 ひまわりあぶら

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。