

※必要事項を記入の上、4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 checked="" 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
---	---	---	---	---

調理場で除去可能な今月の献立

13日	桜えびと三葉のかき揚げの桜えび
14日	キャロットスープの牛乳・生クリーム
21日	卵とコーンのスープの卵
26日	関東煮のうずら卵
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。
 ★8日のししゃもには魚卵がはいっています。

献立内容を確認し、すべての口欄に下記のとおりに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」
X	食べない	「欠食」

「欠食」対応(上記X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。

1 ごはん

ぎゅうにゅう

マーボー豆腐	20	キャベツとごまのやみつきサラダ	20
ぶたミンチにく	0.5	キャベツ	35
つちしょうが	0.1	しおこんぶ	0.5
にんにく	15	ごま	1
にんじん	50	こいくちしょうゆ	0.1
たまねぎ	100	ごまあぶら	0.3
れいとう豆腐	5		
あおねぎ	0.05		
さとう	0.05	こくとうビーンズ	10
こいくちしょうゆ	2	こくとうビーンズ	10
みそ	6.5		
とりからスープ	1.5		
こしょう	0.05		
トウバンジャン	0.15		
てんぷん	0.7		
ひまわりあぶら	0.5		

マーボー豆腐:鶏肉、豚肉、大豆
 キャベツとごまのやみつきサラダ:ごま
 こくとうビーンズ:大豆

2 ごはん

ぎゅうにゅう

いそに	15	にんじんシリシリ	20
どりにく	15	ツナフレーク	12
にんじん	50	うすくちしょうゆ	0.5
じゃがいも	15	りょうりしゅ	1
いたこにやく	0.05	しお	0.1
さとう	0.05	こしょう	0.01
こいくちしょうゆ	0.6	こしょう	0.01
ひとくちごぼうてん	15	ひまわりあぶら	0.2
ひとくちあつあげ	20		
ひじき	1	かしわもち	10
さとう	1	かしわもち	10
こいくちしょうゆ	1		
けずりぶし(さば・いわし)	2		
さとう	1.5		
こいくちしょうゆ	4		

いそに:さば、鶏肉、大豆
 かしわもち:大豆

(記入例) 持参

10 コッペパン

ぎゅうにゅう

ハッシュドポーク	20	ツナコーン	15
ぶたにく	0.5	ツナフレーク	15
たまねぎ	60	たまねぎ	10
にんじん	15	ホールコーン	10
マッシュルーム	3	しお	0.1
ひまわりあぶら	3	こしょう	0.05
とりがらスープ	6	うすくちしょうゆ	0.2
トマトケチャップ	3	ひまわりあぶら	0.2
トマトピューレ	7		
ウスターソース	5	キャベツのソテー	35
あかワイン	2	キャベツ	3
さとう	0.5	しお	0.2
しお	0.4	こしょう	0.01
こしょう	0.01	こいくちしょうゆ	0.3
ひまわりあぶら	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

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

「げんまいごはん」(15日)
 こめ 65g
 げんまい 10g

「かやくごはん」(27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 こんにやく 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

8大アレルギー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大アレルギーでは、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。

7 しょくパン

ぎゅうにゅう

キャベツと	50	のりしおポテト	50
とりだんごの	30	じゃがいも	2
たまねぎ	10	こめ	2
にんじん	20	てんぷん	0.2
たまねぎ	0.3	しお	10
キャベツ	30	あおのり	0.1
あおねぎ	5	あげあぶら	0.1
とりがらスープ	3		
とんこつスープ	2	きりぼしだいこんと	5
こいくちしょうゆ	3	ささみのあまずあえ	5
しお	0.2	にんじん	12
こしょう	0.02	ささみフレーク	12
		きりぼしだいこん	2.5
		さとう	1
		こめず	2
		こいくちしょうゆ	1
		みりん	0.1
		しお	0.1

しょくパン:小麦、乳
 キャベツととりだんごのスープ:鶏肉、豚肉
 きりぼしだいこんとささみのあまずあえ:鶏肉

8 ごはん

ぎゅうにゅう

ぶたじる	10	ししゃも	200
ぶたにく	5	ししゃも	200
うすあげ	10	ひじき	10
にんじん	20	だいたい	0.5
じゃがいも	15	さとう	0.5
もやし	5	こいくちしょうゆ	0.1
あおねぎ	2.5	にんじん	1.2
けずりぶし(さば・いわし)	9	ひじき	3
みそ	5	ちくわ	5
		けずりぶし(さば・いわし)	0.5
		さとう	0.8
		こいくちしょうゆ	1.6
		みりん	0.5
		ひまわりあぶら	0.1

ぶたじる:さば、豚肉、大豆
 ひじき:さば、大豆

9 コッペパン

ぎゅうにゅう

スコッチクロス	10	ポテトサラダ	5
ベーコン	20	ローズハム	5
たまねぎ	20	たまねぎ	5
にんじん	10	にんじん	3
ひよこめ	10	じゃがいも	35
げんまい	5	パセリ	0.1
うすくちしょうゆ	1	レモンかじゅう	0.3
しお	0.3	しお	0.1
こしょう	0.02	こしょう	0.02
とりがらスープ	2.5	オリーブあぶら	0.2
ひまわりあぶら	0.3	ノンエッグマヨネーズ	10
		りんごのかんづめ	
		りんごのかんづめ	45

コッペパン:小麦、乳/スコッチクロス:鶏肉、豚肉
 イギリスふうポテトサラダ:豚肉
 ノンエッグマヨネーズ:大豆/りんごのかんづめ:りんご

12 わかめごはん

ぎゅうにゅう

そぼろに	15	こまつなご	5
ぶたミンチにく	0.5	ごまいため	5
つちしょうが	20	こまつな	15
にんじん	55	キャベツ	30
たまねぎ	55	にんじん	5
じゃがいも	55	キャベツ	30
ひとくちごぼうてん	15	ごま	0.2
けずりぶし(さば・いわし)	2	さとう	1
さとう	2	こいくちしょうゆ	0.2
こいくちしょうゆ	5	ひまわりあぶら	0.2
ひまわりあぶら	0.3		
りょうりしゅ	0.5	ミニフィッシュ	10
		ミニフィッシュ	10

そぼろに:さば、豚肉
 こまつなごまいため:豚肉、ごま

13 ごはん

ぎゅうにゅう

みそしる	30	さくらえびと	5
たまねぎ	5	みつばのかきあげ	5
うすあげ	30	さくらえび	5
わかめ	0.3	たまねぎ	25
あおねぎ	5	じゃがいも	20
にぼし(いわし)	2	みそ	7
みそ	9	こめ	5
		てんぷん	0.1
		しお	5
		あげあぶら	11
		ぶどうめ	10
		だいたい	2
		さとう	2
		こいくちしょうゆ	1
		みりん	1

みそしる:大豆
 さくらえびとみつばのかきあげ:えび
 ぶどうめ:大豆

14 しょくパン

ぎゅうにゅう

キャロットスープ	7	あかうおの	100
ベーコン	25	バーベキューソース	100
にんじん	30	あかうお	0.5
たまねぎ	25	りょうりしゅ	0.1
じゃがいも	10	にんにく	0.5
クリームコーン	10	さとう	1
しいんげんまめペースト	10	こいくちしょうゆ	3
さとう	15	りんごピューレ	3
なまクリーム	2	レモンかじゅう	0.1
パセリ	0.5		
とりがらスープ	6	ラハノサラダ	35
しお	0.5	キャベツ	5
さとう	0.1	にんじん	5
こしょう	0.05	しお	0.05
こしょう	0.01	こしょう	0.01
とりがらスープ	5	オリーブあぶら	0.2
オリーブあぶら	0.3		

しょくパン:小麦、乳
 キャロットスープ:乳、鶏肉、豚肉
 あかうおのバーベキューソース:りんご

15 げんまいごはん

ぎゅうにゅう

チキンカレー	25	さとう	0.1
どりにく	0.5	しお	0.05
つちしょうが	0.2	こしょう	0.4
にんにく	55	ひまわりあぶら	0.5
たまねぎ	15	チンゲンサイの	5
にんじん	50	いためもの	5
じゃがいも	3	にんじん	7
えんどうめ	0.8	チンゲンサイ	30
カレー	3.2	こいくちしょうゆ	0.1
ひまわりあぶら	6	こしょう	0.02
はいせんごき	2	ひまわりあぶら	0.2
ウスターソース	2		
のうこうソース	2	ふくじんづけ	10
トマトケチャップ	2	ふくじんづけ	10
こいくちしょうゆ	1.5		
とりがらスープ	5		
チャツネ	5		
オニオンペースト	5		
りんごピューレ	2		
あかワイン	1		

チキンカレー:小麦、りんご、鶏肉
 チンゲンサイのいためもの:豚肉
 ふくじんづけ:大豆

16 コッペパン

ぎゅうにゅう

ジュリエンス	7	しるみざかなの	10
スープ	7	フライ	10
ベーコン	20	あけあぶら	6
キャベツ	40	ウスターソース	5
たまねぎ	10	トマトケチャップ	3
にんじん	10	さとう	1
うすくちしょうゆ	3		
しお	0.2	ささみとにんじんの	15
こしょう	0.02	サラダ	12
とりがらスープ	2.5	しお	3
とんこつスープ	5	さきえだまめ	0.15
ひまわりあぶら	0.3	しお	0.3
		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/ジュリエンス:鶏肉、豚肉
 しるみざかなのフライ:小麦、大豆
 ささみとにんじんのサラダ:鶏肉、大豆

19 ごはん

ぎゅうにゅう

だんごじる	30	もやしの	15
たまねぎ	5	ボンずふうみ	30
にんじん	5	もやし	15
うすあげ	5	チンゲンサイ	10
しらたまだんご	30	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	うすくちしょうゆ	2
みそ	9	こめず	1
		ゆずかじゅう	0.3
		さとう	0.2
ぶたどん	20		
ぶたにく	0.5		
たまねぎ	35		
いとこにやく	10		
あおねぎ	7		
さとう	1.7		
こいくちしょうゆ	3		
みりん	1		
りょうりしゅ	1		
ひまわりあぶら	0.2		

だんごじる:さば、大豆
 ぶたどん:豚肉
 もやしのボンずふうみ:さば

20 ごはん

ぎゅうにゅう

ホイコーロウ	20	しゅうまい	20
ぶたにく	0.3	しゅうまい	0.7
つちしょうが	15	さとう	0.4
にんじん	0.5	こめず	0.1
たまねぎ	45	こいくちしょうゆ	1
たまねぎ	10		
たけのこ	0.5	えだまめ	20
ほししいたけ	0.55	えだまめ	20
キャベツ	2		
みそ	2		
こいくちしょうゆ	1.5		
りょうりしゅ	1		
テンメンジャン	1.5		
オイスターソース	1		
しお	0.2		
こしょう	0.02		
てんぷん	0.5		
ひまわりあぶら	0.5		
ごまあぶら	0.2		

ホイコーロウ:豚肉、大豆、ごま
 しゅうまい:小麦、豚肉、大豆
 えだまめ:大豆

21 アップルパン

ぎゅうにゅう

たまごコーンの	5	あつあげの	35
スープ	10	チリソース	10
どりにく	10	ひとくちあつあげ	10
にんじん	30	たまねぎ	2
たまねぎ	15	あおねぎ	10
クリームコーン	15	トマトケチャップ	10
クリームコーンかん	15	さとう	0.7
ホールコーン	5	うすくちしょうゆ	1
たまご	25	トウバンジャン	0.05
パセリ	0.5	ひまわりあぶら	0.3
とりがらスープ	3.5		
しお	0.4	えんどうめ	20
こしょう	0.02	おこわ	3
こいくちしょうゆ	1.5	もちごめ	30
		えんどうめ	0.5
		しお	0.2
		りょうりしゅ	0.5

アップルパン:小麦、乳、りんご
 たまごコーンのスープ:卵、鶏肉
 あつあげのチリソース:大豆

22 ごはん

ぎゅうにゅう

キャベツのスープ	10	さとう	0.1
ベーコン	20	しお	0.05
キャベツ	40	こしょう	0.2
たまねぎ	10	ひまわりあぶら	0.2
にんじん	10		
うすくちしょうゆ	3	コロコロソテー	10
しお	0.1		