

※必要事項を記入の上、5月17日(水)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・自己除去が  
全日牛乳を

あります ・ ありません  
飲みます ・ 飲みません

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  
6日 もずくのかき揚げの桜えび  
8日 コーンスープの牛乳・生クリーム  
9日 かきたま汁の卵  
16日 卵のおつゆの卵  
20日 いんげん豆のクリームスープの牛乳・生クリーム  
28日 関東煮のうずら卵

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」  
■ 教室で除去 「自分で除去」  
△ 調理場で除去 「除去食」  
× 食べない 「欠食」  
教室で除去する場合、除去する食材を○で囲み、食材名の前に△をつけてください。  
(例) **かまぼこ**  
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。  
(例) **18** **×** **コッペパン** **持参**

7大アレルゲンを色分けしています  
卵 **黄**  
乳 **青**  
えび **赤**  
小麦 **黒**  
※枚方市では、上記以外の7大アレルゲンであるそば、落花生、かに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。これについては記載していません。

今月の炊き込みごはん  
「わかめごはん」(6日)  
こめ 75g たきこみわかめ 2.1g  
「かやくごはん」(22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

「わかめごはん」(26日)  
こめ 80g たきこみわかめ 2.3g

1 **ごまパン** 担任確認  
キャベツと  
とりだんごのスープ 25  
にんじん 10  
たまねぎ 20  
ほうししいたけ 0.3  
キャベツ 30  
あおねぎ 5  
とりからスープ 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  
あかうおの  
バーベキューソース 100  
あかうお 10  
りょうりしゅ 0.5  
にんにく 0.1  
たまねぎ 55  
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  
えだまめ 20  
えだまめ 20

2 **ごはん** 担任確認  
ふくじんづけ  
ポークカレー 20  
ぶたにく 0.5  
つちしょうが 0.1  
にんにく 0.1  
たまねぎ 55  
にんじん 15  
じゃがいも 50  
カレーこ 0.8  
ひまわりあぶら 3.2  
みりん 6  
おたま 5  
オニオンペースト 2  
ウスターソース 2  
のうこうソース 2  
トマトケチャップ 2  
チャツネ 4  
こいくちしょうゆ 1.5  
とりからスープ 5  
あかワイン 1  
りんごピューレ 2  
さとう 0.1  
しお 0.4  
こしょう 0.02  
ツナとにんじんの  
あますあえ 15  
ツナフレーク 12  
ひじき 0.3  
さとう 2  
こめす 1  
こいくちしょうゆ 1  
みりん 1

★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。  
★26日のきびなごには魚卵が入っていることがあります。

5 **コッペパン** 担任確認  
スープに  
カットウィナー 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  
こしょう 0.4  
こしょう 0.02  
チキンハンバーグ 10  
チキンハンバーグ 10  
トマトケチャップ 5  
ウスターソース 2  
さとう 1  
チンゲンサイの  
ソテー 20  
キャベツ 15  
チンゲンサイ 15  
にんじん 3  
しお 0.19  
こしょう 0.01  
ひまわりあぶら 0.2  
こいくちしょうゆ 0.3

6 **わかめごはん** 担任確認  
きざみうどん 5  
うすあげ 5  
たまねぎ 30  
うどん 50  
あおねぎ 2.5  
けずりぶし(さば・いわし) 5  
だしこんぶ 0.5  
みりん 2  
こいくちしょうゆ 2  
うすくちしょうゆ 2  
しお 0.3  
りょうりしゅ 1  
もずくのかきあげ 5  
さくらえび 5  
たまねぎ 15  
もずく 10  
にんじん 3  
オクラ 3  
こめこ 7  
てんぷん 5  
しお 0.1  
あげあぶら 10  
こうやどうふの  
ふくめに 6  
ひとくちごや  
けずりぶし(さば・いわし) 1.8  
さとう 1.7  
うすくちしょうゆ 1  
みりん 1  
しお 0.1

7 **ごはん** 担任確認  
ゆかりふりかけ  
ぶたじゃが 20  
ぶたにく 20  
たまねぎ 55  
にんじん 20  
じゃがいも 60  
つきこんにゃく 20  
さんどうまめ 5  
さとう 3  
こいくちしょうゆ 6  
りょうりしゅ 1  
ひまわりあぶら 0.3  
にびたし 7  
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

8 **しよくパン** 担任確認  
コーンスープ 10  
ベーコン 10  
たまねぎ 40  
クリームコーン 20  
グリーンコーンかん 20  
パセリ 0.5  
ぎゅうにゅう 20  
なまクリーム 3  
とりからスープ 2.5  
どろろスープ 0.4  
こしょう 0.09  
ひまわりあぶら 0.3  
グリーンアスパラガス 3  
トマトホールかん 5  
とりからスープ 1  
トマトケチャップ 2  
さとう 0.1  
こいくちしょうゆ 0.2  
しお 0.1  
こいくちしょうゆ 0.2  
こしょう 0.2  
ひまわりあぶら 0.2  
キャベツのソテー 35  
キャベツ 3  
にんじん 0.2  
しお 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 0.2  
だいずとやさいの  
トマトにこみ 15  
にんにく 0.1  
だいず 8  
にんじん 8  
パプリカ(き) 5

9 **ごはん** 担任確認  
かきたまじる 20  
にんじん 10  
たまねぎ 25  
いとかまぼこ 10  
たまご 20  
あおねぎ 5  
けずりぶし(さば・いわし) 3  
だしこんぶ 1.8  
うすくちしょうゆ 1.8  
しお 0.5  
てんぷん 0.5  
やきざかな(ほっけ) 100  
ほっけ 100  
とうがんとぶたにくの  
いために 50  
どうがんとぶたにくの  
いために 50  
ぶたにく 7  
つちしょうが 0.3  
けずりぶし(さば・いわし) 1  
みりん 1  
さとう 0.3  
うすくちしょうゆ 1.7  
りょうりしゅ 1  
ひまわりあぶら 0.2  
てんぷん 0.3

12 **しよくパン** 担任確認  
いちごジャム  
ホイコーロウ 20  
ぶたにく 0.3  
つちしょうが 15  
にんじん 15  
たまねぎ 40  
たけのこ 10  
ほうししいたけ 0.5  
キャベツ 55  
みそ 2  
こいくちしょうゆ 2  
りょうりしゅ 1  
テンメンジャン 1.5  
オニオンソース 1  
しお 0.2  
こしょう 0.09  
てんぷん 0.5  
ひまわりあぶら 0.5  
ごまあぶら 0.2  
あけぎょうざ 20  
さっぱりあえ 20  
きょうざ 6

13 **ごはん** 担任確認  
こくとうビーンズ  
いそに 15  
どりにく 15  
にんにく 15  
じゃがいも 50  
いたこんにゃく 15  
さとう 0.04  
こいくちしょうゆ 0.6  
ひとくちごぼうてん 15  
ひとくちあつあげ 20  
ひじき 1  
さとう 1  
こいくちしょうゆ 1  
おきえだまめ 5  
けずりぶし(さば・いわし) 2  
さとう 2  
こいくちしょうゆ 5

14 **ごはん** 担任確認  
マーボー豆腐  
ぶたミンチにく 20  
つちしょうが 0.5  
にんにく 0.1  
にんじん 15  
たまねぎ 50  
れいとう豆腐 100  
あおねぎ 5  
しお 0.06  
さとう 0.5  
こいくちしょうゆ 2  
みそ 6.5  
とりからスープ 1.5  
ごま 0.09  
トウバンジャン 0.18  
てんぷん 0.7  
ひまわりあぶら 0.5  
ささみとキャベツの  
いためにもの 5  
ささみフレーク 30  
キャベツ 10  
こまつな 10  
さとう 0.1  
こいくちしょうゆ 0.8  
しお 0.1  
こしょう 0.02  
ひまわりあぶら 0.2  
ミニ豆腐ゼリー 10  
ミニ豆腐ゼリー 10

15 **コッペパン** 担任確認  
ミニストローネ 5  
ベーコン 5  
カットウィナー 5  
にんじん 10  
たまねぎ 35  
じゃがいも 20  
キャベツ 15  
パセリ 0.5  
とりからスープ 2.5  
とんこつスープ 2.5  
トマトホールかん 30  
トマトピューレ 5  
さとう 0.5  
うすくちしょうゆ 0.3  
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  
かぼちゃクロック 10  
かぼちゃクロック 9  
えだまめ 20  
えだまめ 20

16 **ごはん** 担任確認  
たまごのおつゆ  
にんじん 5  
れいとう豆腐 25  
えのきたけ 5  
たまご 20  
チンゲンサイ 10  
だしこんぶ 0.5  
けずりぶし(さば・いわし) 2.5  
しお 0.2  
こいくちしょうゆ 2  
うすくちしょうゆ 2  
てんぷん 1  
さけのねぎだれ 100  
さけ 0.25  
にんにく 0.1  
あおねぎ 2  
さとう 0.5  
こめす 0.8  
こいくちしょうゆ 1.5  
ひまわりあぶら 0.1  
うのはなのいりに 7  
りょうりしゅ 0.2  
うのはな 7  
にんじん 7  
あおねぎ 3  
けずりぶし(さば・いわし) 1  
さとう 1.8  
うすくちしょうゆ 0.6  
みりん 1  
ひまわりあぶら 0.2

19 **ごはん** 担任確認  
あじつけのり  
タツリタン 20  
どりにく 0.2  
りょうりしゅ 0.5  
しお 0.06  
たまねぎ 50  
にんじん 20  
じゃがいも 20  
ひとくちあつあげ 25  
おきえだまめ 3  
とりからスープ 2  
こいくちしょうゆ 5  
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  
はるさめとキャベツの  
さっぱりあえ 5  
ボンレスハム 5  
にんじん 3  
キャベツ 20  
りょうとうはるさめ 4  
しお 0.2  
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  
こめす 0.2  
オリーブあぶら 0.2

20 **パーカーパン** 担任確認  
いんげんまめの  
クリームスープ 10  
ベーコン 10  
しろいんげんまめ 20  
たまねぎ 50  
じゃがいも 30  
パセリ 0.5  
ぎゅうにゅう 3  
なまクリーム 20  
とりからスープ 3  
しお 0.4  
こしょう 0.02  
ひまわりあぶら 0.3  
なすの  
カレーサンド 10  
ぶたミンチにく 15  
たまねぎ 25  
なす 20  
にんじん 5  
トマトケチャップ 3  
ウスターソース 0.8  
カレーこ 0.2  
こしょう 0.02  
ひまわりあぶら 0.2  
れいとうみかん 10  
れいとうみかん 10

21 **ごはん** 担任確認  
もずくの  
すましじる 5  
にんじん 5  
かまぼこ 10  
れいとう豆腐 25  
もずく 5  
ゆば 0.4  
あおねぎ 5  
だしこんぶ 0.5  
うすくちしょうゆ 2  
こいくちしょうゆ 1  
しお 0.2  
ホキとじゃがいもの  
みそだれ 30  
じゃがいも 20  
りょうりしゅ 1  
しお 0.1  
てんぷん 10  
あげあぶら 5  
さとう 2.5  
みそ 2  
りょうりしゅ 2  
みりん 2  
こいくちしょうゆ 0.5  
いためたくあん 7  
いためたくあん 7  
きりぼしだいこん 2  
ごま 1.5  
うすくちしょうゆ 1  
さとう 0.4  
ひまわりあぶら 0.3

22 **かやくごはん** 担任確認  
ミニフィッシュ  
そばろに 15  
ぶたミンチにく 0.5  
つちしょうが 0.5  
にんにく 20  
たまねぎ 55  
じゃがいも 55  
ひとくちごぼうてん 15  
けずりぶし(さば・いわし) 2  
さとう 2  
こいくちしょうゆ 0.3  
ひまわりあぶら 0.5  
りょうりしゅ 0.5  
ビーフンの  
ちゅうがいため 5  
やきぶた 6  
にんじん 6  
ピーフン 7  
こまつな 15  
さとう 0.3  
こいくちしょうゆ 1.5  
トウバンジャン 0.09  
ごまあぶら 0.3  
※かやくごはんの具材については、上部に記載の  
「今月の炊き込みごはん」の食材を参照ください。

23 **こくとうパン** 担任確認  
おきなわそば 10  
かまぼこ 10  
にんじん 10  
あおねぎ 5  
あけぎょうざ 30  
だしこんぶ 0.5  
とんこつスープ 2  
こいくちしょうゆ 4  
りょうりしゅ 1  
みりん 0.5  
しお 0.3  
こしょう 0.09  
ゴーヤ 10  
チャンプルー 15  
ぶたにく 25  
れいとう豆腐 15  
ゴーヤ 8  
たまねぎ 10  
にんじん 5  
うすくちしょうゆ 0.2  
りょうりしゅ 0.5  
しお 0.1  
こしょう 0.02  
ひまわりあぶら 0.2  
パイナップルの  
かんづめ 40  
パイナップルのかんづめ 40

26 **わかめごはん** 担任確認  
ごじる 5  
どりにく 10  
だいず 10  
いたこんにゃく 10  
にんじん 10  
じゃがいも 25  
えのきたけ 5  
けずりぶし(さば・いわし) 2.5  
みそ 9  
うすくちしょうゆ 0.1  
きびなごの  
かりんあげ 30  
きびなご 2  
りょうりしゅ 2  
てんぷん 5  
あげあぶら 3  
くろざとう 4  
こいくちしょうゆ 2  
きりぼしだいこんと  
ささみのあますあえ 5  
にんじん 5  
ささみフレーク 12  
きりぼしだいこん 2  
さとう 1  
こめす 2  
こいくちしょうゆ 1  
みりん 1  
しお 0.1

27 **コッペパン** 担任確認  
キャベツのスープ 10  
ベーコン 10  
キャベツ 20  
たまねぎ 40  
にんじん 10  
じゃがいも 20  
うすくちしょうゆ 0.3  
しお 0.1  
こしょう 0.02  
とりからスープ 2.5  
ひまわりあぶら 0.3  
チリコンカン 10  
ぶたミンチにく 0.1  
にんにく 10  
たまねぎ 30  
しろいんげんまめ 15  
トマトホールかん 5  
トマトケチャップ 2.5  
さとう 0.1  
こいくちしょうゆ 0.5  
しお 0.1  
こしょう 0.01  
チリパウダー 0.02  
ひまわりあぶら 0.2  
とうもろこし  
カットコーン 10  
さとう 1.5  
こいくちしょうゆ 2

28 **ごはん** 担任確認  
やさいとざっくこのふりかけ  
かんどうに 15  
どりにく 15  
にんじん 15  
じゃがいも 40  
いたこんにゃく 15  
さとう 0.04  
こいくちしょうゆ 0.6  
うすくちしょうゆ 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  
ひとくちごぼうてん 15  
ひとくちあつあげ 15  
けずりぶし(さば・いわし) 2  
さとう 2  
こいくちしょうゆ 5  
にびたし 7  
うすあげ 30  
キャベツ 10  
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

29 **しよくパン** 担任確認  
なつやさいの  
キーマカレー 20  
ぶたミンチにく 0.5  
つちしょうが 0.5  
にんにく 0.1  
たまねぎ 60  
にんじん 10  
ひよこまめ 20  
ひよこまめペースト 15  
なす 10  
ズッキーニ 10  
パプリカ(あか) 5  
トマトホールかん 15  
カレーこ 0.7  
とりからスープ 4  
トマトケチャップ 3  
ウスターソース 0.8  
こいくちしょうゆ 0.1  
しお 0.5  
こしょう 0.02  
ひまわりあぶら 0.3  
コーンソテー 10  
にんじん 20  
ホールコーン 15  
チンゲンサイ 15  
しお 0.19  
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  
フルーツボンチ  
みかんのかんづめ 30  
さんしよくゼリー 30

30 **ごはん** 担任確認  
みそじる 5  
たまねぎ 30  
うすあげ 5  
れいとう豆腐 30  
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  
あげじゃがいもと  
ピーマンのいためにもの 50  
じゃがいも 5  
あげあぶら 3  
ベーコン 5  
しお 0.19  
こしょう 0.1  
ピーマン 5  
つちしょうが 0.2  
りょうりしゅ 0.2  
こいくちしょうゆ 0.5  
ひまわりあぶら 0.2  
ぶどうまめ 20  
だいず 2  
さとう 1  
こいくちしょうゆ 1  
みりん 1