

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

今日は、除去食・欠食・自己除去が	あります ・ ありません
全日牛乳を	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

8日	みそおでんのうずら卵
16日	かきたま汁の卵
20日	じゃがいものポタージュの牛乳・生クリーム
22日	うずら卵入り八宝菜のうずら卵
28日	洋風卵とじの卵

★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。

★29日のわかさぎには、魚卵が入っていることがあります。

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、除去する食材名を○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

1  ごはん  担任確認

いりだいず

かすじる	10	としこのいわし	1.98
どりにく	10	いわし	0.3
にんじん	5	つちしよが	1.5
うすあげ	5	さとう	2.5
いたこ	5	こいくちしよゆ	1.5
かまぼこ(おに)	7	りようれしゆ	1
だいこん	15	みりん	2
じゃがいも	15	てんぷん	0.2
ほうれんそう	5		
みそ	5	はくさいの	
さけかす	2	こんぶあえ	40
けずりぶし(さば・いわし)	5	はくさい	5
うすくちしよゆ	0.1	にんじん	1
		しお	5
		うすくちしよゆ	0.2

2  ごはん  担任確認

やさいたつぷり	10	とりにく	40
ラーメン	10	たまねぎ	20
	10	あおねぎ	2
	10	にんじん	0.8
	10	さとう	0.8
	10	こめず	0.8
	10	こいくちしよゆ	0.8
	10	てんぷん	0.2
	10	ひまわりあぶら	0.2
	35	ちりめんじゃこ	10
	4	たかなふりかけ	10
	2	たかなづけ	5
	4	にんじん	5
	0.3	ちりめんじゃこ	5
	0.08	こなかつお	1
		ごま	0.5
		こいくちしよゆ	1
		さとう	0.5
		ひまわりあぶら	0.3

5  アップルパン  担任確認

じゃがいももち	15	あおねぎ	3
キムチスープ	35	つちしよが	0.2
ぶたにく	15	どりがらスープ	1
じゃがいももち	35	しお	0.1
はくさい	10	こしよ	0.1
はくさい	20	こいくちしよゆ	0.1
しろねぎ	10	みりん	0.8
えのきたけ	3	りようれしゆ	1
どりがらスープ	3	てんぷん	0.3
どんこつスープ	3	ごまあぶら	0.3
しお	0.5	もやしの	
こいくちしよゆ	3	いためもの	
みりん	0.5	やきぶた	5
イカとぶやさいの	20	もやし	40
ちゅうかいだめ	0.5	にんじん	5
いか	20	さとう	0.3
りようれしゆ	0.5	こいくちしよゆ	1.5
だいこん	25	しお	0.1
にんじん	5	こしよ	0.1
しいたけ	2	ひまわりあぶら	0.2

6  ごはん  担任確認

ホカホカ	25	あげごぼう	25
ちゃんこ	30	ごぼう	5
とりにく	30	てんぷん	2
だいにん	20	あげあぶら	1.5
どうふ	20	みりん	1.5
にんじん	5	さとう	1.8
いとこ	5	こいくちしよゆ	1.5
あおねぎ	5	ごま	0.5
けずりぶし(さば・いわし)	2.5		
うすくちしよゆ	2	にんじん	1
こいくちしよゆ	1	シリシリ	20
りようれしゆ	0.5	にんじん	12
みりん	0.5	ツナフレーク	0.5
しお	0.3	うすくちしよゆ	0.1
		りようれしゆ	0.1
		こしよ	0.01
		ひまわりあぶら	0.2

7  しゃくパン  担任確認

ハッシュドボーク	20	ハムボテ	5
ぶたにく	20	ローズハム	5
たまねぎ	60	たまねぎ	3
にんじん	15	にんじん	3
マッシュルーム	3	じゃがいも	35
ひまわりあぶら	3	しお	0.15
はいせんこめさこ	6	こしよ	0.08
どりがらスープ	3	オリーブあぶら	0.2
トマトケチャップ	7		
トマトピューレ	7	ほんかん	10
ウスターソース	5	ほんかん	10
あかワイン	2		
さとう	2		
ひまわりあぶら	0.3		

8  ごはん  担任確認

ミニフィッシュ

みそおでん	20	にびたし	5
ぶたにく	15	うすあげ	45
にんじん	10	はくさい	10
ちくわ	10	こまつな	0.5
だいにん	15	にんじん	5
いたこ	50	けずりぶし(さば・いわし)	0.5
さとう	0.4	みりん	1
こいくちしよゆ	0.6	うすくちしよゆ	2
あつあげ	10	さとう	0.3
うずらたまご	20		
さとう	0.6		
こいくちしよゆ	1.5		
けずりぶし(さば・いわし)	0.5		
みそ	7		
さとう	1		
こいくちしよゆ	1		
けずりぶし(さば・いわし)	2		

9  かやくごはん  担任確認

たまねぎのおつゆ	10	こいくちしよゆ	1
にんじん	40	しお	0.1
たまねぎ	10	あげあぶら	11
いたこ	10		
あおねぎ	5	もやしの	
けずりぶし(さば・いわし)	2	ボンズふうみ	
こいくちしよゆ	1.8	もやし	30
うすくちしよゆ	1.8	チンゲンサイ	15
しお	0.25	にんじん	5
		けずりぶし(さば・いわし)	0.5
		うすくちしよゆ	2
		みりん	1
		こめず	1
		ゆすくじゆ	0.3
		さとう	0.2
		つきこんにやく	6
		ひじき	0.5
		こめこ	7
		てんぷん	3
		さとう	0.8

7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。  
 ※しよ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。

13  しゃくパン  担任確認

レンズまめの	10	トマトホールかん	7.5
ジンジャースープ	10	トマトケチャップ	1.5
ベーコン	7	どりがらスープ	1.5
にんじん	30	パシルコ	0.01
たまねぎ	30	さとう	0.15
じゃがいも	30	しお	0.1
だいにん	20	こしよ	0.02
レンズまめ	8	オリーブあぶら	0.3
つちしよが	0.5		
どんこつスープ	5	キャベツのソテー	
うすくちしよゆ	0.5	キャベツ	35
こしよ	0.02	にんじん	3
		しお	0.2
		こしよ	0.01
		こいくちしよゆ	0.3
		ひまわりあぶら	0.2

14  くらまいごはん  担任確認

ふくじんづけ

ポークカレー	25	しお	0.4
ぶたにく	0.5	こしよ	0.03
つちしよが	0.1	ひまわりあぶら	0.5
たまねぎ	55	ほうれんそうの	
にんじん	15	ソテー	7
じゃがいも	50	にんじん	20
カレーこ	0.8	ホールコーン	20
ひまわりあぶら	3.2	ほうれんそう	10
はいせんこめさこ	6	オリーブあぶら	0.2
オニオンペースト	5	しお	0.1
ウスターソース	2	こしよ	0.02
のうこうソース	2	こいくちしよゆ	0.3
トマトケチャップ	2		
チャツネ	4		
こいくちしよゆ	1.5		
どりがらスープ	5		
あかワイン	1		
りんごピューレ	2		
さとう	0.1		

15  コッペパン  担任確認

オニオンスープ	7	てんぷん	5
ベーコン	0.2	しお	0.15
にんじん	60	こしよ	0.03
たまねぎ	0.5	あげあぶら	10
パセリ	0.5		
どりがらスープ	5	ツナとひじきの	
どんこつスープ	2	サラダ	
うすくちしよゆ	2	にんじん	20
しお	0.4	ツナフレーク	12
こしよ	0.02	ひじき	0.3
オリーブあぶら	0.3	しお	0.19
		こしよ	0.02
		さとう	1
		こめず	1
		こいくちしよゆ	0.5
		レモンかじゆ	0.3
		オリーブあぶら	0.2

16  ごはん  担任確認

かきたまじる	10	ぶりだいにん	40
にんじん	25	だいにん	30
たまねぎ	10	ぶり	1
いたこ	25	りようれしゆ	0.7
あおねぎ	5	さとう	1.5
けずりぶし(さば・いわし)	3	みりん	1
こいくちしよゆ	1.8	りようれしゆ	2
うすくちしよゆ	1.8	こいくちしよゆ	3
しお	0.25		
てんぷん	0.5	のりのつくだに	1.5
		やきり(つくだに)	1.7
		こいくちしよゆ	2
		みりん	1
		りようれしゆ	1
		さとう	1

19  わかめごはん  担任確認

あんかけうどん	5	じゃこいり	3
どりにく	1	きんぴら	20
りようれしゆ	5	ちりめんじゃこ	30
うすあげ	5	にんじん	5
にんじん	20	ごま	1.5
はくさい	5	さとう	0.8
えのきたけ	5	こいくちしよゆ	1.6
あおねぎ	5	みりん	1
とん	50	りようれしゆ	0.5
つちしよが	0.3	どりがらスープ	0.2
けずりぶし(さば・いわし)	2.5	ごまあぶら	0.5
だしこんぶ	0.5		
しお	0.3	きんときまめ	
こいくちしよゆ	2	きんときまめ	7
うすくちしよゆ	2	さとう	2
みりん	1	こいくちしよゆ	0.8
てんぷん	1.5		

20  パーカーパン  担任確認

じゃがいもの	10	チキンハンバーグ	10
ポタージュ	50	たまねぎ	15
ベーコン	10	マッシュルーム	2
たまねぎ	50	トマトホールかん	2
じゃがいも	20	トマトケチャップ	2
じゃがいもペースト	30	ウスターソース	2
パセリ	0.5	さとう	1
きゆつにゆ	20	ひまわりあぶら	0.2
なまクリーム	3		
どりがらスープ	5	チンゲンサイの	
しお	0.4	ソテー	20
こしよ	0.03	キャベツ	15
ひまわりあぶら	0.3	チンゲンサイ	3
		にんじん	0.15
		しお	0.01
		こしよ	0.01
		ひまわりあぶら	0.2

21  ごはん  担任確認

みそしる	30	やきざな(ほっけ)	1.98
たまねぎ	5	ほっけ	0.3
うすあげ	5		
れいどうとうふ	30	とうみよの	
わかめ	0.3	いためもの	
あおねぎ	5	にんじん	5
けずりぶし(さば・いわし)	2.5	とうみよ	15
みそ	9	もやし	25
		こいくちしよゆ	1.2
		しお	0.1
		こしよ	0.02
		ひまわりあぶら	0.2

22  コッペパン  担任確認

うずらたまごいり	10	あげしゆまい	20
ほうぼうさい	10	しゆまい	4
ぶたにく	15	あげあぶら	4
つちしよが	0.5		
かまぼこ	10	フルーツボンチ	20
にんじん	15	みかんのかんづめ	10
たまねぎ	40	バナナアップルのかんづめ	10
けずりぶし(さば・いわし)	20	さんしよせり	