

※必要事項を記入の上、9月16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・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																																																																																																																																																																																																																																																																				
3 ごはん ミニフィッシュ	4 コッペパン	5 ごぼうごはん	6 しよくパン	7 ごはん																																																																																																																																																																																																																																																																				
<table border="1"> <tr><td>ホイゴウロウ</td><td>0.2</td><td>しゆまい</td><td>2.5</td></tr> <tr><td>つちしうが</td><td>0.0</td><td>たまねぎ</td><td>0.4</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>15</td><td>こめ</td><td>0.7</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>40</td><td>こいくちしよゆ</td><td>1.8</td></tr> <tr><td>たけのこ</td><td>10</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>ほししいたけ</td><td>0.5</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>キャベツ</td><td>55</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>みそ</td><td>2</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>こいくちしよゆ</td><td>2</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>りよりにしゆ</td><td>1</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>テンメシジャン</td><td>1.5</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>オイスターソース</td><td>1</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>しお</td><td>0.2</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>ごま</td><td>0.2</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>0.2</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>ひまわりあぶら</td><td>0.2</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>ごまあぶら</td><td>0.2</td><td></td><td></td></tr> </table>	ホイゴウロウ	0.2	しゆまい	2.5	つちしうが	0.0	たまねぎ	0.4	にんじん	15	こめ	0.7	たまねぎ	40	こいくちしよゆ	1.8	たけのこ	10			ほししいたけ	0.5			キャベツ	55			みそ	2			こいくちしよゆ	2			りよりにしゆ	1			テンメシジャン	1.5			オイスターソース	1			しお	0.2			ごま	0.2			たまねぎ	0.2			ひまわりあぶら	0.2			ごまあぶら	0.2			<table border="1"> <tr><td>スープに</td><td></td><td>ツナコン</td><td>15</td></tr> <tr><td>カットクイナナー</td><td>5</td><td>ツナブレイク</td><td>15</td></tr> <tr><td>ベーコン</td><td>5</td><td>たまねぎ</td><td>15</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>15</td><td>ホールコン</td><td>10</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>50</td><td>しお</td><td>0.1</td></tr> <tr><td>じゃがいも</td><td>45</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>キャベツ</td><td>2.5</td><td>つすくちしよゆ</td><td>0.3</td></tr> <tr><td>こいくちしよゆ</td><td>1.5</td><td>ひまわりあぶら</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>しお</td><td>0.2</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>ごま</td><td>0.2</td><td>えだまめ</td><td>20</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>えだまめ</td><td></td></tr> </table>	スープに		ツナコン	15	カットクイナナー	5	ツナブレイク	15	ベーコン	5	たまねぎ	15	にんじん	15	ホールコン	10	たまねぎ	50	しお	0.1	じゃがいも	45	ごま	0.2	キャベツ	2.5	つすくちしよゆ	0.3	こいくちしよゆ	1.5	ひまわりあぶら	0.2	しお	0.2			ごま	0.2	えだまめ	20			えだまめ		<table border="1"> <tr><td>うどん</td><td>10</td><td>しゆんぎく</td><td>5</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>5</td><td>てんぷん</td><td>7</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>10</td><td>あけあぶら</td><td>12</td></tr> <tr><td>わかめ</td><td>0.5</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>あおなご</td><td>5</td><td>こよやどうふ</td><td>6</td></tr> <tr><td>だしこんぶ</td><td>0.5</td><td>ひどちごぼろ</td><td>1</td></tr> <tr><td>キャベツ</td><td>2.5</td><td>キャベツ</td><td>1.8</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>2</td><td>ごま</td><td>1.8</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>2</td><td>ごま</td><td>1.7</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>2</td><td>ごま</td><td>1.7</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>2</td><td>ごま</td><td>0.1</td></tr> </table>	うどん	10	しゆんぎく	5	にんじん	5	てんぷん	7	たまねぎ	10	あけあぶら	12	わかめ	0.5			あおなご	5	こよやどうふ	6	だしこんぶ	0.5	ひどちごぼろ	1	キャベツ	2.5	キャベツ	1.8	ごま	2	ごま	1.8	ごま	2	ごま	1.7	ごま	2	ごま	1.7	ごま	2	ごま	0.1	<table border="1"> <tr><td>どろみこし</td><td></td><td>ぶたにくの</td><td></td></tr> <tr><td>スープ</td><td></td><td>ケチャップいため</td><td></td></tr> <tr><td>ベーコン</td><td>10</td><td>ぶたにく</td><td>25</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>40</td><td>たまねぎ</td><td>5</td></tr> <tr><td>クリームコーン</td><td>50</td><td>トマトケチャップ</td><td>3</td></tr> <tr><td>パセリ</td><td>0.5</td><td>ブレイクソース</td><td>3</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>3</td><td>ごま</td><td>0.1</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>0.4</td><td>ごま</td><td>0.1</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>0.2</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>0.2</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>0.2</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>0.2</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> </table>	どろみこし		ぶたにくの		スープ		ケチャップいため		ベーコン	10	ぶたにく	25	たまねぎ	40	たまねぎ	5	クリームコーン	50	トマトケチャップ	3	パセリ	0.5	ブレイクソース	3	ごま	3	ごま	0.1	ごま	0.4	ごま	0.1	ごま	0.2	ごま	0.2	ごま	0.2	ごま	0.2	ごま	0.2	ごま	0.2	ごま	0.2	ごま	0.2	<table border="1"> <tr><td>すましじる</td><td>10</td><td>きりぼしマーボー</td><td>10</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>10</td><td>きりぼしマーボー</td><td>10</td></tr> <tr><td>かまぼこ</td><td>10</td><td>にんじん</td><td>4</td></tr> <tr><td>れいどうどうふ</td><td>30</td><td>きりぼしだいこん</td><td>5</td></tr> <tr><td>わかめ</td><td>0.5</td><td>にんじん</td><td>10</td></tr> <tr><td>ゆば</td><td>0.4</td><td>たまねぎ</td><td>10</td></tr> <tr><td>えのきたけ</td><td>3</td><td>ホールコン</td><td>5</td></tr> <tr><td>あおなご</td><td>5</td><td>ピーマン</td><td>3</td></tr> <tr><td>だしこんぶ</td><td>0.5</td><td>ひじき</td><td>0.3</td></tr> <tr><td>キャベツ</td><td>2</td><td>きくらげ</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>2</td><td>ごま</td><td>0.1</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>2</td><td>ごま</td><td>0.1</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>2</td><td>ごま</td><td>0.1</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>2</td><td>ごま</td><td>0.1</td></tr> </table>	すましじる	10	きりぼしマーボー	10	にんじん	10	きりぼしマーボー	10	かまぼこ	10	にんじん	4	れいどうどうふ	30	きりぼしだいこん	5	わかめ	0.5	にんじん	10	ゆば	0.4	たまねぎ	10	えのきたけ	3	ホールコン	5	あおなご	5	ピーマン	3	だしこんぶ	0.5	ひじき	0.3	キャベツ	2	きくらげ	0.2	ごま	2	ごま	0.1	ごま	2	ごま	0.1	ごま	2	ごま	0.1	ごま	2	ごま	0.1
ホイゴウロウ	0.2	しゆまい	2.5																																																																																																																																																																																																																																																																					
つちしうが	0.0	たまねぎ	0.4																																																																																																																																																																																																																																																																					
にんじん	15	こめ	0.7																																																																																																																																																																																																																																																																					
たまねぎ	40	こいくちしよゆ	1.8																																																																																																																																																																																																																																																																					
たけのこ	10																																																																																																																																																																																																																																																																							
ほししいたけ	0.5																																																																																																																																																																																																																																																																							
キャベツ	55																																																																																																																																																																																																																																																																							
みそ	2																																																																																																																																																																																																																																																																							
こいくちしよゆ	2																																																																																																																																																																																																																																																																							
りよりにしゆ	1																																																																																																																																																																																																																																																																							
テンメシジャン	1.5																																																																																																																																																																																																																																																																							
オイスターソース	1																																																																																																																																																																																																																																																																							
しお	0.2																																																																																																																																																																																																																																																																							
ごま	0.2																																																																																																																																																																																																																																																																							
たまねぎ	0.2																																																																																																																																																																																																																																																																							
ひまわりあぶら	0.2																																																																																																																																																																																																																																																																							
ごまあぶら	0.2																																																																																																																																																																																																																																																																							
スープに		ツナコン	15																																																																																																																																																																																																																																																																					
カットクイナナー	5	ツナブレイク	15																																																																																																																																																																																																																																																																					
ベーコン	5	たまねぎ	15																																																																																																																																																																																																																																																																					
にんじん	15	ホールコン	10																																																																																																																																																																																																																																																																					
たまねぎ	50	しお	0.1																																																																																																																																																																																																																																																																					
じゃがいも	45	ごま	0.2																																																																																																																																																																																																																																																																					
キャベツ	2.5	つすくちしよゆ	0.3																																																																																																																																																																																																																																																																					
こいくちしよゆ	1.5	ひまわりあぶら	0.2																																																																																																																																																																																																																																																																					
しお	0.2																																																																																																																																																																																																																																																																							
ごま	0.2	えだまめ	20																																																																																																																																																																																																																																																																					
		えだまめ																																																																																																																																																																																																																																																																						
うどん	10	しゆんぎく	5																																																																																																																																																																																																																																																																					
にんじん	5	てんぷん	7																																																																																																																																																																																																																																																																					
たまねぎ	10	あけあぶら	12																																																																																																																																																																																																																																																																					
わかめ	0.5																																																																																																																																																																																																																																																																							
あおなご	5	こよやどうふ	6																																																																																																																																																																																																																																																																					
だしこんぶ	0.5	ひどちごぼろ	1																																																																																																																																																																																																																																																																					
キャベツ	2.5	キャベツ	1.8																																																																																																																																																																																																																																																																					
ごま	2	ごま	1.8																																																																																																																																																																																																																																																																					
ごま	2	ごま	1.7																																																																																																																																																																																																																																																																					
ごま	2	ごま	1.7																																																																																																																																																																																																																																																																					
ごま	2	ごま	0.1																																																																																																																																																																																																																																																																					
どろみこし		ぶたにくの																																																																																																																																																																																																																																																																						
スープ		ケチャップいため																																																																																																																																																																																																																																																																						
ベーコン	10	ぶたにく	25																																																																																																																																																																																																																																																																					
たまねぎ	40	たまねぎ	5																																																																																																																																																																																																																																																																					
クリームコーン	50	トマトケチャップ	3																																																																																																																																																																																																																																																																					
パセリ	0.5	ブレイクソース	3																																																																																																																																																																																																																																																																					
ごま	3	ごま	0.1																																																																																																																																																																																																																																																																					
ごま	0.4	ごま	0.1																																																																																																																																																																																																																																																																					
ごま	0.2	ごま	0.2																																																																																																																																																																																																																																																																					
ごま	0.2	ごま	0.2																																																																																																																																																																																																																																																																					
ごま	0.2	ごま	0.2																																																																																																																																																																																																																																																																					
ごま	0.2	ごま	0.2																																																																																																																																																																																																																																																																					
すましじる	10	きりぼしマーボー	10																																																																																																																																																																																																																																																																					
にんじん	10	きりぼしマーボー	10																																																																																																																																																																																																																																																																					
かまぼこ	10	にんじん	4																																																																																																																																																																																																																																																																					
れいどうどうふ	30	きりぼしだいこん	5																																																																																																																																																																																																																																																																					
わかめ	0.5	にんじん	10																																																																																																																																																																																																																																																																					
ゆば	0.4	たまねぎ	10																																																																																																																																																																																																																																																																					
えのきたけ	3	ホールコン	5																																																																																																																																																																																																																																																																					
あおなご	5	ピーマン	3																																																																																																																																																																																																																																																																					
だしこんぶ	0.5	ひじき	0.3																																																																																																																																																																																																																																																																					
キャベツ	2	きくらげ	0.2																																																																																																																																																																																																																																																																					
ごま	2	ごま	0.1																																																																																																																																																																																																																																																																					
ごま	2	ごま	0.1																																																																																																																																																																																																																																																																					
ごま	2	ごま	0.1																																																																																																																																																																																																																																																																					
ごま	2	ごま	0.1																																																																																																																																																																																																																																																																					

ホイゴウロウ: 豚肉、大豆、ごま  
しゆまい: 小麦、豚肉、大豆

コッペパン: 小麦、乳  
スープには: 小麦、豚肉  
えだまめ: 大豆

ごぼうごはん: 大豆  
うどん: 小麦、そば  
こよやどうふのふくめに: 小麦、大豆

しよくパン: 小麦、乳  
どろみこし: 鶏肉、豚肉  
ぶたにくのケチャップいため: 豚肉

すましじる: 小麦、大豆  
きりぼしマーボー: 豚肉、大豆

献立内容を確認し、すべての口欄に下記の  
と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は、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

弁当持参する日は、持参した食品を○で囲み、持参品を記入してください

18  コッペパン  持参

11 ごはん ふくじんづけ	<table border="1"> <tr><td>チキンカレー</td><td>25</td><td>しお</td><td>0.4</td></tr> <tr><td>つちしよが</td><td>0.5</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>15</td><td>ひまわりあぶら</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>0.5</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>15</td><td>チンゲンサイの</td><td></td></tr> <tr><td>じゃがいも</td><td>50</td><td>ツナ</td><td>20</td></tr> <tr><td>キャベツ</td><td>0.8</td><td>チンゲンサイ</td><td>15</td></tr> <tr><td>カレー</td><td>1</td><td>にんじん</td><td>3</td></tr> <tr><td>ひまわりあぶら</td><td>0.2</td><td>しお</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>2</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>2</td><td>ひまわりあぶら</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>2</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>2</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>2</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> </table>	チキンカレー	25	しお	0.4	つちしよが	0.5	ごま	0.2	にんじん	15	ひまわりあぶら	0.2	たまねぎ	0.5			にんじん	15	チンゲンサイの		じゃがいも	50	ツナ	20	キャベツ	0.8	チンゲンサイ	15	カレー	1	にんじん	3	ひまわりあぶら	0.2	しお	0.2	ごま	2	ごま	0.2	ごま	2	ひまわりあぶら	0.2	ごま	2	ごま	0.2	ごま	2	ごま	0.2	ごま	2	ごま	0.2
チキンカレー	25	しお	0.4																																																						
つちしよが	0.5	ごま	0.2																																																						
にんじん	15	ひまわりあぶら	0.2																																																						
たまねぎ	0.5																																																								
にんじん	15	チンゲンサイの																																																							
じゃがいも	50	ツナ	20																																																						
キャベツ	0.8	チンゲンサイ	15																																																						
カレー	1	にんじん	3																																																						
ひまわりあぶら	0.2	しお	0.2																																																						
ごま	2	ごま	0.2																																																						
ごま	2	ひまわりあぶら	0.2																																																						
ごま	2	ごま	0.2																																																						
ごま	2	ごま	0.2																																																						
ごま	2	ごま	0.2																																																						

12 レーズンパン	<table border="1"> <tr><td>ダイエーエン</td><td>10</td><td>てんぷん</td><td>5</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>5</td><td>あけあぶら</td><td>1.8</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>20</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ほししいたけ</td><td>0.5</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>1.5</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>1.5</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>1.5</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>1.5</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>1.5</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>1.5</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> </table>	ダイエーエン	10	てんぷん	5	にんじん	5	あけあぶら	1.8	たまねぎ	20	ごま	0.2	ほししいたけ	0.5	ごま	0.2	ごま	1.5	ごま	0.2	ごま	1.5	ごま	0.2	ごま	1.5	ごま	0.2	ごま	1.5	ごま	0.2	ごま	1.5	ごま	0.2	ごま	1.5	ごま	0.2
ダイエーエン	10	てんぷん	5																																						
にんじん	5	あけあぶら	1.8																																						
たまねぎ	20	ごま	0.2																																						
ほししいたけ	0.5	ごま	0.2																																						
ごま	1.5	ごま	0.2																																						
ごま	1.5	ごま	0.2																																						
ごま	1.5	ごま	0.2																																						
ごま	1.5	ごま	0.2																																						
ごま	1.5	ごま	0.2																																						
ごま	1.5	ごま	0.2																																						

13 ごはん やさいとざつこのふりかけ	<table border="1"> <tr><td>かんどうに</td><td>15</td><td>にびたし</td><td>7</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>15</td><td>ごま</td><td>30</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>15</td><td>ごま</td><td>10</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>15</td><td>ごま</td><td>5</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>15</td><td>ごま</td><td>5</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>15</td><td>ごま</td><td>5</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>15</td><td>ごま</td><td>5</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>15</td><td>ごま</td><td>5</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>15</td><td>ごま</td><td>5</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>15</td><td>ごま</td><td>5</td></tr> </table>	かんどうに	15	にびたし	7	ごま	15	ごま	30	ごま	15	ごま	10	ごま	15	ごま	5	ごま	15	ごま	5	ごま	15	ごま	5	ごま	15	ごま	5	ごま	15	ごま	5	ごま	15	ごま	5	ごま	15	ごま	5
かんどうに	15	にびたし	7																																						
ごま	15	ごま	30																																						
ごま	15	ごま	10																																						
ごま	15	ごま	5																																						
ごま	15	ごま	5																																						
ごま	15	ごま	5																																						
ごま	15	ごま	5																																						
ごま	15	ごま	5																																						
ごま	15	ごま	5																																						
ごま	15	ごま	5																																						

14 コッペパン	<table border="1"> <tr><td>やさいスープ</td><td>5</td><td>あつあけの</td><td></td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>10</td><td>チリソース</td><td>35</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>30</td><td>ひどちごぼろ</td><td>2</td></tr> <tr><td>わかめ</td><td>0.5</td><td>あおなご</td><td>10</td></tr> <tr><td>たけのこ</td><td>10</td><td>トマトケチャップ</td><td>2</td></tr> <tr><td>あおなご</td><td>5</td><td>ごま</td><td>1</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>5</td><td>ごま</td><td>1</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>5</td><td>ごま</td><td>1</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>5</td><td>ごま</td><td>1</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>5</td><td>ごま</td><td>1</td></tr> </table>	やさいスープ	5	あつあけの		にんじん	10	チリソース	35	たまねぎ	30	ひどちごぼろ	2	わかめ	0.5	あおなご	10	たけのこ	10	トマトケチャップ	2	あおなご	5	ごま	1	ごま	5	ごま	1	ごま	5	ごま	1	ごま	5	ごま	1	ごま	5	ごま	1
やさいスープ	5	あつあけの																																							
にんじん	10	チリソース	35																																						
たまねぎ	30	ひどちごぼろ	2																																						
わかめ	0.5	あおなご	10																																						
たけのこ	10	トマトケチャップ	2																																						
あおなご	5	ごま	1																																						
ごま	5	ごま	1																																						
ごま	5	ごま	1																																						
ごま	5	ごま	1																																						
ごま	5	ごま	1																																						

17 わかめごはん	<table border="1"> <tr><td>ごまぼろ</td><td>10</td><td>こいくちしよゆ</td><td>1.8</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>りよりにしゆ</td><td>0.5</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> </table>	ごまぼろ	10	こいくちしよゆ	1.8	ごま	10	りよりにしゆ	0.5	ごま	10	ごま	0.2	ごま	10	ごま	0.2	ごま	10	ごま	0.2	ごま	10	ごま	0.2	ごま	10	ごま	0.2	ごま	10	ごま	0.2	ごま	10	ごま	0.2	ごま	10	ごま	0.2
ごまぼろ	10	こいくちしよゆ	1.8																																						
ごま	10	りよりにしゆ	0.5																																						
ごま	10	ごま	0.2																																						
ごま	10	ごま	0.2																																						
ごま	10	ごま	0.2																																						
ごま	10	ごま	0.2																																						
ごま	10	ごま	0.2																																						
ごま	10	ごま	0.2																																						
ごま	10	ごま	0.2																																						
ごま	10	ごま	0.2																																						

18 ごはん つぼづけ	<table border="1"> <tr><td>そばろに</td><td>15</td><td>じゃこいり</td><td>3</td></tr> <tr><td>ぶたにく</td><td>15</td><td>ちりめんじゃこ</td><td>3</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>15</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>15</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>15</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>15</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>15</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>15</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>15</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>15</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> </table>	そばろに	15	じゃこいり	3	ぶたにく	15	ちりめんじゃこ	3	ごま	15	ごま	0.2	ごま	15	ごま	0.2	ごま	15	ごま	0.2	ごま	15	ごま	0.2	ごま	15	ごま	0.2	ごま	15	ごま	0.2	ごま	15	ごま	0.2	ごま	15	ごま	0.2
そばろに	15	じゃこいり	3																																						
ぶたにく	15	ちりめんじゃこ	3																																						
ごま	15	ごま	0.2																																						
ごま	15	ごま	0.2																																						
ごま	15	ごま	0.2																																						
ごま	15	ごま	0.2																																						
ごま	15	ごま	0.2																																						
ごま	15	ごま	0.2																																						
ごま	15	ごま	0.2																																						
ごま	15	ごま	0.2																																						

19 コッペパン	<table border="1"> <tr><td>ちゅうかスープ</td><td>10</td><td>はるまき</td><td>10</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>あけあぶら</td><td>4</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>あけあぶら</td><td>4</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>あけあぶら</td><td>4</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>あけあぶら</td><td>4</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>あけあぶら</td><td>4</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>あけあぶら</td><td>4</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>あけあぶら</td><td>4</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>あけあぶら</td><td>4</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>あけあぶら</td><td>4</td></tr> </table>	ちゅうかスープ	10	はるまき	10	ごま	10	あけあぶら	4	ごま	10	あけあぶら	4	ごま	10	あけあぶら	4	ごま	10	あけあぶら	4	ごま	10	あけあぶら	4	ごま	10	あけあぶら	4	ごま	10	あけあぶら	4	ごま	10	あけあぶら	4	ごま	10	あけあぶら	4
ちゅうかスープ	10	はるまき	10																																						
ごま	10	あけあぶら	4																																						
ごま	10	あけあぶら	4																																						
ごま	10	あけあぶら	4																																						
ごま	10	あけあぶら	4																																						
ごま	10	あけあぶら	4																																						
ごま	10	あけあぶら	4																																						
ごま	10	あけあぶら	4																																						
ごま	10	あけあぶら	4																																						
ごま	10	あけあぶら	4																																						

20 すしごはん やきのり	<table border="1"> <tr><td>ごぼろ</td><td>10</td><td>やきそば</td><td>10</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> </table>	ごぼろ	10	やきそば	10	ごま	10	ごま	0.2	ごま	10	ごま	0.2	ごま	10	ごま	0.2	ごま	10	ごま	0.2	ごま	10	ごま	0.2	ごま	10	ごま	0.2	ごま	10	ごま	0.2	ごま	10	ごま	0.2	ごま	10	ごま	0.2
ごぼろ	10	やきそば	10																																						
ごま	10	ごま	0.2																																						
ごま	10	ごま	0.2																																						
ごま	10	ごま	0.2																																						
ごま	10	ごま	0.2																																						
ごま	10	ごま	0.2																																						
ごま	10	ごま	0.2																																						
ごま	10	ごま	0.2																																						
ごま	10	ごま	0.2																																						
ごま	10	ごま	0.2																																						

21 オリーブパン	<table border="1"> <tr><td>カレー・ガー</td><td>20</td><td>コーンソテー</td><td>10</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>20</td><td>ごま</td><td>10</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>20</td><td>ごま</td><td>10</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>20</td><td>ごま</td><td>10</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>20</td><td>ごま</td><td>10</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>20</td><td>ごま</td><td>10</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>20</td><td>ごま</td><td>10</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>20</td><td>ごま</td><td>10</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>20</td><td>ごま</td><td>10</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>20</td><td>ごま</td><td>10</td></tr> </table>	カレー・ガー	20	コーンソテー	10	ごま	20	ごま	10	ごま	20	ごま	10	ごま	20	ごま	10	ごま	20	ごま	10	ごま	20	ごま	10	ごま	20	ごま	10	ごま	20	ごま	10	ごま	20	ごま	10	ごま	20	ごま	10
カレー・ガー	20	コーンソテー	10																																						
ごま	20	ごま	10																																						
ごま	20	ごま	10																																						
ごま	20	ごま	10																																						
ごま	20	ごま	10																																						
ごま	20	ごま	10																																						
ごま	20	ごま	10																																						
ごま	20	ごま	10																																						
ごま	20	ごま	10																																						
ごま	20	ごま	10																																						

24 ごはん	<table border="1"> <tr><td>ぶたにく</td><td>20</td><td>ししやも</td><td>2.5</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>20</td><td>ししやも</td><td>2.5</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>20</td><td>ししやも</td><td>2.5</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>20</td><td>ししやも</td><td>2.5</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>20</td><td>ししやも</td><td>2.5</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>20</td><td>ししやも</td><td>2.5</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>20</td><td>ししやも</td><td>2.5</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>20</td><td>ししやも</td><td>2.5</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>20</td><td>ししやも</td><td>2.5</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>20</td><td>ししやも</td><td>2.5</td></tr> </table>	ぶたにく	20	ししやも	2.5	ごま	20	ししやも	2.5	ごま	20	ししやも	2.5	ごま	20	ししやも	2.5	ごま	20	ししやも	2.5	ごま	20	ししやも	2.5	ごま	20	ししやも	2.5	ごま	20	ししやも	2.5	ごま	20	ししやも	2.5	ごま	20	ししやも	2.5
ぶたにく	20	ししやも	2.5																																						
ごま	20	ししやも	2.5																																						
ごま	20	ししやも	2.5																																						
ごま	20	ししやも	2.5																																						
ごま	20	ししやも	2.5																																						
ごま	20	ししやも	2.5																																						
ごま	20	ししやも	2.5																																						
ごま	20	ししやも	2.5																																						
ごま	20	ししやも	2.5																																						
ごま	20	ししやも	2.5																																						

25 ごはん	<table border="1"> <tr><td>きつねうどん</td><td>30</td><td>にびたし</td><td>7</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>15</td><td>たまねぎ</td><td>30</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>1.5</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>1.5</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>1.5</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>1.5</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>1.5</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>1.5</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>1.5</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>1.5</td><td>ごま</td><td>0.2</td></tr> </table>	きつねうどん	30	にびたし	7	たまねぎ	15	たまねぎ	30	ごま	1.5	ごま	0.2	ごま	1.5	ごま	0.2	ごま	1.5	ごま	0.2	ごま	1.5	ごま	0.2	ごま	1.5	ごま	0.2	ごま	1.5	ごま	0.2	ごま	1.5	ごま	0.2	ごま	1.5	ごま	0.2
きつねうどん	30	にびたし	7																																						
たまねぎ	15	たまねぎ	30																																						
ごま	1.5	ごま	0.2																																						
ごま	1.5	ごま	0.2																																						
ごま	1.5	ごま	0.2																																						
ごま	1.5	ごま	0.2																																						
ごま	1.5	ごま	0.2																																						
ごま	1.5	ごま	0.2																																						
ごま	1.5	ごま	0.2																																						
ごま	1.5	ごま	0.2																																						

26 しよくパン	<table border="1"> <tr><td>わかめスープ</td><td>5</td><td>どりにく</td><td></td></tr> <tr><td>ごま</td><td>5</td><td>からあげ</td><td>40</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>5</td><td>ごま</td><td>1</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>5</td><td>ごま</td><td>0.1</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>5</td><td>ごま</td><td>0.1</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>5</td><td>ごま</td><td>0.1</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>5</td><td>ごま</td><td>0.1</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>5</td><td>ごま</td><td>0.1</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>5</td><td>ごま</td><td>0.1</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>5</td><td>ごま</td><td>0.1</td></tr> </table>	わかめスープ	5	どりにく		ごま	5	からあげ	40	ごま	5	ごま	1	ごま	5	ごま	0.1	ごま	5	ごま	0.1	ごま	5	ごま	0.1	ごま	5	ごま	0.1	ごま	5	ごま	0.1	ごま	5	ごま	0.1	ごま	5	ごま	0.1
わかめスープ	5	どりにく																																							
ごま	5	からあげ	40																																						
ごま	5	ごま	1																																						
ごま	5	ごま	0.1																																						
ごま	5	ごま	0.1																																						
ごま	5	ごま	0.1																																						
ごま	5	ごま	0.1																																						
ごま	5	ごま	0.1																																						
ごま	5	ごま	0.1																																						
ごま	5	ごま	0.1																																						

27 ごはん	<table border="1"> <tr><td>みそ</td><td>30</td><td>さんまの</td><td></td></tr> <tr><td>ごま</td><td>30</td><td>しょうがぶつ</td><td>10</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>30</td><td>ごま</td><td>10</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>30</td><td>ごま</td><td>10</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>30</td><td>ごま</td><td>10</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>30</td><td>ごま</td><td>10</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>30</td><td>ごま</td><td>10</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>30</td><td>ごま</td><td>10</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>30</td><td>ごま</td><td>10</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>30</td><td>ごま</td><td>10</td></tr> </table>	みそ	30	さんまの		ごま	30	しょうがぶつ	10	ごま	30	ごま	10	ごま	30	ごま	10	ごま	30	ごま	10	ごま	30	ごま	10	ごま	30	ごま	10	ごま	30	ごま	10	ごま	30	ごま	10	ごま	30	ごま	10
みそ	30	さんまの																																							
ごま	30	しょうがぶつ	10																																						
ごま	30	ごま	10																																						
ごま	30	ごま	10																																						
ごま	30	ごま	10																																						
ごま	30	ごま	10																																						
ごま	30	ごま	10																																						
ごま	30	ごま	10																																						
ごま	30	ごま	10																																						
ごま	30	ごま	10																																						

28 コッペパン	<table border="1"> <tr><td>せつまいもの</td><td>10</td><td>ミートソース</td><td>10</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>ごま</td><td>10</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>ごま</td><td>10</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>ごま</td><td>10</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>ごま</td><td>10</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>ごま</td><td>10</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>ごま</td><td>10</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>ごま</td><td>10</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>ごま</td><td>10</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>ごま</td><td>10</td></tr> </table>	せつまいもの	10	ミートソース	10	ごま	10	ごま	10	ごま	10	ごま	10	ごま	10	ごま	10	ごま	10	ごま	10	ごま	10	ごま	10	ごま	10	ごま	10	ごま	10	ごま	10	ごま	10	ごま	10	ごま	10	ごま	10
せつまいもの	10	ミートソース	10																																						
ごま	10	ごま	10																																						
ごま	10	ごま	10																																						
ごま	10	ごま	10																																						
ごま	10	ごま	10																																						
ごま	10	ごま	10																																						
ごま	10	ごま	10																																						
ごま	10	ごま	10																																						
ごま	10	ごま	10																																						
ごま	10	ごま	10																																						

31 ごはん	<table border="1"> <tr><td>たまねぎのおつゆ</td><td>10</td><td>みりん</td><td>3</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>ごま</td><td>1.8</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>ごま</td><td>1.8</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>ごま</td><td>1.8</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>ごま</td><td>1.8</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>ごま</td><td>1.8</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>ごま</td><td>1.8</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>ごま</td><td>1.8</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>ごま</td><td>1.8</td></tr> <tr><td>ごま</td><td>10</td><td>ごま</td><td>1.8</td></tr> </table>	たまねぎのおつゆ	10	みりん	3	ごま	10	ごま	1.8	ごま	10	ごま	1.8	ごま	10	ごま	1.8	ごま	10	ごま	1.8	ごま	10	ごま	1.8	ごま	10	ごま	1.8	ごま	10	ごま	1.8	ごま	10	ごま	1.8	ごま	10	ごま	1.8
たまねぎのおつゆ	10	みりん	3																																						
ごま	10	ごま	1.8																																						
ごま	10	ごま	1.8																																						
ごま	10	ごま	1.8																																						
ごま	10	ごま	1.8																																						
ごま	10	ごま	1.8																																						
ごま	10	ごま	1.8																																						
ごま	10	ごま	1.8																																						
ごま	10	ごま	1.8																																						
ごま	10	ごま	1.8																																						

今月の炊き込みごはん

「ごぼうごはん」(5日)  
ごめ 65g  
ごぼう 5.8g  
にんじん 5.0g  
うすあげ 4.0g  
しよゆ、みりん、ごま、しお、あぶら(だいず)

「わかめごはん」(17日) 「すしごはん」(20日)  
ごめ 80g 70g  
たきこみわかめ 2.3g あわせず 18g

7大アレルゲン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。

調理場で除去可能な今月の献立

13日	関東煮のうすら卵
25日	じゃこ豆の桜えび
28日	せつまいも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。  
★24日のしよゆには魚卵が入っています。