

# 令和6年度10月分アレルギー献立表

調理場名：南野調理所  
コース名：Aコース  
学齢区分：小学校高学年

学校 年 組 氏名

10/1 (火)			10/2 (水)			10/3 (木)			
チェック	番号	料理名	チェック	番号	料理名	チェック	番号	料理名	
	1	イギリスパン		1	ご飯		1	ご飯	
	2	牛乳		2	牛乳		2	牛乳	
	3	白菜のスープ		3	麻婆豆腐丼		3	味噌けんちん汁	
	4	白身魚のトマトソース		4	中華サラダ		4	いわしの蒲焼き	
	5	ミルクポーテ		5	りんごゼリー		5	即席漬け	
番号	食品名	アレルギー原因食物	番号	食品名	アレルギー原因食物	番号	食品名	アレルギー原因食物	
1	パン	小麦・乳	1	ご飯		1	ご飯		
2	牛乳	乳	2	牛乳	乳	2	牛乳	乳	
3	油		3	油		3	ごま油		
	鶏肉			にんにく	にんにく		鶏肉		
	酒			生姜			酒		
	玉ねぎ	玉ねぎ		トウバンジャン			水		
	人参			豚肉			削節		
	水			こしょう			しいたけ		
	チキンブイヨン	玉ねぎ		酒			人参		
	白菜			玉ねぎ	玉ねぎ		ごぼう		
	こしょう			人参			大根		
	小松菜			水			里芋	里芋	
食塩		液体スープポーク		こんにゃく					
4	たら	たら	4	中華		4	味噌		
	オリーブオイル			砂糖			味噌		
	にんにく	にんにく		醤油			長ねぎ		
	玉ねぎ	玉ねぎ		味噌			いわし	いわし	
	みりん			テンメンジャン				澱粉	
	トマト	トマト		食塩				油	
	ケチャップ	トマト・玉ねぎ		豆腐	大豆			生姜	
	水			豆腐	大豆			酒	
	液体スープチキン			澱粉			みりん		
	砂糖			長ねぎ			水		
食塩		ごま油		砂糖					
こしょう		もやし	もやし	もやし	醤油				
バジル			しらたき		ごま	ごま			
5	さつま芋			人参		澱粉			
	油			切干大根		人参	人参		
	砂糖			きゅうり	きゅうり		キャベツ		
	牛乳	乳	ごま油		きゅうり		きゅうり		
	生クリーム	乳	生姜		酒				
		砂糖		みりん					
		醤油		食塩					
		穀物酢		薄口醤油					
		ごま	ごま	塩昆布					
		一味唐辛子							
		りんごゼリー	りんご						

※全てのページに名前を書いて、チェック欄に食べられるものには○、食べられないものには×を記入しご確認ください。  
1部コピーを取り、ホッチキス留めをして、この月の給食が始まる前までに学校に提出してください。

## 令和6年度10月分アレルギー献立表

調理場名：南野調理所  
 コース名：Aコース  
 学齢区分：小学校高学年

学校 年 組 氏名

10/4 (金)			10/7 (月)			10/8 (火)		
チェック	番号	料理名	チェック	番号	料理名	チェック	番号	料理名
	1	ご飯		1	ご飯		1	ご飯
	2	牛乳		2	牛乳		2	牛乳
	3	かきたま汁		3	ポークカレーライス		3	大根の味噌汁
	4	鶏肉の梅味噌焼き		4	グリーンサラダ		4	鶏肉と大豆の甘がらめ
	5	野菜炒め		5	(玉ねぎドレッシング)		5	にらともやしの炒め物
				6	レモンゼリー			
番号	食品名	アレルギー原因食物	番号	食品名	アレルギー原因食物	番号	食品名	アレルギー原因食物
1	ご飯		1	ご飯		1	ご飯	
2	牛乳	乳	2	牛乳	乳	2	牛乳	乳
3	水		3	油		3	水	
	しいたけ			にんにく	にんにく		削節	
	昆布			生姜			大根	
	削節			豚肉			キャベツ	
	豆腐	大豆		酒			味噌	
	玉ねぎ	玉ねぎ		こしょう			味噌	
	酒			玉ねぎ	玉ねぎ		小松菜	
	食塩			人参			長ねぎ	
	薄口醤油			水				
	澱粉			じゃが芋	じゃが芋			
卵	卵	液体スープチキン		4	大豆	大豆		
小松菜		りんご	りんご		鶏肉			
長ねぎ		中濃ソース	ブルーシ・トマト・玉ねぎ		酒			
		ケチャップ	トマト・玉ねぎ		澱粉			
		醤油			油			
		カレーパウダー	小麦・玉ねぎ		砂糖			
					醤油			
					みりん			
4	鶏肉		4	キャベツ		水		
	酒			ほうれん草		ごま	ごま	
	みりん			きゅうり	きゅうり			
	砂糖							
味噌								
梅	梅							
5	油		5	玉ねぎドレッシング	りんご・玉ねぎ	5	油	
	生姜			グ			豚肉	
	にんにく	にんにく	6	レモンゼリー	レモン(柑橘)		酒	
	豚肉						もやし	もやし
	酒						人参	
	玉ねぎ	玉ねぎ					にら	
	人参						食塩	
	キャベツ						醤油	
	液体スープポーク						砂糖	
	中華						コチュジャン	
	醤油						澱粉	
オイスターソース								
食塩								
にら								
澱粉								

※全てのページに名前を書いて、チェック欄に食べられるものには○、食べられないものには×を記入しご確認ください。  
 1部コピーを取り、ホッチキス留めをして、この月の給食が始まる前までに学校に提出してください。

## 令和6年度10月分アレルギー献立表

調理場名：南野調理所  
 コース名：Aコース  
 学齢区分：小学校高学年

学校 年 組 氏名

10/9 (水)			10/10 (木)			10/11 (金)			
チェック	番号	料理名	チェック	番号	料理名	チェック	番号	料理名	
	1	ご飯		1	食パン		1	ご飯	
	2	牛乳		2	(多摩市産ブルーベリージャム)		2	牛乳	
	3	春雨スープ		3	牛乳		3	白玉入り味噌汁	
	4	焼き餃子		4	野菜スープ		4	さわらの南部焼き	
	5	ジャージャン豆腐		5	さけのバジルフライ		5	栗と野菜の甘露煮	
				6	じゃが芋のポロネーゼ				
番号	食品名	アレルギー原因食物	番号	食品名	アレルギー原因食物	番号	食品名	アレルギー原因食物	
1	ご飯		1	パン	小麦・乳	1	ご飯		
2	牛乳	乳	2	多摩市産ブルーベリージャム	ブルーベリー	2	牛乳	乳	
3	水		3	牛乳	乳	3	水		
	液体スープ			4	油			削節	
	中華				鶏肉			人参	
	ベーコン		こしょう				ごぼう		
	人参		玉ねぎ		玉ねぎ		大根		
	白菜		水				白玉		
	食塩		チキンブイヨン		玉ねぎ		味噌		
	こしょう		人参				味噌		
	醤油		薄口醤油		長ねぎ				
	春雨		食塩		小松菜				
チンゲン菜		キャベツ							
長ねぎ		小松菜							
ごま油									
4	餃子	小麦・大豆・にんにく	5	さけのバジルフライ	小麦・さけ	4	さわら	さわら	
5	ごま油			イ			ノンエッグマヨネーズ	大豆	
	にんにく	にんにく		油			みりん		
	生姜		6	オリーブオイル			醤油		
	トウバンジャン			にんにく	にんにく		酒		
	豚肉			豚肉			ごま油		
	酒			酒			ごま	ごま	
	筍	筍		玉ねぎ	玉ねぎ		ごま	ごま	
	玉ねぎ	玉ねぎ		人参			ごま	ごま	
	人参			トマト	トマト				
	生揚げ	大豆		ケチャップ	トマト・玉ねぎ	5	油		
液体スープ		ウスターソース		プルーン・トマト・玉ねぎ	豚肉				
中華		トンカツソース		プルーン・トマト・玉ねぎ	酒				
砂糖		食塩		人参					
醤油		こしょう		玉ねぎ	玉ねぎ				
オイスターソース		オレガノ		こんにゃく					
味噌		じゃが芋	じゃが芋	水					
コチュジャン		澱粉		削節					
食塩				砂糖					
澱粉				みりん					
				醤油					
				澱粉					
				栗	栗				
				枝豆	枝豆(大豆)				
				食塩					

※全てのページに名前を書いて、チェック欄に食べられるものには○、食べられないものには×を記入しご確認ください。  
 1部コピーを取り、ホッチキス留めをして、この月の給食が始まる前までに学校に提出してください。

# 令和6年度10月分アレルギー献立表

調理場名：南野調理所  
 コース名：Aコース  
 学齢区分：小学校高学年

学校 年 組 氏名

10/15 (火)			10/16 (水)			10/17 (木)			
チェック	番号	料理名	チェック	番号	料理名	チェック	番号	料理名	
	1	麦ご飯		1	ご飯		1	丸パン	
	2	牛乳		2	牛乳		2	トマト煮	
	3	豆腐スープ		3	のっぺい汁		3	フライドチキン	
	4	プルコギ丼		4	さばのゆず味噌がけ		4	カラフルポテト	
	5	りんご		5	野菜の白和え風		5	ミックスジュース	
番号	食品名	アレルギー原因食物	番号	食品名	アレルギー原因食物	番号	食品名	アレルギー原因食物	
1	麦ご飯		1	ご飯		1	パン	小麦・乳	
2	牛乳	乳	2	牛乳	乳	2	オリーブオイル		
3	ごま油		3	水			にんにく	にんにく	
	鶏肉			しいたけ			セロリー		
	こしょう			昆布			豚肉		
	酒			削節			赤ワイン	ぶどう	
	水			鶏肉			玉ねぎ	玉ねぎ	
	液体スープポーク			酒			人参		
	中華			しいたけ			液体スープチキン		
	豆腐	大豆		人参			トマト	トマト	
	白菜			里芋	里芋		ケチャップ	トマト・玉ねぎ	
	食塩			白菜		砂糖			
醤油		食塩		バジル					
小松菜		醤油		食塩					
長ねぎ		澱粉		こしょう					
		長ねぎ		マカロニ	小麦				
4	油		4	さば	さば	3	鶏肉		
	にんにく	にんにく		水			にんにく	にんにく	
	生姜			味噌			生姜		
	トウバンジャン			みりん			酒		
	豚肉			砂糖			醤油		
	酒			醤油			黒こしょう		
	玉ねぎ	玉ねぎ		ゆず	ゆず(柑橘)		にんにく	にんにく	
	人参			澱粉			食塩		
	ピーマン			5	切干大根			澱粉	
	大豆もやし	大豆・大豆もやし			こんにやく			油	
しめじ		キャベツ			4	じゃが芋	じゃが芋		
液体スープポーク		いんげん				食塩			
中華		人参				バター	乳		
砂糖		砂糖				玉ねぎ	玉ねぎ		
はちみつ	はちみつ	みりん				人参			
醤油		薄口醤油				コーン			
コチュジャン		白いんげん豆				枝豆	枝豆(大豆)		
長ねぎ		ごま	ごま			食塩			
にら		ごま	ごま	こしょう					
澱粉									
5	りんご	りんご				5	ミックスジュース	ぶどう・牛乳停止の方も飲めます	

※全てのページに名前を書いて、チェック欄に食べられるものには○、食べられないものには×を記入しご確認ください。  
 1部コピーを取り、ホッチキス留めをして、この月の給食が始まる前までに学校に提出してください。

## 令和6年度10月分アレルギー献立表

調理場名：南野調理所  
 コース名：Aコース  
 学齢区分：小学校高学年

学校 年 組 氏名

10/18 (金)			10/21 (月)			10/22 (火)		
チェック	番号	料理名	チェック	番号	料理名	チェック	番号	料理名
	1	ご飯		1	ココア揚げパン		1	ご飯
	2	牛乳		2	牛乳		2	牛乳
	3	さつまいの豚汁		3	さけのクリームシチュー		3	ハヤシライス
	4	厚焼玉子		4	フレンチサラダ		4	鶏肉とキャベツのソテー
	5	ひじきのそぼろ煮		5	(フレンチドレッシング)		5	みかん
番号	食品名	アレルギー原因食物	番号	食品名	アレルギー原因食物	番号	食品名	アレルギー原因食物
1	ご飯		1	パン	小麦・乳	1	ご飯	
2	牛乳	乳		油		2	牛乳	乳
				砂糖				
3	油			ココア	カカオ(ココア)	3	油	
	豚肉			砂糖			にんにく	にんにく
	酒		2				生姜	
	人参			牛乳	乳		豚肉	
	ごぼう		3	油			こしょう	
	大根			玉ねぎ	玉ねぎ		酒	
	こんにゃく			人参			水	
	水			こしょう			液体スープチキン	
	削節			水			玉ねぎ	玉ねぎ
	さつまい			液体スープチキン			人参	
	白菜			じゃが芋	じゃが芋		ハヤシルウ	小麦・大豆・トマト・玉ねぎ
	味噌			白菜			デミソース	小麦・トマト・玉ねぎ
味噌		しめじ		中濃ソース	ブルーシ・トマト・玉ねぎ			
長ねぎ		さけ	さけ	ケチャップ	トマト・玉ねぎ			
4	厚焼玉子	卵	酒		醤油			
5	ごま油		牛乳	乳	食塩			
	鶏肉		生クリーム	乳	4	油		
	酒		油			鶏肉		
	ひじき		バター	乳		こしょう		
	れんこん		小麦粉	小麦		酒		
	人参		チーズ	乳		人参		
	水		食塩			キャベツ		
	削節		ほうれん草			いんげん		
	砂糖		4	コーン			食塩	
	みりん			人参			スープストックチキン	玉ねぎ
醤油		キャベツ				5	みかん	みかん(柑橘)
いんげん		きゅうり	きゅうり					
			5	フレンチドレッシング	レモン(柑橘)			

※全てのページに名前を書いて、チェック欄に食べられるものには○、食べられないものには×を記入しご確認ください。  
 1部コピーを取り、ホッチキス留めをして、この月の給食が始まる前までに学校に提出してください。

## 令和6年度10月分アレルギー献立表

調理場名：南野調理所  
 コース名：Aコース  
 学齢区分：小学校高学年

学校 年 組 氏名

10/23 (水)			10/24 (木)			10/25 (金)			
チェック	番号	料理名	チェック	番号	料理名	チェック	番号	料理名	
	1	若布ご飯		1	中華麺		1	ご飯	
	2	牛乳		2	牛乳		2	ジョア	
	3	和風汁		3	味噌ラーメン		3	吹き寄せ汁	
	4	かぼちゃコロッケ		4	蒸しシュウマイ		4	さばの塩焼き	
	5	根菜のそぼろ煮		5	華風漬け		5	秋なすの辛味炒め	
番号	食品名	アレルギー原因食物	番号	食品名	アレルギー原因食物	番号	食品名	アレルギー原因食物	
1	若布ご飯		1	中華麺	小麦	1	ご飯		
2	牛乳	乳	2	牛乳	乳	2	ジョア	乳・ 牛乳停止の方は飲めません	
3	水		3	ごま油		3	水		
	しいたけ			にんにく	にんにく		しいたけ		
	昆布			生姜			昆布		
	削節			豚肉			削節		
	人参			酒			鶏肉		
	うずら卵	うずらの卵		水			人参		
	白菜			昆布			ごぼう		
	みりん			煮干し			大根		
	食塩			鶏ガラ			しめじ		
	薄口醤油			人参			酒		
	春雨			もやし	もやし		食塩		
	澱粉			味噌			薄口醤油		
	小松菜			コチュジャン			かまぼこ	たら	
長ねぎ		醤油		かまぼこ	たら				
4	かぼちゃコロッケ	小麦・大豆	4	ごま	ごま	4	小松菜		
	油			なると	たい・たら		長ねぎ		
5	油			コーン			4	さば	さば
	豚肉			長ねぎ				油	
	酒			にら			トウバンジャン		
	玉ねぎ	玉ねぎ		澱粉			豚肉		
	人参			4	シュウマイ		小麦・玉ねぎ	酒	
	ごぼう			5	大根			なす	なす
	れんこん				人参			水	
	大根				きゅうり		きゅうり	砂糖	
	水		ごま油			醤油			
	しいたけ		生姜			味噌			
昆布		砂糖			ごま	ごま			
削節		みりん			長ねぎ				
砂糖		醤油			澱粉				
食塩		穀物酢							
みりん		一味唐辛子							
醤油									
澱粉									
グリーンピース	グリーンピース								

※全てのページに名前を書いて、チェック欄に食べられるものには○、食べられないものには×を記入しご確認ください。  
 1部コピーを取り、ホッチキス留めをして、この月の給食が始まる前までに学校に提出してください。

## 令和6年度10月分アレルギー献立表

調理場名：南野調理所  
 コース名：Aコース  
 学齢区分：小学校高学年

学校 年 組 氏名

10/28 (月)			10/29 (火)			10/30 (水)		
チェック	番号	料理名	チェック	番号	料理名	チェック	番号	料理名
	1	ご飯		1	ご飯		1	ご飯
	2	牛乳		2	牛乳		2	牛乳
	3	中華スープ		3	野菜のごま汁		3	きゃべつの味噌汁
	4	いかのチリソース		4	豚丼		4	ししゃもの磯辺揚げ
	5	豚肉と大根の中華煮		5	みかん		5	肉じゃが
番号	食品名	アレルギー原因食物	番号	食品名	アレルギー原因食物	番号	食品名	アレルギー原因食物
1	ご飯		1	ご飯		1	ご飯	
2	牛乳	乳	2	牛乳	乳	2	牛乳	乳
3	ごま油		3	水		3	水	
	鶏肉			削節			削節	
	こしょう			ごぼう			キャベツ	
	酒			人参			油揚げ	大豆
	水			れんこん			味噌	
	液体スープポーク			大根			味噌	
	中華			味噌		長ねぎ		
	しいたけ			味噌		小松菜		
	人参			ごま	ごま			
	白菜			ごま	ごま	4	ししゃも	ししゃも・魚卵
	醤油			小松菜			小麦粉	小麦
	食塩						水	
小松菜				青のり				
4	いか	いか	4	油		5	油	
	澱粉			生姜			豚肉	
	油			豚肉			酒	
	油			酒			玉ねぎ	玉ねぎ
	生姜			しらたき			みりん	
	にんにく	にんにく		みりん			砂糖	
	トウバンジャン			砂糖			食塩	
	長ねぎ			食塩			醤油	
	ケチャップ	トマト・玉ねぎ		醤油			水	
	酒			澱粉			削節	
5	砂糖		5	みかん	みかん(柑橘)		じゃが芋	じゃが芋
	醤油						砂糖	
	水						みりん	
	澱粉						醤油	
	ごま油						グリーンピース	グリーンピース
	にんにく	にんにく						
	生姜							
	豚肉							
	酒							
	液体スープポーク							
	中華							
	人参							
大根								
長ねぎ								
砂糖								
オイスターソース								
醤油								
青大豆	大豆							
澱粉								
水								

※全てのページに名前を書いて、チェック欄に食べられるものには○、食べられないものには×を記入しご確認ください。  
 1部コピーを取り、ホッチキス留めをして、この月の給食が始まる前までに学校に提出してください。

### 令和6年度10月分アレルギー献立表

調理場名：南野調理所  
 コース名：Aコース  
 学齢区分：小学校高学年

学校 年 組 氏名

---

10/31 (木)								
チェック	番号	料理名	チェック	番号	料理名	チェック	番号	料理名
	1	黒砂糖食パン						
	2	牛乳						
	3	かぼちゃの豆乳スープ						
	4	ハンバーグデミグラスソース						
	5	イタリアンサラダ						
	6	(イタリアンドレッシング)						
番号	食品名	アレルギー原因食物	番号	食品名	アレルギー原因食物	番号	食品名	アレルギー原因食物
1	パン	小麦・乳						
2	牛乳	乳						
3	油							
	にんにく	にんにく						
	鶏肉							
	玉ねぎ	玉ねぎ						
	人参							
	水							
	液体スープチキン							
	かぼちゃ							
	豆乳	大豆						
	白いんげん豆							
食塩								
こしょう								
米粉								
4	ハンバーグ	大豆・玉ねぎ						
	ウスターソース	ブルーネ・トマト・玉ねぎ						
	ケチャップ	トマト・玉ねぎ						
	デミソース	小麦・トマト・玉ねぎ						
	砂糖							
	水							
5	コーン							
	キャベツ							
	人参							
	大根							
	きゅうり	きゅうり						
6	イタリアンドレッシング	トマト・玉ねぎ						

※全てのページに名前を書いて、チェック欄に食べられるものには○、食べられないものには×を記入しご確認ください。  
 1部コピーを取り、ホッチキス留めをして、この月の給食が始まる前までに学校に提出してください。