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：Ｂ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	ご飯		1	イギリスパン		1	ご飯
	2	牛乳		2	牛乳		2	牛乳
	3	麻婆豆腐丼		3	白菜のスープ		3	かきたま汁
	4	中華サラダ		4	白身魚のトマトソース		4	鶏肉の梅味噌焼き
	5	りんごゼリー		5	ミルキーポテト		5	野菜炒め

番号	食品名	アレルギー原因食物
1	ご飯	
2	牛乳	乳
3	油	
	にんにく	
	生姜	
	トウバンジャン	
	豚肉	
	こしょう	
	酒	
	玉ねぎ	
	人参	
	水	
	液体スープポーク中華	
	砂糖	
	醤油	
	味噌	
	テンメンジャン	
	食塩	
	豆腐	大豆
	豆腐	大豆
	澱粉	
	長ねぎ	
	ごま油	
4	もやし	もやし
	しらたき	
	人参	
	切干大根	大根
	きゅうり	きゅうり
	ごま油	
	生姜	
	砂糖	
	醤油	
	穀物酢	
	ごま	ごま
	一味唐辛子	
5	りんごゼリー	りんご

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	
	鶏肉	
	酒	
	玉ねぎ	
	人参	
	水	
	チキンブイヨン	
	白菜	
	こしょう	
	小松菜	
	食塩	
4	たら	たら
	オリーブオイル	
	にんにく	
	玉ねぎ	
	みりん	
	トマト	トマト
	ケチャップ	トマト
	水	
	液体スープチキン	
	砂糖	
	食塩	
	こしょう	
	バジル	
5	さつま芋	
	油	
	砂糖	
	牛乳	乳
	生クリーム	乳

番号	食品名	アレルギー原因食物
1	ご飯	
2	牛乳	乳
3	水	
	しいたけ	
	昆布	
	削節	
	豆腐	大豆
	玉ねぎ	
	酒	
	食塩	
	薄口醤油	
	澱粉	
	卵	卵
	小松菜	
	長ねぎ	
4	鶏肉	
	酒	
	みりん	
	砂糖	
	味噌	
	梅	梅
5	油	
	生姜	
	にんにく	
	豚肉	
	酒	
	玉ねぎ	
	人参	
	キャベツ	
	液体スープポーク中華	
	醤油	
	オイスターソース	かき(牡蠣)
	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〇、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：Ｂコース
学齢区分：小学校高学年

学校　年　組 氏名

10/4（金）		
チェック	番号	料理名
	1	ご飯
	2	牛乳
	3	味噌けんちん汁
	4	いわしの蒲焼き
	5	即席漬け

番号	食品名	アレルギー原因食物
1	ご飯	
2	牛乳	乳
3	ごま油	
	鶏肉	
	酒	
	水	
	削節	
	しいたけ	
	人参	
	ごぼう	
	大根	大根
	里芋	里芋
	こんにゃく	
	味噌	
	味噌	
	長ねぎ	
4	いわし	いわし
	澱粉	
	油	
	生姜	
	酒	
	みりん	
	水	
	砂糖	
	醤油	
	ごま	ごま
	澱粉	
5	人参	
	キャベツ	
	きゅうり	きゅうり
	酒	
	みりん	
	食塩	
	薄口醤油	
	塩昆布	

10/7（月）		
チェック	番号	料理名
	1	ご飯
	2	牛乳
	3	大根の味噌汁
	4	鶏肉と大豆の甘がらめ
	5	にらともやしの炒め物

番号	食品名	アレルギー原因食物
1	ご飯	
2	牛乳	乳
3	水	
	削節	
	大根	大根
	キャベツ	
	味噌	
	味噌	
	小松菜	
	長ねぎ	
4	大豆	大豆
	鶏肉	
	酒	
	澱粉	
	油	
	砂糖	
	醤油	
	みりん	
	水	
	ごま	ごま
5	油	
	豚肉	
	酒	
	もやし	もやし
	人参	
	にら	
	食塩	
	醤油	
	砂糖	
	コチュジャン	
	澱粉	

10/8（火）		
チェック	番号	料理名
	1	ご飯
	2	牛乳
	3	ポークカレーライス
	4	グリーンサラダ
	5	（玉ねぎドレッシング）
	6	レモンゼリー

番号	食品名	アレルギー原因食物
1	ご飯	
2	牛乳	乳
3	油	
	にんにく	
	生姜	
	豚肉	
	酒	
	こしょう	
	玉ねぎ	
	人参	
	水	
	じゃが芋	
	液体スープチキン	
	りんご	りんご
	中濃ソース	プルーン・トマト
	ケチャップ	トマト
	醤油	
	カレールウ	小麦・カレー粉
4	キャベツ	
	ほうれん草	
	きゅうり	きゅうり
5	玉ねぎドレッシング	りんご
6	レモンゼリー	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〇、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：Ｂコース
学齢区分：小学校高学年

学校　年　組 氏名

10/9（水）		
チェック	番号	料理名
	1	食パン
	2	(多摩市産ブルーベリージャム)
	3	牛乳
	4	野菜スープ
	5	さけのバジルフライ
	6	じゃが芋のボロネーゼ

番号	食品名	アレルギー原因食物
1	パン	小麦・乳
2	多摩市産ブルーベリージャム	ブルーベリー
3	牛乳	乳
4	油	
	鶏肉	
	こしょう	
	玉ねぎ	
	水	
	チキンブイヨン	
	人参	
	薄口醤油	
	食塩	
	キャベツ	
	小松菜	
5	さけのバジルフライ	小麦・さけ
	油	
6	オリーブオイル	
	にんにく	
	豚肉	
	酒	
	玉ねぎ	
	人参	
	トマト	トマト
	ケチャップ	トマト
	ウスターソース	プルーン・トマト
	トンカツソース	プルーン・トマト
	食塩	
	こしょう	
	オレガノ	
	じゃが芋	
	澱粉	

10/10（木）		
チェック	番号	料理名
	1	ご飯
	2	牛乳
	3	春雨スープ
	4	焼き餃子
	5	ジャージャン豆腐

番号	食品名	アレルギー原因食物
1	ご飯	
2	牛乳	乳
3	水	
	液体スープポーク中華	
	ベーコン	
	人参	
	白菜	
	食塩	
	こしょう	
	醤油	
	春雨	
	チンゲン菜	
	長ねぎ	
	ごま油	
4	餃子	小麦・大豆
5	ごま油	
	にんにく	
	生姜	
	トウバンジャン	
	豚肉	
	酒	
	筍	
	玉ねぎ	
	人参	
	生揚げ	大豆
	液体スープポーク中華	
	砂糖	
	醤油	
	オイスターソース	かき(牡蠣)
	味噌	
	コチュジャン	
	食塩	
	澱粉	

10/11（金）		
チェック	番号	料理名
	1	若布ご飯
	2	牛乳
	3	和風汁
	4	かぼちゃコロッケ
	5	根菜のそぼろ煮

番号	食品名	アレルギー原因食物
1	若布ご飯	
2	牛乳	乳
3	水	
	しいたけ	
	昆布	
	削節	
	人参	
	うずら卵	うずらの卵
	白菜	
	みりん	
	食塩	
	薄口醤油	
	春雨	
	澱粉	
	小松菜	
	長ねぎ	
4	かぼちゃコロッケ	小麦・大豆
	油	
5	油	
	豚肉	
	酒	
	玉ねぎ	
	人参	
	ごぼう	
	れんこん	
	大根	大根
	水	
	しいたけ	
	昆布	
	削節	
	砂糖	
	食塩	
	みりん	
	醤油	
	澱粉	
	グリンピース	

※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〇、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：Ｂコース
学齢区分：小学校高学年

学校　年　組 氏名

10/15（火）		
チェック	番号	料理名
	1	ご飯
	2	牛乳
	3	白玉入り味噌汁
	4	さわらの南部焼き
	5	栗と野菜の甘露煮

番号	食品名	アレルギー原因食物
1	ご飯	
2	牛乳	乳
3	水	
	削節	
	人参	
	ごぼう	
	大根	大根
	白玉	
	味噌	
	味噌	
	長ねぎ	
	小松菜	
4	さわら	さわら
	ノンエッグマヨネーズ	大豆
	みりん	
	醤油	
	酒	
	ごま油	
	ごま	ごま
	ごま	ごま
	ごま	ごま
5	油	
	豚肉	
	酒	
	人参	
	玉ねぎ	
	こんにゃく	
	水	
	削節	
	砂糖	
	みりん	
	醤油	
	澱粉	
	栗	栗
	枝豆	枝豆(大豆)
	食塩	

10/16（水）		
チェック	番号	料理名
	1	ご飯
	2	牛乳
	3	ハヤシライス
	4	鶏肉とキャベツのソテー
	5	みかん

番号	食品名	アレルギー原因食物
1	ご飯	
2	牛乳	乳
3	油	
	にんにく	
	生姜	
	豚肉	
	こしょう	
	酒	
	水	
	液体スープチキン	
	玉ねぎ	
	人参	
	ハヤシルウ	小麦・大豆・トマト
	デミソース	小麦・トマト
	中濃ソース	プルーン・トマト
	ケチャップ	トマト
	醤油	
	食塩	
4	油	
	鶏肉	
	こしょう	
	酒	
	人参	
	キャベツ	
	いんげん	
	食塩	
	スープストックチキン	
5	みかん	みかん(柑橘)

10/17（木）		
チェック	番号	料理名
	1	ご飯
	2	ジョア
	3	吹き寄せ汁
	4	さばの塩焼き
	5	秋なすの辛味炒め

番号	食品名	アレルギー原因食物
1	ご飯	
2	ジョア	乳・ 牛乳停止の方は飲めません
3	水	
	しいたけ	
	昆布	
	削節	
	鶏肉	
	人参	
	ごぼう	
	大根	大根
	しめじ	
	酒	
	食塩	
	薄口醤油	
	かまぼこ	たら
	かまぼこ	たら
	小松菜	
	長ねぎ	
4	さば	さば
5	油	
	トウバンジャン	
	豚肉	
	酒	
	なす	なす
	水	
	砂糖	
	醤油	
	味噌	
	ごま	ごま
	長ねぎ	
	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〇、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：Ｂコース
学齢区分：小学校高学年

学校　年　組 氏名

10/18（金）		
チェック	番号	料理名
	1	ココア揚げパン
	2	牛乳
	3	さけのクリームシチュー
	4	フレンチサラダ
	5	（フレンチドレッシング）

番号	食品名	アレルギー原因食物
1	パン	小麦・乳
	油	
	砂糖	
	ココア	カカオ(ココア)
	砂糖	
2	牛乳	乳
3	油	
	玉ねぎ	
	人参	
	こしょう	
	水	
	液体スープチキン	
	じゃが芋	
	白菜	
	しめじ	
	さけ	さけ
	酒	
	牛乳	乳
	生クリーム	乳
	油	
	バター	乳
	小麦粉	小麦
	チーズ	乳
	食塩	
	ほうれん草	
4	コーン	
	人参	
	キャベツ	
	きゅうり	きゅうり
5	フレンチドレッシング	レモン(柑橘)

10/21（月）		
チェック	番号	料理名
	1	麦ご飯
	2	牛乳
	3	豆腐スープ
	4	プルコギ丼
	5	りんご

番号	食品名	アレルギー原因食物
1	麦ご飯	
2	牛乳	乳
3	ごま油	
	鶏肉	
	こしょう	
	酒	
	水	
	液体スープポーク中華	
	豆腐	大豆
	白菜	
	食塩	
	醤油	
	小松菜	
	長ねぎ	
4	油	
	にんにく	
	生姜	
	トウバンジャン	
	豚肉	
	酒	
	玉ねぎ	
	人参	
	ピーマン	
	大豆もやし	大豆・大豆もやし
	しめじ	
	液体スープポーク中華	
	砂糖	
	はちみつ	
	醤油	
	コチュジャン	
	長ねぎ	
	にら	
	澱粉	
5	りんご	りんご

10/22（火）		
チェック	番号	料理名
	1	ご飯
	2	牛乳
	3	さつま芋の豚汁
	4	厚焼玉子
	5	ひじきのそぼろ煮

番号	食品名	アレルギー原因食物
1	ご飯	
2	牛乳	乳
3	油	
	豚肉	
	酒	
	人参	
	ごぼう	
	大根	大根
	こんにゃく	
	水	
	削節	
	さつま芋	
	白菜	
	味噌	
	味噌	
	長ねぎ	
4	厚焼玉子	卵
5	ごま油	
	鶏肉	
	酒	
	ひじき	
	れんこん	
	人参	
	水	
	削節	
	砂糖	
	みりん	
	醤油	
	いんげん	

※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〇、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：Ｂコース
学齢区分：小学校高学年

学校　年　組 氏名

10/23（水）		
チェック	番号	料理名
	1	ご飯
	2	牛乳
	3	のっぺい汁
	4	さばのゆず味噌がけ
	5	野菜の白和え風

番号	食品名	アレルギー原因食物
1	ご飯	
2	牛乳	乳
3	水	
	しいたけ	
	昆布	
	削節	
	鶏肉	
	酒	
	しいたけ	
	人参	
	里芋	里芋
	白菜	
	食塩	
	醤油	
	澱粉	
	長ねぎ	
4	さば	さば
	水	
	味噌	
	みりん	
	砂糖	
	醤油	
	ゆず	ゆず(柑橘)
	澱粉	
5	切干大根	大根
	こんにゃく	
	キャベツ	
	いんげん	
	人参	
	砂糖	
	みりん	
	薄口醤油	
	白いんげん豆	
	ごま	ごま
	ごま	ごま

10/24（木）		
チェック	番号	料理名
	1	丸パン
	2	トマト煮
	3	フライドチキン
	4	カラフルポテト
	5	ミックスジュース

番号	食品名	アレルギー原因食物
1	パン	小麦・乳
2	オリーブオイル	
	にんにく	
	セロリー	
	豚肉	
	赤ワイン	ぶどう
	玉ねぎ	
	人参	
	液体スープチキン	
	トマト	トマト
	ケチャップ	トマト
	砂糖	
	バジル	
	食塩	
	こしょう	
	マカロニ	小麦
3	鶏肉	
	にんにく	
	生姜	
	酒	
	醤油	
	黒こしょう	
	にんにく	
	食塩	
	澱粉	
	油	
4	じゃが芋	
	食塩	
	バター	乳
	玉ねぎ	
	人参	
	コーン	
	枝豆	枝豆(大豆)
	食塩	
	こしょう	
5	ミックスジュース	ぶどう・ 牛乳停止の方も飲めます

10/25（金）		
チェック	番号	料理名
	1	中華麺
	2	牛乳
	3	味噌ラーメン
	4	蒸しシュウマイ
	5	華風漬け

番号	食品名	アレルギー原因食物
1	中華麺	小麦
2	牛乳	乳
3	ごま油	
	にんにく	
	生姜	
	豚肉	
	酒	
	水	
	昆布	
	煮干し	
	鶏ガラ	
	人参	
	もやし	もやし
	味噌	
	コチュジャン	
	醤油	
	ごま	ごま
	なると	たい・たら
	コーン	
	長ねぎ	
	にら	
	澱粉	
4	シュウマイ	小麦
5	大根	大根
	人参	
	きゅうり	きゅうり
	ごま油	
	生姜	
	砂糖	
	みりん	
	醤油	
	穀物酢	
	一味唐辛子	

※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〇、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：Ｂ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	黒砂糖食パン
	2	牛乳		2	牛乳		2	牛乳
	3	野菜のごま汁		3	中華スープ		3	かぼちゃの豆乳スープ
	4	豚丼		4	いかのチリソース		4	ハンバーグデミグラスソース
	5	みかん		5	豚肉と大根の中華煮		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
1	ご飯	
2	牛乳	乳
3	水	
	削節	
	ごぼう	
	人参	
	れんこん	
	大根	大根
	味噌	
	味噌	
	ごま	ごま
	ごま	ごま
	小松菜	
4	油	
	生姜	
	豚肉	
	豚肉	
	酒	
	玉ねぎ	
	しらたき	
	みりん	
	砂糖	
	食塩	
	醤油	
	澱粉	
5	みかん	みかん(柑橘)

番号	食品名	アレルギー原因食物
1	ご飯	
2	牛乳	乳
3	ごま油	
	鶏肉	
	こしょう	
	酒	
	水	
	液体スープポーク中華	
	しいたけ	
	人参	
	白菜	
	醤油	
	食塩	
	小松菜	
4	いか	いか
	澱粉	
	油	
	油	
	生姜	
	にんにく	
	トウバンジャン	
	長ねぎ	
	ケチャップ	トマト
	酒	
	砂糖	
	醤油	
	水	
	澱粉	
5	ごま油	
	にんにく	
	生姜	
	豚肉	
	酒	
	液体スープポーク中華	
	人参	
	大根	大根
	長ねぎ	
	砂糖	
	オイスターソース	かき(牡蠣)
	醤油	
	青大豆	大豆
	澱粉	
	水	

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	
	鶏肉	
	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
	ウスターソース	プルーン・トマト
	ケチャップ	トマト
	デミソース	小麦・トマト
	砂糖	
	水	
5	コーン	
	キャベツ	
	人参	
	大根	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

※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〇、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：Ｂ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	ご飯						
	2	牛乳						
	3	きゃべつの味噌汁						
	4	ししゃもの磯辺揚げ						
	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							
2	牛乳	乳						
3	水							
	削節							
	キャベツ							
	油揚げ	大豆						
	味噌							
	味噌							
	長ねぎ							
	小松菜							
4	ししゃも	ししゃも・魚卵						
	小麦粉	小麦						
	水							
	青のり							
	食塩							
	油							
5	油							
	豚肉							
	酒							
	玉ねぎ							
	人参							
	こんにゃく							
	水							
	削節							
	じゃが芋							
	砂糖							
	みりん							
	醤油							
	グリンピース							

※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〇、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。