

# 平成〇〇年〇〇月分 学校給食予定献立表（例）

書式 1

日 曜	献立名	主な材料とその働き					
		団 体をつくる		団 体の調子を整える		団 体を動かすエネルギーになる	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群
		魚・肉・卵・大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実
2 月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
	さんまの南蛮漬	さんま			たまねぎ	さとう	油
	青菜炒め			チンゲンサイ	たけのこ ぶなしめじ にんにく		ごま油
	豆乳汁	とり肉 豆乳 みそ		にんじん 葉ねぎ	白菜		
	柿				柿		
4 水	ソフトめん 牛乳		牛乳			ソフトめん	
	オムレツのきのこソースかけ	卵			しめじ マッシュルーム		
	シャキシャキポテトサラダ				きゅうり とうもろこし	じゃがいも	アーモンド
	ミートソース	牛肉 ぶた肉 大豆	チーズ 脱脂粉乳	にんじん	たまねぎ グリンピース	さとう	
5 木	五穀ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
	豆腐ステーキ	豆腐				さとう 油	
	ひじき煮	まぐろ油揚げ	ひじき	にんじん	たけのこ しいたけ	さとう	
	なめこ汁	油揚げ みそ		葉ねぎ	大根 なめこ		
6 金	麦ごはん 牛乳		牛乳			麦ごはん	
	揚げ肉のうま煮	ぶた肉		にんじん	たまねぎ たけのこ しょうが	さとう でん粉	油
	カミカミサラダ	さきいか			キャベツ とうもろこし 切干大根		ドレッシング
	根菜汁			小松菜	ごぼう 根深ねぎ	さといも	
9 月	発芽玄米ごはん 牛乳		牛乳			発芽玄米ごはん	
	小えびとナッツの揚げ物	えび 大豆				でん粉	カシューナッツ 油
	きゅうりの塩昆布和え		昆布		きゅうり		
	肉じゃが	ぶた肉		にんじん	たまねぎ こんにゃく グリンピース	じゃがいも さとう	
10 火	麦ごはん 牛乳		牛乳			麦ごはん	
	★かにしゅうまい	かに たら			たまねぎ	小麦粉 でん粉	油
	もやしのナムル		くきわかめ		もやし キャベツ	白ごま ごま油	
	生あげの中華煮	生あげ ぶた肉		にんじん さやいんげん	たけのこ エリンギ	さとう でん粉	ぎんなん
	みかん				みかん		
11 水	りんごパン 牛乳		牛乳			パン	
	とり肉のトマトソースかけ	とり肉		トマト	しょうが オレンジ	でん粉 さとう	
	ビーンズサラダ	青えんどう豆 ひよこ豆		ブロッコリー	きゅうり		ドレッシング
	ポトフ	赤いんげん豆		にんじん	キャベツ ぶなしめじ	じゃがいも	
	ウインナー						
12 木	麦ごはん 牛乳		牛乳			麦ごはん	
	★さば銀紙焼き	さば みそ				さとう	
	ごぼうのおかか煮	ちくわ 花かつお		にんじん	ごぼう	さとう	
	すまし汁	豆腐 とり肉		みつば	大根 たまねぎ えのきたけ		
13 金	発芽玄米ごはん 牛乳		牛乳			発芽玄米ごはん	
	ぶた肉のオイスターソース炒め	ぶた肉		さやいんげん	もやし しょうが にんにく		油
	揚げなすの香りかけ			葉ねぎ	なす	さとう	白ごま ごま油
	にらたまスープ	卵 ベーコン		にら にんじん	たまねぎ	でん粉	
16 月	麦ごはん 牛乳		牛乳			麦ごはん	
	まぐろのしょうが煮	まぐろ			たけのこ 根深ねぎ しょうが	でん粉 さとう	油
	アーモンド和え			こまつな	キャベツ	さとう	アーモンド
	けんちん汁	豆腐 油揚げ		にんじん 葉ねぎ	大根 こんにゃく ごぼう	ごま油	
17 火	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
	とり肉の香味焼き	とり肉		葉ねぎ	にんにく しょうが		油
	はるさめの中巻炒め	えび		さやいんげん	もやし れんこん	はるさめ さとう	
	コーンスープ	ベーコン	脱脂粉乳 生クリーム		パセリ	とうもろこし たまねぎ にんじん	じゃがいも
18 水	くろロールパン 牛乳		牛乳			くろロールパン	
	白身魚のレモン煮	ホキ			レモン	さとう	
	チーズサラダ		チーズ	ブロッコリー	キャベツ きゅうり		ドレッシング
	チキンスープ	とり肉		にんじん	たまねぎ マッシュルーム	じゃがいも	
19 木	秋のたきごみごはん 牛乳	とり肉 ちくわ 油揚げ	牛乳	にんじん	ごぼう こんにゃく ぶなしめじ	米 もち米 さとう	くり
	★さといもコロッケ	とり肉				さとう	油
	キャベツのゆかり和え			にんじん ゆかり粉	キャベツ	さといも パン粉 小麦粉	
	みそ汁	豆腐 みそ	わかめ	葉ねぎ	大根		
	梨ゼリー					梨ゼリー	
20 金	発芽玄米ごはん 牛乳		牛乳			発芽玄米ごはん	
	★いかナゲット	いか たら				小麦粉 でん粉	油
	寒天サラダ	まぐろの油揚げ	寒天	にんじん	キャベツ きゅうり	さとう	オリーブ油
	カレーシチュー	牛肉	脱脂粉乳 チーズ	にんじん	たまねぎ マッシュルーム にんにく りんご	じゃがいも	バター
24 火	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
	★白ごまつくね	とり肉			たまねぎ	パン粉	白ごま
	チンジャオロース	ぶた肉		ピーマン	たけのこ きくらげ にんにく	でん粉 さとう	
	わかめスープ	豆腐	わかめ	にんじん 葉ねぎ	白菜 とうもろこし		ごま油
25 水	白玉うどん 牛乳		牛乳			白玉うどん	
	うずら卵フライ	うずら卵				パン粉 小麦粉	油
	くるみおえ			チンゲンサイ	キャベツ	さとう	くるみ
	とりなんぼん汁	とり肉 かまぼこ 油揚げ		にんじん	しめじ しいたけ 根深ねぎ	でん粉 さとう	
	ヨーグルト		ヨーグルト				
26 木	わかめごはん 牛乳		わかめ 牛乳			ごはん	
	さけの塩焼き	さけ					
	きゅうりのごまじょうゆ和え	花かつお			きゅうり		白ごま
	白みそ汁	豆腐 油揚げ みそ		にんじん 葉ねぎ	大根 白菜 えのきたけ		
27 金	スライスパン 牛乳		牛乳			スライスパン	
	ささみフライ	とり肉				パン粉 小麦粉	油
	ほうれん草とコーンのソテー			ほうれん草	とうもろこし		オリーブ油
	白菜のクリームシチュー	ベーコン	牛乳 脱脂粉乳 生クリーム	にんじん パセリ	白菜 たまねぎ エリンギ	じゃがいも	バター
30 月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
	★おろしハンバーグ	牛肉 ぶた肉			大根 たまねぎ	でん粉 さとう	
	わかめ和え		わかめ		キャベツ きゅうり		
	ご汁	大豆 豆乳 みそ		にんじん 葉ねぎ	ごぼう こんにゃく	さといも	
	りんご				りんご		

- 都合により献立を変更する場合があります。
- 献立名にある★は加工食品を表しています。
- 各料理の調味料やだし等については記載されていません。

## 平成〇〇年〇〇月分 詳細な献立表（例）

日 曜	献立名	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	⑬	⑭	⑮	⑯	⑰	⑱	⑲	⑳	㉑	㉒	㉓	㉔	㉕	㉖	㉗	調味料等
		卵	乳	小麦	えび	かに	そば	落花生	あわび	いか	いくら	オレンジ	バナナ	キウイ	牛肉	くるみ	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	
2 月	ごはん																												▲
	牛乳		○																										
	さんまの南蛮漬け			▲																▲									しょうゆ 酢
	青菜炒め			▲													▲			▲									しょうゆ ごま油
	豆乳汁																			○▲	○								みそ
柿																													
4 水	ソフトめん			○																									
	牛乳		○																										
	オムレツのきのこソースかけ	○		▲																○▲									しょうゆ
	シャキシャキポテトサラダ																												
ミートソース		○	○											○					○			○							
5 木	五穀ごはん																												
	牛乳		○																										
	豆腐ステーキ			○▲																○▲									しょうゆ
	ひじき煮			▲																▲									しょうゆ
なめこ汁																			○▲									みそ	
6 金	麦ごはん																												
	牛乳		○																										
	揚げ肉のうま煮			▲																	▲			○					しょうゆ
	カミカミサラダ									○																			しょうゆ
根菜汁			▲																	▲								しょうゆ	
9 月	発芽玄米ご飯																												
	牛乳		○																										
	小えびとナッツの揚げ物				○								○								○								
	きゅうりの塩昆布和え													○							○								
肉じゃが			▲																	▲			○					しょうゆ	
10 火	麦ごはん																												
	牛乳		○																										
	かにしゅうまい			○		○																					○		
	もやしのナムル			▲																○▲									酢・しょうゆ・ごま油
	生あげの中華煮																				○▲	▲		○▲					中華だし
みかん																													
11 水	りんごパン		○	○																	○			○			○		
	牛乳		○																										
	とり肉のトマトソースかけ											○										○							
	ビーンズサラダ																												
ポトフ																				▲			○▲					洋風だし	

（ 略 ）

30 月	ごはん																												
	牛乳		○																										
	おろしハンバーグ			▲										○							▲			○					しょうゆ
	わかめ和え			▲																	▲								しょうゆ
	ご汁																				○▲								みそ
りんご																										○			

詳細な献立表は、料理・単品（個別に包装された食品）に、アレルゲンが含まれる場合に○がつけてあります。

献立表右欄にある調味料等に含まれるアレルゲンは▲で表示してあります。（学校給食での食物アレルギー対象者にとって、アレルギー症状を発症しない程度の微量のアレルゲンです。）

コンタミネーションの注意喚起表記については記載していません。（学校給食では注意喚起表記程度のアレルゲンの混入量では発症しない児童生徒を対象としています。）

月	火	水	木	金
2 柿 青菜炒め さんまの南蛮漬 ごはん 豆乳汁	休み	4 ジャキジャキ ポテトサラダ オムレツの きのこソースかけ ソフトめん ミートソース	5 ひじき煮 豆腐ステーキ 五穀ごはん なめこ汁	6 カミカミサラダ 揚げ肉のうま煮 麦ごはん 根菜汁
9 きゅうりの 塩昆布和え 小えびとナッツの 揚げ物 発芽玄米ごはん 肉じゃが	10 みかん もやしナムル かにしゅうまい 麦ごはん 生揚げ中華煮	11 ビーンズサラダ とり肉の トマトソースかけ りんごパン ポトフ	12 ごぼうのおかか煮 さば銀紙焼き 麦ごはん すまし汁	13 揚げなすの 香りかけ ぶた肉の オイスターソース炒め 発芽玄米ごはん こらたまスープ
16 アーモンド和え まぐろのしょうが煮 麦ごはん けんちん汁	17 はるさめの 中華炒め とり肉の香味焼き ごはん コーンスープ	18 チーズサラダ 白身魚のレモン煮 くろロールパン チキンスープ	19 梨ゼリー きゃべつの ゆかり和え さといもコロッケ 秋のたきこみ ごはん みそ汁	20 寒天サラダ いかなゲット 発芽玄米ごはん カレーシチュー
休み	24 チンジャオオロス 白ごまつくね ごはん わかめスープ	25 ヨーグルト くるみ和え うずら卵フライ 白玉うどん とりなんばん汁	26 きゅうりの ごまじょうゆ和え さけの塩焼き わかめごはん 白みそ汁	27 ほうれん草と コーンのソテー ささみフライ スライスパン 白菜の クリーム シチュー
30 りんご わかめ和え おろしハンバーグ ごはん ご汁	<p>詳細な献立表及び除去食代替食献立表を確認し、アレルゲンを含む料理で、除去食・代替食対応がないものに <b>×</b> をつけてください。（無配膳対応になります。） * お弁当を持参する場合は日付に <b>○</b> をつけてください。</p> <p>詳細な献立表を及び除去食代替食献立表を確認し、アレルゲンを含む料理で、除去食・代替食対応を希望するものは <b>□</b> で囲ってください。</p>			

校長	調理場長	担当者	保護者

## 平成〇〇年〇〇月分 学校給食除去食・代替食予定献立表（例）

- ・ 飲用牛乳（アレルギー 乳）は全ての日にあるものとし、献立名には記載しない。
- ・ 除去食、代替食は表示義務の7品目に限定（そばと落花生は学校給食に使用しない方針）
- ・ 調味量等及びコンタミネーションの注意喚起表示のアレルゲンについては記載しない。
- ・ 加工品（ハム・ベーコン・かまぼこ・ちくわ等）は卵・乳不使用のものを購入

	献立名	使用食材	アレルゲン	卵除去食	乳除去食	小麦除去食	えび除去食	かに除去食	代替食
月	ごはん	米							
	さばのみそ煮	さば・しょうが・みそ・酒・みりん	さば						
	ほうれん草の和え物	ほうれん草・にんじん・しょうゆ							
	かきたま汁	鶏卵・干しいたけ・ねぎ・豆腐・白菜・かまぼこ・削り節・しょうゆ	卵 大豆	すまし汁					すまし汁にゆばを追加
火	サンドイッチロールパン	小麦・脱脂粉乳・砂糖 ショートニング	小麦 乳		食べない 持参	食べない 持参			米粉ナン
	ボイルウインナー	ウインナーソーセージ	豚肉						
	ゆできゃべつ	きゃべつ							
	トマトソース	トマト・ソース・砂糖							
	ほたて貝のホワイトシチュー	ほたて貝・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・パセリ・ルウ・生クリーム 牛乳・小麦粉	乳 小麦		コンソメ スープ	コンソメ スープ			米粉使用 豆乳使用
	オレンジ		オレンジ						

# 作業工程表 (例) (除去食対応 アレルゲン 卵・乳・小麦)

書式 5

平成 年 月 日 ( )

汚染作業

非汚染作業

アレルギー対応

卵・乳 5名無し(かぼちゃサラダ・ドレッシング無し)  
○年○組A、○年△組B  
△年○組C、△年□組D  
□年○組E

小麦 4名  
(タラでんぷんソテー)  
○年○組A、○年□組F  
△年△組G、△年□組D

献立名	担当者	8:00	8:30	9:00	9:30	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00		
くろロール 牛乳	A											
タラソテー		検収 野菜の下処理		エプロン交換 手洗い 靴履き替え		調理準備	エプロン 手袋 天板にタラをならべる		魚を焼く	パン無配膳	牛乳無配膳	
かぼちゃと チーズのサラダ	B	野菜を切る		調味準備		残留塩素 水温測定	エプロン 手洗い	温度確認 手洗い	エプロン 手洗い	手袋	野菜を茹でる・冷却 → 和える → 配食 温度確認	洗浄
コーンスープ りんごのコンポート	C	野菜の下処理			エプロン交換 手洗い 靴履き替え		調理準備	りんごのコンポート 煮る	コーンスープ 調理	配缶	配缶	洗浄
その他 りんごのコンポート タラソテー	D	野菜を切る					エプロン 手洗い	りんごのコンポート配缶	手洗い	タラソテー配缶	洗浄	

- 55 -

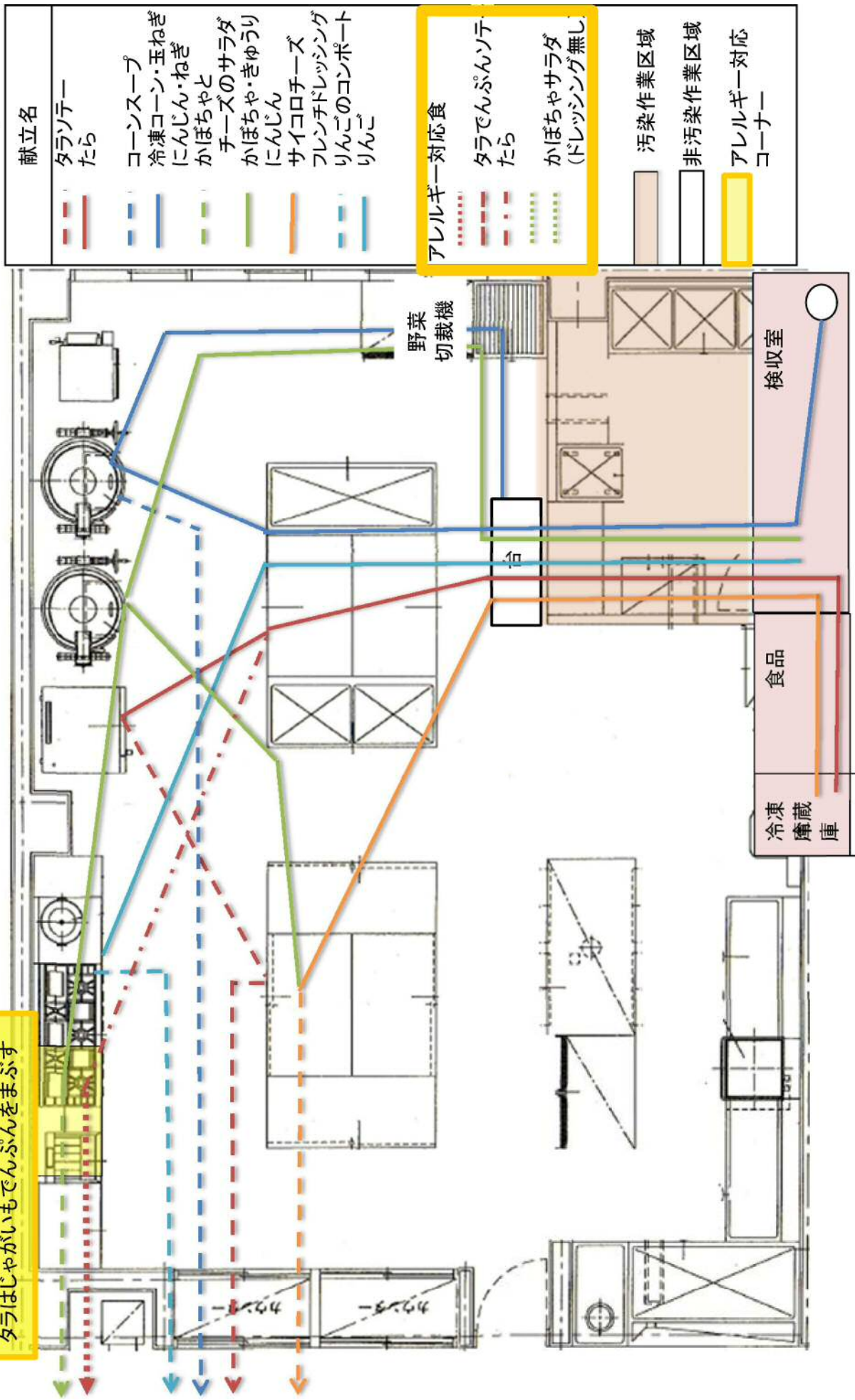
作業工程表を作成するに当たっては、献立名、担当者名、タイムスケジュール、衛生管理点が記載されていること。  
予定から変更があった場合はその事実を赤で記入する。

乳・・・牛乳・サイコロチーズ	*ドレッシング内の酢、コンソメの粉末しょうゆ
卵・・・ドレッシング	↓
小麦・・・くろロール	アレルギー指針で、酢、しょうゆ、みそなどに含まれる小麦については対応なし

# 作業動線図(例) (除去食対応 アレルゲン 卵・乳・小麦)

書式 6

ドレッシング・チーズ抜きで和える  
タラはじゃがいもでんぷんをまぶす



献立名	
---	タラソテー たら
---	コーンスープ
---	冷凍コーン・玉ねぎ にんじん・ねぎ かぼちゃと チーズのサラダ
---	かぼちゃ・きゅうり にんじん
---	サイコロチーズ
---	アレンチドレッシング
---	りんごのコンポート りんご
.....	アレルギ-対応食
---	タラでんぷんソテー たら
---	かぼちゃサラダ (ドレッシング無し)
■	汚染作業区域
□	非汚染作業区域
■	アレルギ-対応 コーナー