

令和 7 年度

食物アレルギー除去食のための

献立チェックのしおり

— 月選定分（4 月・5 月のみ使用してください） —

令和 7 年 3 月

門真市教育委員会

食品名	さば(焼)(冷)		(2025) 年・学期 (月) 分		重量(g) 40g・50g/切	
	原材料配合表(100g中)					
原材料名(由来)		産地	比率(%)	原材料名(由来)		産地
大西洋さば		ノルウェー	100			
栄養成分(100g中)		栄養成分(100g中)		栄養成分(100g中)		
成分名	栄養価	成分名	栄養価	成分名	栄養価	
エネルギー	370kcal	カルシウム	12mg	ビタミンB1	0.22mg	
たんぱく質	21.8g	マグネシウム	33mg	ビタミンB2	0.38mg	
脂質	29.3g	鉄	1.2mg	ビタミンC	0mg	
炭水化物	0.5g	亜鉛	1.1mg	食物繊維(総量)	0g	
ナトリウム	120mg	ビタミンA (レチノール活性当量)	63 μgRE	食塩相当量	0.3g	

特定原材料	上記原材料で特定の原材料を使用している場合は、●をつける。 また、同一製造ラインで特定原材料を使用した別製品を製造している場合は、▲をつける。							
	卵	乳	小麦	そば	落花生	カシューナッツ		
	あわび	いか	いくら	エビ	サケ	マカダミアナッツ		
	カニ	キウイフルーツ	牛肉	クルミ	ごま	アーモンド		
	● さば	大豆	鶏肉	豚肉	もも			
	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	オレンジ			
	コンタミネーションについて (無) ・ 有 ()							

食品名	ちりめんじゃこ				(2025)年・学期(月分)		重量(g)
原材料配合表(100g中)							
原材料名(由来)		産地	比率(%)	原材料名(由来)		産地	比率(%)
いちの稚魚		国内産	93.4				
食塩			6.6				
栄養成分(100g中)		栄養成分(100g中)			栄養成分(100g中)		
成分名	栄養価	成分名	栄養価	成分名	栄養価	成分名	栄養価
エネルギー	187 kcal	カルシウム	520 mg	ビタミンB1	0.22 mg		
たんぱく質	40.5 g	マグネシウム	30 mg	ビタミンB2	0.06 mg		
脂質	3.5 g	鉄	0.8 mg	ビタミンC	Tr mg		
炭水化物	0.5 g	亜鉛	3 mg	食物繊維(総量)	0 g		
ナトリウム	2600 mg	ビタミンA (レチノール活性当量)	240 µgRAE	食塩相当量	6.6 g		

特定原材料	上記原材料で特定の原材料を使用している場合は、●をつける。 また、同一製造ラインで特定原材料を使用した別製品を製造している場合は、▲をつける。						
	卵	乳	小麦	そば	落花生	カシューナッツ	
	あわび	いか	いくら	▲エビ	サケ	マカダミアナッツ	
	▲カニ	キウイフルーツ	牛肉	クルミ	ごま	アーモンド	
	▲さば	大豆	鶏肉	豚肉	もも		
	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	オレンジ		