令和８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（１１月・１２月のみ使用してください）―

令和８年１０月

門真市教育委員会

年　月　日提出分

食品名	ちりめんじゃこ　（2026）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(%)
いわしの雑魚	国産	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
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	130 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	2,600 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		ピスタチオ
	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)　（本製品で使用しているいわしの雑魚は、えび・かに・さばが混ざる漁法で採取しています）

2026 年　9月　8日提出分

食品名	さば(焼)(冷)	（2026　）年・学期・11-12月分	重量(g) 40g・50g

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(%)
まさば	長崎県	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	318kcal	カルシウム	10mg	ビタミンB1	0.30mg
たんぱく質	25.2g	マグネシウム	34mg	ビタミンB2	0.37mg
脂質	22.4g	鉄	1.6mg	ビタミンC	0mg
炭水化物	0.4g	亜鉛	1.4mg	食物繊維(総量)	0.0g
ナトリウム	120mg	ビタミンA (レチノール活性当量)	34μgRAE	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		ピスタチオ
	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　（　同一施設内のコンタミネーションは洗浄をもって無しとします。）