

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

—年間選定分（1年間使用してください）—

令和8年5月

門真市教育委員会

食品名	豆乳					(2026) (年) 学期・月分	重量(g) 1000g
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(%)		
国産脱皮大豆	日本	15.273					
水	日本	84.727					
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	50kcal	カルシウム	14mg	ビタミンB1		mg	
たんぱく質	4.4g	マグネシウム	24mg	ビタミンB2		mg	
脂質	2.8g	鉄	0.6mg	ビタミンC		mg	
炭水化物	1.9g	亜鉛	0.4mg	食物繊維(総量)		g	
ナトリウム	mg	ビタミンA (レチノール活性当量)	μgRAE	食塩相当量		0g	

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		パナナ		オレンジ		
コンタミネーションについて (無) ・ 有 ()											

食品名	白玉麩					(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(%)		
小麦粉	北米・豪州	48	ビタミンE	日本	0.03		
小麦たんぱく	〃	47.92					
白玉粉	日本	4					
魚曹	〃	0.05					
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	385 kcal	カルシウム	33 mg	ビタミンB1	0.16 mg		
たんぱく質	28.5 g	マグネシウム	43 mg	ビタミンB2	0.07 mg		
脂質	2.7 g	鉄	3.3 mg	ビタミンC	0 mg		
炭水化物	56.9 g	亜鉛	2.3 mg	食物繊維(総量)	3.7 g		
ナトリウム	6 mg	ビタミンA (レチノール活性当量)	0 μgRAE	食塩相当量	0.02 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		パナナ		オレンジ		
コンタミネーションについて (無) ・ 有 ()											

食品名	ゆば (冷)					(2026) 年 学期・月分	重量(g) 1000g
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(%)		
大豆	北海道他	100					
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	231kcal	カルシウム	mg	ビタミンB1	mg		
たんぱく質	21.8g	マグネシウム	mg	ビタミンB2	mg		
脂質	13.7g	鉄	mg	ビタミンC	mg		
炭水化物	4.1g	亜鉛	mg	食物繊維(総量)	g		
ナトリウム	4mg	ビタミンA (レチノール活性当量)	μgRAE	食塩相当量	0g		

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	そうめん					(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(%)		
小麦粉	日本(大分) オーストラリア	95					
塩	日本	4					
麺拭き油	カナダ オーストラリア	1					
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	342 kcal	カルシウム	mg	ビタミンB1	mg		
たんぱく質	9.4 g	マグネシウム	mg	ビタミンB2	mg		
脂質	1.8 g	鉄	mg	ビタミンC	mg		
炭水化物	72.0 g	亜鉛	mg	食物繊維(総量)	g		
ナトリウム	mg	ビタミンA (レチノール活性当量)	μgRAE	食塩相当量	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	

コンタミネーションについて (無) ・ 有 ()

食品名	もずく(冷)				(2026) (年) 学期・月分	重量(g)	1000g
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(%)		
もずく	沖縄県	100					
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	4 kcal	カルシウム	17 mg	ビタミンB1	<0.01 mg		
たんぱく質	0.4 g	マグネシウム	14 mg	ビタミンB2	0.02 mg		
脂質	<0.1 g	鉄	0.2 mg	ビタミンC	<1 mg		
炭水化物	1.6 g	亜鉛	<0.1 mg	食物繊維(総量)	1.3 g		
ナトリウム	150 mg	ビタミンA (レチノール活性当量)	18 μgRAE	食塩相当量	0.38 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	
コンタミネーションについて 無・有 () (※原材料のもずくは、えび、かにの生息する海域で採取しています。)							

食品名	ヨーグルト				(2026) (年) 学期・月分	重量(g)	70g
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(%)		
生乳 RO濃縮乳	四国	82.2					
砂糖	オーストラリア他	8.4					
スターター	フランス						
調合水		9.4					
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	101kcal	カルシウム	120mg	ビタミンB1	0.04mg		
たんぱく質	3.5g	マグネシウム	11mg	ビタミンB2	0.16mg		
脂質	3.7g	鉄	0mg	ビタミンC	1mg		
炭水化物	13.5g	亜鉛	0.4mg	食物繊維(総量)	0g		
ナトリウム	44mg	ビタミンA (レチノール活性当量)	38 μgRAE	食塩相当量	0.1g		

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	パイナップル缶		(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(%)
パイナップル	沖縄	69.7			
砂糖	タイ、オーストラリア等	9.7			
水		20.6			
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	76kcal	カルシウム	7mg	ビタミンB1	0.07mg
たんぱく質	0.4g	マグネシウム	9mg	ビタミンB2	0.01mg
脂質	0.1g	鉄	0.3mg	ビタミンC	7mg
炭水化物	20.3g	亜鉛	0.1mg	食物繊維(総量)	0.5g
ナトリウム	1mg	ビタミンA (レチノール活性当量)	1μgRAE	食塩相当量	0.0g

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 ()								