

令和 8 年度 10 月分 学校給食予定献立表（アレルギー用）

★6月分より、令和8年度アレルギー調査の結果に基づいて記載しています。表示食品が変更している部分がありますので、ご確認ください。

(変更点：魚卵、なす⇒追加)

※○印または由来する食品を記載しています。調味料欄、備考欄、注意事項も併せてご確認ください。



日曜日	こんだて	卵	乳乳製品	小麦	そば	落花生ナッツ類	大豆		ごま	鶏肉牛肉豚肉	えびかに	いかたこ	貝	魚	魚卵	野菜	そら豆	やまいもさといも	果物	キシリトール	調味料類	備考	
							大豆大豆製品	豆乳															
1	ごてんばコシヒカリごはん																						
	ぎゅうにゅう		○																				
	すき焼き風煮	鶏卵					焼き豆腐			豚肉				かつおだし(かつお)							大豆油しょうゆ		
	野菜のおかか炒め									ハム(豚肉)				かつお節(かつお)		もやし					大豆油		
	大学いも			焼きいも			焼きいも		ごま												大豆油しょうゆ		
木																							
2	ごてんばコシヒカリごはん																						
	ぎゅうにゅう		○																				
	豚肉と厚揚げのピリ辛炒め			白菜キムチ			厚揚げ白菜キムチ			豚肉				白菜キムチ(さば、かつお)		もやし	豆板醤		白菜キムチ(りんご)		大豆油しょうゆみそ中華スープ		
	ワンタンスープ			ワンタン			ワンタン		ごま	鶏肉ワンタン(豚肉)											大豆油しょうゆチンタン中華スープ		
	ぶどうゼリー																		ぶどう				
金																							
5	ごてんばコシヒカリごはん																						
	チキンカレー		脱脂粉乳							鶏肉									りんごチャツネ(りんご、デーツ)			大豆油赤ワインコンソメケチャップ中濃ソースエブリイカレールウハイグレードカレールウしょうゆ	
	ぎゅうにゅう		○																				
	コーンとほうれん草のソテー									ベーコン(豚肉)											しょうゆコンソメ		
	カリカリ大豆						大豆														大豆油	片栗粉を付けて揚げた大豆を塩で味付けします。	
月																							
6	ごてんばコシヒカリごはん																						
	ぎゅうにゅう		○																				
	焼きつくね									鶏肉豚肉＝豚脂				かつお									
	もやしのしょうが炒め								ごま油	ハム(豚肉)				かつおだし(かつお)		もやし					しょうゆ		
	親子煮	鶏卵					高野豆腐			鶏肉				なると(すけそうたら、いとよりだい)		たけのこ					大豆油しょうゆだし汁		
火																							
7	角型食パン		○	○																			
	ぎゅうにゅう		○																				
	ひよこ豆のコロッケ			○			○						貝カルシウム(ほたて)								大豆油		
	ゴメン (青菜炒め)																				大豆油	ゴメンは、アフリカ地域で食べられている青菜です。ゴメンの代わりにほうれん草を使います。	
	クックル (ターメリックスープ)		バター							鶏肉											大豆油コンソメ	クックルは、エチオピアの料理で、ターメリックを使ったスープです。	
水	コーヒーぎゅうにゅうプリン		○			コーヒー																	
8	ごてんばコシヒカリごはん																						
	ぎゅうにゅう		○																				
	かつおツナ入り厚焼き玉子	○		○			○							かつお									
	秋野菜のうま煮									鶏肉	▲さつま揚げ(えび、かに)			さつま揚げ(いとより、すけそうたら、えそ)				さといも			大豆油しょうゆだし汁みそだし汁	▲さつま揚げに使われている鶏肉には、えび、かにを食べている魚を使用しています。	
	なめこと大根のみそ汁						豆腐																
木																							

日 曜日	こんだて	卵	乳 乳製品	小麦	そば	落花生 ナッツ類	大豆		ごま	鶏肉 牛肉 豚肉	えび かに	いか たこ	貝	魚	魚卵	野菜	そら豆	やまいも さといも	果物	キシリトール	調味料類	備考
							大豆 大豆製品	豆乳														
9	ねじり型パン		○	○																		
	ぎゅうにゅう		○																			
	ミラノ風白身魚フライ		○	○										ホキ							大豆油	
	パンネの豆乳クリーム ソース		粉チーズ	マカロニ				○		ベーコン(豚肉)											白ワイン ベシヤメルソース	
	ミネストローネ									鶏肉						セロリー トマト					白ワイン トマトピューレ フィヨン コンソメ	
金	ブルーベリーゼリー																		ブルーベリー			
13	ごてんばコシヒカリごはん																					
	ぎゅうにゅう		○																			
	焼きさばのごまみそがけ								ごま					さば							しょうゆ みそ	
	もやしの塩だれ和え								ごま ごま油							もやし					しょうゆ	
	さといものみそ汁						豆腐 油揚げ											さといも			みそ だし汁	
火																						
14	ごてんばコシヒカリごはん																					
	ハヤシライスソース		生クリーム	デミグラスソース				デミグラスソース		豚肉 デミグラスソース (鶏肉、豚肉)						デミグラスソース (トマト)					大豆油 しょうゆ トマトピューレ コンソメ ハヤシフレーク ウスターソース 赤ワイン デミグラスソース (赤ワイン)	
	ぎゅうにゅう		○																			
	ベーコンと野菜のソテー									ベーコン(豚肉)											しょうゆ	
	手作りりんごカスタード パイ	カスタード クリーム	パイシート カスタード クリーム	パイシート				パイシート カスタードクリーム												りんご		
水																						
15	ごてんばコシヒカリごはん																					
	ぎゅうにゅう		○																			
	揚げ出し豆腐の肉みそがけ			揚げ出し豆腐				揚げ出し豆腐		鶏肉											大豆油 みそ	
	りっちゃんのサラダ			塩昆布 ドレッシング				塩昆布 ドレッシング		ドレッシング (鶏肉、豚肉)				ドレッシング (かつお、魚骨)		きゅうり			ドレッシング (りんご、梅)			野菜と塩昆布をドレッシングで和えま す。
	秋の味覚汁								ごま油	豚肉											大豆油 しょうゆ だし汁	
木																						
16	メロンパン 【小学校】	○	○	○				○														小学校のみメロンパンです。パンにメ ロンパンの生地をのせて焼いたもの です。
	揚げパン 【中学校】		○	○																	大豆油	中学校のみ揚げパンです。ロールパ ンを揚げて、きび砂糖をまぶします。
	ぎゅうにゅう		○																			
	グヤーシュ (パプリカのスープ)		バター							豚肉						トマト					大豆油 赤ワイン フィヨン コンソメ	グヤーシュはハンガリー料理で、肉と 野菜を煮込み、パプリカパウダーを 使ったスープです。
	野菜サラダ	ドレッシング						ドレッシング												ドレッシング (レモン)		
金	りんごゼリー																		りんご			
19	ごてんばコシヒカリごはん																					
	ぎゅうにゅう		○																			
	マーボー豆腐							赤だしみそ 豆腐	ごま油	豚肉				赤だしみそ (かつお)		たけのこ	豆板醤				大豆油 しょうゆ みそ 中華スープ	
	コーンシュウマイ			○				○		豚肉				すけそうたら								
月	フルーツ杏仁	杏仁豆腐	杏仁豆腐																みかん パイ 黄桃 杏仁豆腐(あんず)			みかん、パイ、黄桃、カット杏仁豆 腐を和えます。

日曜日	こんだて	卵	乳乳製品	小麦	そば	落花生 ナッツ類	大豆		ごま	鶏肉 牛肉 豚肉	えび かに	いか たこ	貝	魚	魚卵	野菜	そら豆	やまいち さといも	果物	キシリトール	調味料類	備考
							大豆 大豆製品	豆乳														
20	ごてんばコシヒカリごはん																					
	ぎゅうにゅう		○																			
	鶏肉とさつまいもの揚げ煮						枝豆			鶏肉											大豆油 しょうゆ ケチャップ	
	おかかたくあん								ごま油					かつお節(かつお)					たくあん(梅)			
	けんちん汁						豆腐		ごま油									さといも			しょうゆ だし汁	
火																						
21	黒糖入り角型食パン		○	○																		
	ぎゅうにゅう		○																			
	鶏肉のハニーマスタード焼き						マヨネーズ マスタード			鶏肉									マスタード (レモン、ぶどう)		白ワイン	鶏肉をノンエッグマヨネーズ、はちみつ、マスタードなどに漬け込んで焼きます。
	もやしのガーリックソテー													きはだまぐろ		もやし					大豆油 しょうゆ コンソメ	
	ポトフ									カクテルウインナー (鶏肉、豚肉＝豚脂)						セロリー					大豆油 しょうゆ ブイヨン スープストック 白ワイン	
水																						
22	ごてんばコシヒカリごはん																					
	ぎゅうにゅう		○																			
	さといものそぼろ煮									豚肉				かつおだし(かつお)				さといも			大豆油 しょうゆ	
	海藻サラダ			ドレッシング			ドレッシング			ドレッシング (鶏肉、豚肉)		ドレッシング (ほたて)	ドレッシング (かつお、まぐろ、魚醤)						ドレッシング(りんご、梅、レモン)			
	大根のみそ汁						豆腐 油揚げ														みそ だし汁	
木	お茶クリーム大福		○				○															
26	うどん			○	▲																	▲麵工場では、【そば】も製造しています。
	肉うどんつゆ									豚肉											大豆油 しょうゆ だし汁	
	ぎゅうにゅう		○																			
	ひじきと大豆の炒り煮						大豆 ちくわ			鶏肉	▲ちくわ (えび、かに)			ちくわ(すけそうたら、いとより、えそ、たちうお)							大豆油 しょうゆ だし汁	▲ちくわの鶏肉には、えび、かにを食べている魚を使用しています。
	お茶ポテト																				大豆油	素揚げしたじゃがいもを、塩と緑茶で味付けします。
月																						
27	ごてんばコシヒカリごはん																					
	ビビンバの具(肉炒め)			白菜キムチ			白菜キムチ			豚肉				白菜キムチ (さば、かつお)					白菜キムチ (りんご)		大豆油 しょうゆ みそ	
	ビビンバの具(ナムル)			ドレッシング			ドレッシング		ドレッシング	ドレッシング (鶏肉、豚肉)				ドレッシング (かつお、魚醤)		もやし						
	ビビンバの具(錦糸玉子)	○					○															
	ぎゅうにゅう		○																			
火	わかめスープ						豆腐 ねぎ油							かまぼこ (すけそうたら、えそ、ぐち)							しょうゆ デシタン 中華スープ	
28	山型食パン		○	○																		
	ぎゅうにゅう		○																			
	サーモンフライ			○			○							さけ							大豆油	
	グリーンサラダ	ドレッシング					枝豆 ドレッシング									きゅうり			ドレッシング (レモン)			
	かぼちゃのスープ		牛乳 脱脂粉乳 生クリーム																		大豆油 スープストック ブイヨン ベシヤメルソース	栗のゼリーです。
水	とうめいゼリー																	栗				
29	ごてんばコシヒカリごはん																					
	とりたまそぼろ	炒り玉子		炒り玉子			枝豆 炒り玉子			鶏肉				炒り玉子(かつお)							大豆油 しょうゆ	
	ぎゅうにゅう		○																			
	さつまいもコロッケ			○			○						貝カルシウム (ほたて)								大豆油	
	野菜のみそ汁						豆腐 油揚げ														みそ だし汁	
木																						

日 曜日	こんだて	卵	乳 乳製品	小麦	そば	落花生 ナッツ類	大豆		ごま	鶏肉 牛肉 豚肉	えび かに	いか たこ	貝	魚	魚卵	野菜	そら豆	やまいも さといも	果物	キシリトール	調味料類	備考
							大豆 大豆製品	豆乳														
30	ごてんばコシヒカリごはん																					
	ぎゅうにゅう		○																			
	かぼちゃ型ハンバーグ						ハンバーグ			ハンバーグ (鶏肉、豚肉)						ハンバーグ(トマト)			りんご、レモン		しょうゆ 白ワイン	
	まめまめサラダ	ドレッシング		ドレッシング			大豆 枝豆 ドレッシング		ドレッシング										ドレッシング (みかん)			
	かぶのスープ									鶏肉											大豆油 しょうゆ 白ワイン ブイヨン スープストック	
金	ハロウィンデザート						○	○														パンプキンパイロアの上に絞った豆乳クリームがのったデザートです。

【アレルギー献立表についての注意事項】 必ずお読みください。
 貝:貝全般について表示します。
 魚:魚全般について表示します。
 魚卵:魚卵全般について表示します。
 野菜:トマト、もやし、きゅうり、セロリー、たけのこ、山菜、**なす**について表示します。
 果物:果物全般について表示します。

・よく使用する調味料類については、下記の表の原材料を使用しています。これらの食品については、各項目への○印の表示はしていません。使用の際は、調味料類欄に記入してありますのでご確認ください。

だし汁	さば、いわし かつお、むろあじ まぐろ	とりがらスープ	鶏肉	しょうゆ	小麦、大豆	赤ワイン・白ワイン	ぶどう	ベシャメルソース	乳、小麦、大豆 ほたて
ブイヨン	鶏肉、セロリー	コンソメ	鶏肉、豚肉、かつお、魚醤 トマト、セロリー、みかん	みそ	大豆	中濃ソース	トマト	エブリイカレールウ	小麦、大豆
パイタン	大豆、鶏肉、豚肉	スープストック	大豆、鶏肉、豚肉、トマト セロリー、ぶどう	ケチャップ トマトピューレ	トマト	ｸﾞﾗｽ付 中濃ソース	大豆、トマト、りんご、ぶどう	ハイクレードカレールウ	乳、小麦、大豆、豚肉、トマト ココナッツ
チンタン	鶏肉、豚肉	中華スープ	大豆、ごま、鶏肉、豚肉 かつお、魚醤、トマト	クッキングトマトソース	豚肉、トマト	ウスターソース	トマト	ハヤシフレーク	小麦、大豆 トマト

- 給食センターでは、油は大豆油を使用しています。
 - 揚げ油は、使用後はろ過し、足りない分は次回継ぎ足して使用しています。汚れ具合を見て廃油にしています。次の揚げ物も、同じ油を使用しますので、重度のアレルギーの方は、前回の揚げ物の内容にご注意ください。
 - 麺類は、そばが原材料には入りませんが、同じ工場ですばを使用した製品を製造しています。麺類はそばが混入する可能性もあるので、重度のそばアレルギーの方は避けてください。
 - パンや麺類は、たまごが原材料には入りませんが、製造工場ではたまごを使用した製品を製造しています。
 - 魚介エキ스가調味料や加工食品に含まれているものもあります。詳しくはお問い合わせください。
 - この献立表は、食品の原材料として使用しているアレルギー物質のみ記載してあります。（食品の製造過程で使用されているアレルギー物質については、特に記載していません。）
 - 給食センターでは、現在、除去食等の提供はしておりません。すべての食材を同じ調理場内で取り扱っていますので、重度のアレルギーの方はご注意ください。
 - アレルギー物質が原材料に入らなくても、同じ工場アレルギー物質を含む製品を製造している場合があります。献立表には特に記載していませんので、重度のアレルギーの方は、お問い合わせください。
 - この献立表は、コンタミ(※)については特に表示していません。
 ※コンタミ:コンタミネーションの略で、原材料には使用していないが、食物アレルギーとなる食材が、意図せず、ごく微量に混入してしまうこと。
 - 練り製品に使用している魚肉すり身は、時期や原料事情により魚種が変わる可能性があります。
- ★ 詳しくは南学校給食センター（0550-78-6689）までお問い合わせください。