令和 8 年度　11 月分　学校給食予定献立表（アレルギー用）

★11月分より、調味料の表に「炒め油・サラダ油」を追加しました。ご確認ください。
（※揚げ油については、該当するアレルギー項目がないため、記載していません。）
※〇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														
2 月	ごてんぱコシヒカリごはん																					
	ポークカレー		脱脂粉乳							豚肉									りんご チャツネ （りんご、デーツ）		炒め油 赤ワイン コンソメ ケチャップ 中濃ソース エブリィカレールウ ハイグレードカレールウ しょうゆ	
	ぎゅうにゅう		○																			
	フレンチサラダ																		ドレッシング （レモン）			
	かみかみポテト						大豆				▲かたくちいわし （えび、かに）			かたくちいわし							しょうゆ	▲かたくちいわしは、いわし以外の海産物（えび、かにを含む）が混じる漁法で採取しています。 さつまいもと片栗粉を付けた大豆を揚げ、焼いたかたくちいわしと一緒に甘じょっぱいたれで和えます。
4 水	角型食パン		○	○																		
	ぎゅうにゅう		○																			
	オムレツのトマトソース	オムレツ														トマト					トマトピューレ 中濃ソース スープストック	
	ツナとマカロニのソテー			マカロニ										きはだまぐろ							コンソメ	
	キャロットポタージュ		牛乳 脱脂粉乳 生クリーム							ベーコン（豚肉）											炒め油 ブイヨン スープストック 白ワイン ベシャメルソース	
5 木	ごてんぱコシヒカリごはん																					
	ぎゅうにゅう		○																			
	キャベツ入りメンチカツ			○			○			豚肉、鶏肉												
	れんこんのきんぴら						枝豆		ごま ごま油	豚肉											炒め油 しょうゆ	
	豆腐とわかめのみそ汁						豆腐 油揚げ														だし汁 みそ	
6 金	りんごチップ入りロールパン		○	○															りんご			
	ぎゅうにゅう		○																			
	いかのマリネ											いか										
	コーンとほうれん草のソテー																				しょうゆ コンソメ	
	ポトフ									鶏肉 カクテルウインナー （鶏肉、豚肉＝豚脂）											炒め油 ブイヨン スープストック 白ワイン しょうゆ	
9 月	中華めん			○	▲																	▲麺工場では、【そば】も製造しています。
	しょうゆラーメンスープ			煮豚			煮豚 ねぎ油			豚肉 煮豚（豚肉）				なると（すけそうたら、 いとよりだい）							炒め油 とりがらスープ 中華スープ しょうゆ	
	ぎゅうにゅう		○																			
	春巻き			○			○			豚肉												
	もやしの中華炒め								ごま油	ハム（豚肉）						もやし					中華スープ しょうゆ	

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 大豆 大豆製品	大豆 豆乳	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
10 火	ごてんぱコシヒカリごはん																					
	手作り水かけ菜ふりかけ			水かけ菜ふりかけ			水かけ菜ふりかけ		ごま		▲ちりめんじゃこ （えび、かに）	▲ちりめん じゃこ（いか）		ちりめんじゃこ （かたくちいわし、 まいわし） ▲ちりめんじゃこ（さば）					ゆかりふりかけ （梅）			▲ちりめんじゃこは、えび、かに、さば、いかを混獲する可能性のある漁法で漁獲しています。 水かけ菜ふりかけ、ちりめんじゃこ、ゆかりふりかけ、ごまを炒め合わせます。
	ぎゅうにゅう		○																			
	ゴテンバポークのすき焼き風煮	鶏卵					焼き豆腐			豚肉				かつおだし（かつお）							炒め油 しょうゆ	
	ひじき和え			しそ味ひじき			しそ味ひじき															
11 水	ごてんぱコシヒカリごはん																					
	ぎゅうにゅう		○																			
	鶏肉のから揚げわさびソース			小麦粉						鶏肉											しょうゆ	
	野菜の磯和え										▲のり （えび、かに）					もやし					しょうゆ	▲のりに使用している原藻はえび、かにが生息する海域で採取しています。
	リーフレタスのかきたま汁	鶏卵					豆腐														だし汁 しょうゆ	
12 木	ごてんぱコシヒカリごはん																					
	ぎゅうにゅう		○																			
	黒はんぺんのお茶フライ			○			○						ほたて	さば いわし たら えそ ほっけ すけそうたら								
	大根と厚揚げのそぼろ煮						厚揚げ			鶏肉											炒め油 だし汁 しょうゆ	
	さつまいものみそ汁						豆腐 油揚げ														だし汁 みそ	
13 金	ロールパン		○	○																		
	いちごジャム																		いちご			
	ぎゅうにゅう		○																			
	秋野菜のシチュー		つくね 牛乳 脱脂粉乳 生クリーム	つくね			つくね			つくね（鶏肉）											炒め油 白ワイン ベシャメルソース コンソメ	
	御殿場ハムと野菜のコロコロソテー									ハム（豚肉）											炒め油 しょうゆ	
	フルーツのゼリー和え																		みかん パインアップル 黄桃 ぶどうゼリー （ぶどう）			
16 月	さんまめし																					
	・さくらごはん			○			○							かつお								しょうゆ味のごはんです。
	・さんまの生姜煮			○			○							さんま								さくらごはんの上に、さんまの生姜煮をのせて混ぜ、セルフでさんまめしにして食べます。
	ぎゅうにゅう		○																			
	茎わかめのきんぴら									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）							炒め油 だし汁 しょうゆ	▲さつま揚げの魚肉には、えび、かにを食べている魚を使用しています。
	キャベツと豚肉のみそ汁						豆腐			豚肉											炒め油 だし汁 みそ	
17 火	ごてんぱコシヒカリごはん																					
	ぎゅうにゅう		○																			
	鶏肉のお茶パン粉焼き			パン粉			マヨネーズ パン粉			鶏肉												下味にノンエッグのマヨネーズを使用しています。
	もやしのごま酢和え								ごま ごま油							もやし					しょうゆ	
	ピリ辛みそ汁						豆腐 キムチのもと									キムチのもと （トマト）		さといも	キムチのもと （りんご）		だし汁 みそ	
	抹茶玄米まんじゅう																					

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 大豆製品	大豆 豆乳	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
18	角型食パン		○	○																		
	ぎゅうにゅう		○																			
	デミグラスハンバーグ		バター	デミグラスソース			ハンバーグ デミグラスソース			ハンバーグ （鶏肉、豚肉） デミグラスソース （鶏肉、豚肉）						ハンバーグ （トマト） デミグラスソース （トマト）					デミグラスソース （赤ワイン） ケチャップ ウスターソース 赤ワイン	
	ツナと野菜のソテー													きはだまぐろ		もやし					コンソメ しょうゆ	
	大麦のミネストローネ									鶏肉 ベーコン（豚肉）						セロリ トマト					白ワイン トマトピューレ ブイヨン コンソメ	
水																						
19	ごてんばコシヒカリごはん																					
	ぎゅうにゅう		○																			
	肉みそおでん（おでん）	うずら卵					がんもどき			豚肉	▲こんぶ （えび、かに）			ちくわ（すけそうたら、 いとよりだい）				さといも			炒め油 とりがらスープ しょうゆ だし汁	▲こんぶは、えび、かにが付着する漁法で採取しています。
	肉みそおでん（肉みそ）									鶏肉											炒め油 みそ	
	キャベツとコーンの和え物																				サラダ油 しょうゆ	
木	みかん																		みかん			
20	緑茶粉入りねじり型パン		○	○																		
	ぎゅうにゅう		○																			
	レモンかじきカツ	○		○			○							くろかじき					レモン			
	ポテトポテトサラダ	ドレッシング					マヨネーズ ドレッシング									きゅうり			ドレッシング （レモン）			じゃがいも、さつまいも、野菜をノンエッグマヨネーズとドレッシングで和えます。
	きのこのクリームスープ		牛乳 生クリーム							鶏肉											炒め油 白ワイン ブイヨン ベシャメルソース スープストック	
金																						
24	ごてんばコシヒカリごはん																					
	ぎゅうにゅう		○																			
	揚げさばのねぎみそがけ													さば							しょうゆ みそ	
	五目煮豆						大豆			鶏肉				かつおだし（かつお） かつおだし汁 （かつお、まぐろ）							炒め油 しょうゆ	
	秋のすまし汁						豆腐							かつおだし汁 （かつお、まぐろ） もみじかまぼこ、いちょうかまぼこ（すけそうたら）							しょうゆ	もみじといちょうの形をしたかまぼこが入ったすまし汁です。だし汁がいつもと違い、かつおと昆布でとっただし汁を使います。
火																						
25	山型食パン		○	○																		
	チョコクリーム		○			カカオ																
	ぎゅうにゅう		○																			
	かにクリームコロッケ		○	○			○			豚肉＝ゼラチン	かに オキアミ											
	枝豆とコーンのソテー						枝豆			ウインナー（豚肉）											炒め油 しょうゆ	
水	白菜と肉団子のスープ			肉団子			肉団子			肉団子（鶏肉）											炒め油 ブイヨン コンソメ しょうゆ	

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 大豆 大豆製品	大豆 豆乳	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
	ごてんばコシヒカリごはん																					
	ごてんばこめこハヤシ					ハヤシルウ （カカオ）				豚肉						トマト ハヤシルウ（トマト）					ケチャップ	
26	緑茶																					
	キャベツのソテー									ベーコン（豚肉）												
	さつまいもと栗のタルト					栗		○														
木																						
	ごてんばコシヒカリごはん																					
	肉丼の具									豚肉											炒め油 だし汁 しょうゆ	
27	ぎゅうにゅう		○																			
	野菜の塩ダレ和え								ごま ごま油							もやし					しょうゆ	
	大根のみそ汁						豆腐 油揚げ											さといも			みそ だし汁	
金																						
	ごてんばコシヒカリごはん																					
	ぎゅうにゅう		○																			
30	マーボー大根			テンメンジャン			ひきわり大豆 豆腐 テンメンジャン		ごま油	豚肉						たけのこ	豆板醤				炒め油 みそ しょうゆ パイタン	
	揚げパオズ			○			○		○	豚肉、鶏肉			かき									
	もやしとにらの生姜炒め								ごま油	ベーコン（豚肉）						もやし					しょうゆ 中華スープ	
月																						

【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、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	コンソメ	鶏肉、豚肉、かつお、魚醤 トマト、セロリ、みかん	みそ	大豆	中濃ソース	トマト	エブリィカレールウ	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、ぶどう	ケチャップ トマトピューレ	トマト	ｸﾗｽ付　中濃ｿｰｽ	大豆、トマト、りんご、ぶどう	ハイグレードカレールウ	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
炒め油 サラダ油	大豆								

・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、同じ工場でそ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。
・魚介エキスが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、同じ工場で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。

