令和8年度11月分中学校アレルギー表示献立表

中学校　　年　　組　　さん

除去対応	卵	乳	小麦	えび

特定原材料等
表示義務
任意表示

【保護者から学校への連絡欄】

除去食の有無を確認しました。4品目(卵、乳、小麦、えび)以外で食べられないものがある場合は、その食品名と料理名に赤ペンで×を記入しました。食べられる食品名と料理名には赤ペンで〇を記入しました。

月　　日　保護者氏名

【学校から保護者への連絡欄】

両面ご確認ください

詳細は、封筒の裏面**「アレルギー表示献立表の記入・確認方法」**をご覧ください。
コンタミ欄の△は、別紙**「アレルギー表示一覧表」**をご覧ください。
※分量の単位はgです。パンは小麦粉の分量です。
※揚げ油には米白絞油を使用し同じ油を複数回使うことがあります。
※「卵・乳・小麦・えび」のうち除去対応しないアレルギー表示には着色していません。
例）しょうゆ（小麦）

岸和田市教育委員会

★「アレルギー情報」はこちら　岸和田市 中学校 給食献立 検索

11月2日(月)

牛乳
ごはん
魚庭の海のしらす入りかき揚げ
豚肉と野菜のみそ炒め
肉吸い

食品名	分量	アレルギー表示(28品目)				コンタミ
【牛乳】	206	乳				
【ごはん】						
米	95					
【魚庭の海のしらす入りかき揚げ】						
しらすのかき揚げ	40	小麦				△
揚げ油(米白絞油)	8					
【豚肉と野菜のみそ炒め】						
豚肉	20	豚肉				
にんじん	10					
キャベツ	30					
たまねぎ	20					
太もやし	10					
赤みそ	3	大豆				
濃口しょうゆ	2	大豆	小麦			△
砂糖	0.8					
片栗粉	0.5					
【肉吸い】						
牛肉	20	牛肉				
砂糖	2					
濃口しょうゆ	2	大豆	小麦			△
豆腐(冷凍)	20	大豆				
たまねぎ	20					
青ねぎ	5					
削りぶし	3	さば				
だし昆布(パック)	0.5					
淡口しょうゆ	4.5	大豆	小麦			△
みりん	2.5	小麦				△

11月4日(水)

牛乳
コッペパン
焼きソーセージ
かぼちゃとさつまいもの温サラダ
コーンスープ

食品名	分量	アレルギー表示(28品目)				コンタミ
【牛乳】	206	乳				
【コッペパン】	75	小麦				△
【焼きソーセージ】						
フランクフルトソーセージ	40	豚肉				△
【かぼちゃとさつまいもの温サラダ】						
ベーコン	5	豚肉				△
かぼちゃ(角・冷凍)	15					
さつまいも	20					
食塩	0.1					
こしょう	0.01					
【コーンスープ】						
鶏肉	10	鶏肉				
たまねぎ	30					
にんじん	10					
ホールコーン(冷凍)	15					
パセリ(乾燥)	0.03					
野菜ブイヨン	0.3					
クリームコーン(レトルト)	40					
乳・小麦なしホワイトルウ	7					△
食塩	0.3					
こしょう	0.01					

11月5日(木)

牛乳
ごはん
ココア牛乳の素
シシュ・ケバブ
【除去食／乳】シシュ・ケバブ
キャベツときゅうりのサラダ
鶏肉団子ときのこのスープ

食品名	分量	アレルギー表示(28品目)				コンタミ
【牛乳】	206	乳				
【ごはん】						
米	95					
【ココア牛乳の素】	8	大豆				
【シシュ・ケバブ】						
鶏肉	60	鶏肉				
調理用ヨーグルト	3	乳				△
たまねぎ	20					
オリーブオイル	0.1					
カレー粉	0.2					
ケチャップ	7					△
とうがらし粉	0.01					△
食塩	0.3					
こしょう	0.02					
【キャベツときゅうりのサラダ】						
キャベツ	30					
きゅうり	10					
調理用フレンチドレッシング	3					
調理用卵なしマヨネーズ	2					
粗塩	0.1					
こしょう	0.01					
【鶏肉団子ときのこのスープ】						
鶏肉団子(小)	25	大豆	鶏肉			△
にんじん	10					
たまねぎ	25					
えのきたけ	7					
にら	3					
野菜ブイヨン	0.6					
淡口しょうゆ	3	大豆	小麦			△
粗塩	0.1					
こしょう	0.01					

11月6日(金)

牛乳
玄米ごはん
鮭の塩焼き
豚バラ大根
白玉みそ汁

食品名	分量	アレルギー表示(28品目)				コンタミ
【牛乳】	206	乳				
【玄米ごはん】						
米	77					
もち玄米	18					
【鮭の塩焼き】						
塩トラウトサーモン(冷凍)	60	さけ				△
【豚バラ大根】						
豚肉	20	豚肉				
おろししょうが	0.3					
大根	60					
削りぶし	1	さば				
砂糖	1.5					
濃口しょうゆ	3	大豆	小麦			△
みりん	1	小麦				△
【白玉みそ汁】						
油揚げ(冷凍)	5	大豆				
にんじん	10					
たまねぎ	15					
さといも(カット・冷凍)	25					
白玉もち(冷凍)	20					△
青ねぎ	5					
削りぶし	3	さば				
赤みそ	7.8	大豆				
白みそ	4	大豆				

11月9日(月)

牛乳
ごはん
焼きししゃも
わかめときゅうりの酢の物
すき焼き風煮

食品名	分量	アレルギー表示(28品目)				コンタミ
【牛乳】	206	乳				
【ごはん】						
米	95					
【焼きししゃも】						
ししゃも(冷凍)	40					△
【わかめときゅうりの酢の物】						
カットわかめ	0.4					
きゅうり	20					
酢	3.5					△
淡口しょうゆ	1.2	大豆	小麦			△
砂糖	2.2					
【すき焼き風煮】						
牛肉	25	牛肉				
たまねぎ	35					
糸こんにゃく	25					
はくさい	45					
焼き豆腐(冷凍)	40	大豆	ゼラチン			
白ねぎ	12					
えのきたけ	6					
きくな	8					
砂糖	5					
料理酒	1	小麦				△
濃口しょうゆ	9	大豆	小麦			△

11月10日(火)

飲むヨーグルト
ごはん
揚げたこ焼き
中濃ソース　＊組1本
キムチ炒め
ビーフンスープ

食品名	分量	アレルギー表示(28品目)				コンタミ
【飲むヨーグルト】	193	乳				
【ごはん】						
米	95					
【揚げたこ焼き】						
米粉たこ焼き	40	大豆				△
揚げ油(米白絞油)	2					
【中濃ソース】	5					
【キムチ炒め】						
豚肉	25	豚肉				
キャベツ	40					
太もやし	20					
にら	5					
キムチの素	2.7	大豆				△
濃口しょうゆ	2.2	大豆	小麦			△
砂糖	0.4					
片栗粉	0.5					
【ビーフンスープ】						
焼豚	7	大豆	豚肉	小麦		△
おろししょうが	0.5					
にんじん	10					
たまねぎ	20					
チンゲンサイ	15					
ビーフン(給食用)	6					
野菜ブイヨン	0.6					
淡口しょうゆ	3.5	大豆	小麦			△
粗塩	0.1					
こしょう	0.01					

11月11日(水)

牛乳
黒糖パン
黒鯛のガーリックソースかけ
ブロッコリーの彩りサラダ
ミネストローネ

食品名	分量	アレルギー表示(28品目)				コンタミ
【牛乳】	206	乳				
【黒糖パン】	75	小麦				△
【黒鯛のガーリックソースかけ】						
くろだい(角・冷凍)	50					△
おろしにんにく	0.4					
米サラダ油	0.8					
オリーブオイル	0.7					
料理酒	3	小麦				△
食塩	0.25					
黒こしょう(粗挽き)	0.01					
【ブロッコリーの彩りサラダ】						
ブロッコリー	20					
食塩	0.12					
にんじん	10					
ホールコーン(レトルト)	10					
調理用卵なしマヨネーズ	5					
粗塩	0.2					
こしょう	0.01					
【ミネストローネ】						
ベーコン	10	豚肉				△
にんじん	10					
たまねぎ	25					
じゃがいも	20					
トマト水煮	30					
米粉マカロニ(星型)	5					△
野菜ブイヨン	0.6					
淡口しょうゆ	2.5	大豆	小麦			△
粗塩	0.1					
こしょう	0.01					
オリーブオイル	0.2					

11月12日(木)

牛乳
ごはん
だし巻き卵・おろししょうゆかけ
きんぴらごぼう
油揚げとさつまいものみそ汁

食品名	分量	アレルギー表示(28品目)				コンタミ
【牛乳】	206	乳				
【ごはん】						
米	95					
【だし巻き卵・おろししょうゆかけ】						
だし巻き卵	50	卵				△
大根おろし(冷凍)	7					
濃口しょうゆ	2	大豆	小麦			△
【きんぴらごぼう】						
豚肉	10	豚肉				
米サラダ油	0.2					
ごぼう	20					
にんじん	10					
つきこんにゃく	15					
砂糖	1.5					
みりん	1	小麦				△
濃口しょうゆ	2.7	大豆	小麦			△
白ごま	1	ごま				
【油揚げとさつまいものみそ汁】						
油揚げ(冷凍)	5	大豆				
にんじん	10					
さつまいも	30					
たまねぎ	20					
青ねぎ	5					
削りぶし	3	さば				
赤みそ	10	大豆				

11月13日(金)

牛乳
ごはん
ポークカレーライスの具
えびフライ
キャベツとにんじんの温サラダ
たまねぎドレッシング　＊組1本

食品名	分量	アレルギー表示(28品目)				コンタミ
【牛乳】	206	乳				
【ごはん】						
米	105					
【ポークカレーライスの具】						
豚肉	25	豚肉				
おろししょうが	0.7					
おろしにんにく	0.5					
たまねぎ	50					
にんじん	20					
じゃがいも	50					
乳・小麦なしカレールウ	12.5					△
カレー粉	0.03					
野菜ブイヨン	0.2					
昆布パウダー	0.03					
ケチャップ	3					△
ウスターソース	1.5					△
濃口しょうゆ	1	大豆	小麦			△
濃厚ソース	1					△
食塩	0.1					
こしょう	0.01					
【えびフライ】						
えびフライ	40	小麦	えび	大豆		△
揚げ油(米白絞油)	6					
【キャベツとにんじんの温サラダ】						
キャベツ	35					
にんじん	5					
【たまねぎドレッシング】	7.5					

11月16日(月)

牛乳
ごはん
ほっけのみりん干し
きゅうりの塩昆布和え
豚じゃが

食品名	分量	アレルギー表示(28品目)				コンタミ
【牛乳】	206	乳				
【ごはん】						
米	95					
【ほっけのみりん干し】						
ほっけの干物(味付け)	50	大豆	小麦			
【きゅうりの塩昆布和え】						
きゅうり	30					
塩昆布	1.7	大豆	小麦			
ごま油	0.3	ごま				
白ごま	0.7	ごま				
【豚じゃが】						
豚肉	25	豚肉				
たまねぎ	45					
にんじん	25					
じゃがいも	60					
糸こんにゃく	25					
削りぶし	1.5	さば				
砂糖	3					
みりん	1.5	小麦				△
濃口しょうゆ	7.5	大豆	小麦			△

中学校HP用

11月17日（火）

- 牛乳
- ごはん
- ハンバーグ・和風ソースかけ
- 五目豆
- 厚揚げのみそ汁

食品名	分量	アレルギー表示(28品目)				コンタミ
【牛乳】	206	乳				
【ごはん】						
米	95					
【ハンバーグ・和風ソースかけ】						
ハンバーグ	60	鶏肉	豚肉			△
青ねぎ	3					
おろししょうが	0.3					
おろしにんにく	0.3					
濃口しょうゆ	3	大豆	小麦			△
砂糖	1.2					
片栗粉	0.3					
【五目豆】						
鶏肉	7	鶏肉				
にんじん	7					
ごぼう	7					
大豆（冷凍）	20	大豆				
つきこんにゃく	7					
細切り昆布	0.2					
砂糖	0.2					
みりん	1	小麦				△
濃口しょうゆ	2.5	大豆	小麦			△
【厚揚げのみそ汁】						
厚揚げ（小・冷凍）	20	大豆				
にんじん	10					
たまねぎ	25					
太もやし	10					
カットわかめ	0.3					
削りぶし	3	さば				
赤みそ	7.8	大豆				
白みそ	4	大豆				

11月18日（水）

- 牛乳
- コッペパン
- チョコレートスプレッド
- ハムステーキ
- ベーコンと小松菜のソテー
- 白菜のクリーム煮
- 【除去食／乳】白菜のクリーム煮

食品名	分量	アレルギー表示(28品目)				コンタミ
【牛乳】	206	乳				
【コッペパン】	75	小麦				△
【チョコレートスプレッド】	15	小麦	大豆			
【ハムステーキ】						
ボロニアハム	50	鶏肉	豚肉			△
【ベーコンと小松菜のソテー】						
ベーコン	10	豚肉				△
小松菜	25					
食塩	0.2					
こしょう	0.01					
片栗粉	0.3					
【白菜のクリーム煮】						
鶏肉	15	鶏肉				
米サラダ油	0.2					
にんじん	15					
たまねぎ	25					
ぶなしめじ	7					
はくさい	50					
じゃがいも	30					
野菜ブイヨン	0.2					
乳・小麦なしホワイトルウ	11					△
牛乳	20	乳				
粉チーズ	3	乳				
食塩	0.2					
こしょう	0.01					

11月19日（木）

- 飲むヨーグルト
- ごはん
- 鰆の竜田揚げ
- ホイコーロー
- 中華スープ

食品名	分量	アレルギー表示(28品目)				コンタミ
【飲むヨーグルト】	193	乳				
【ごはん】						
米	95					
【鰆の竜田揚げ】						
さわらの竜田揚げ	60	大豆	小麦			△
揚げ油（米白絞油）	4.2					
【ホイコーロー】						
豚肉	25	豚肉				
おろしにんにく	0.2					
にんじん	8					
たまねぎ	15					
キャベツ	35					
ピーマン	5					
赤みそ	1.5	大豆				
トウバンジャン	0.1					
テンメンジャン	2.5	大豆	小麦			
濃口しょうゆ	2	大豆	小麦			△
片栗粉	0.5					
【中華スープ】						
焼豚	10	大豆	豚肉	小麦		△
にんじん	10					
たまねぎ	30					
えのきたけ	7					
にら	5					
野菜ブイヨン	0.6					
淡口しょうゆ	3	大豆	小麦			△
粗塩	0.1					
こしょう	0.01					

11月20日（金）

- 牛乳
- 減量菜めし
- 鶏肉の照り焼き
- ツナともやしのサラダ
- 揚げそば
- 皿うどんのあん

食品名	分量	アレルギー表示(28品目)				コンタミ
【牛乳】	206	乳				
【減量菜めし】						
米	90					
乾燥青菜	2.5					△
【鶏肉の照り焼き】						
鶏肉（照り焼き味）	50	大豆	鶏肉	小麦		△
【ツナともやしのサラダ】						
まぐろ油漬け	5					
太もやし	25					
にんじん	5					
砂糖	1					
淡口しょうゆ	2.5	大豆	小麦			△
酢	0.4					△
【揚げそば】	20	小麦				
【皿うどんのあん】						
豚肉	20	豚肉				
おろししょうが	0.6					
にんじん	15					
たまねぎ	25					
干ししいたけ（カット）	0.5					
はくさい	55					
チンゲンサイ	15					
野菜ブイヨン	0.4					
料理酒	1	小麦				△
濃口しょうゆ	3.5	大豆	小麦			△
淡口しょうゆ	3	大豆	小麦			△
食塩	0.1					
こしょう	0.02					
片栗粉	2.5					

11月24日（火）

- 牛乳
- ごはん
- さばの塩焼き
- ひじきの炒め煮
- 豚汁

食品名	分量	アレルギー表示(28品目)				コンタミ
【牛乳】	206	乳				
【ごはん】						
米	95					
【さばの塩焼き】						
塩さば（冷凍）	60	さば				△
【ひじきの炒め煮】						
ひじき（乾燥）	2.5					
米サラダ油	0.2					
油揚げ（冷凍）	3	大豆				
にんじん	5					
削りぶし	0.5	さば				
砂糖	2.2					
みりん	1.5	小麦				△
濃口しょうゆ	2.2	大豆	小麦			△
【豚汁】						
豚肉	10	豚肉				
にんじん	10					
たまねぎ	15					
大根	20					
つきこんにゃく	10					
青ねぎ	5					
削りぶし	3	さば				
赤みそ	10	大豆				

11月25日（水）

- 牛乳
- コッペパン
- ポークミンチカツ
- 豆腐のカレー煮
- フルーツミックスゼリー

食品名	分量	アレルギー表示(28品目)				コンタミ
【牛乳】	206	乳				
【コッペパン】	75	小麦				△
【ポークミンチカツ】						
ポークミンチカツ	50	小麦	豚肉			△
揚げ油（米白絞油）	7.5					
【豆腐のカレー煮】						
豚肉	15	豚肉				
おろしにんにく	0.3					
たまねぎ	40					
にんじん	15					
キャベツ	25					
青ねぎ	7					
野菜ブイヨン	0.2					
豆腐（冷凍）	70	大豆				
乳・小麦なしカレールウ	10					△
濃口しょうゆ	1.5	大豆	小麦			△
ウスターソース	0.5					△
食塩	0.2					
こしょう	0.02					
【フルーツミックスゼリー】						
みかん（缶）	25					△
ダイスゼリー（みかん）	30					△

11月26日（木）

- 牛乳
- ごはん
- 肉団子の甘酢かけ
- オイスターソース炒め
- わかめスープ

食品名	分量	アレルギー表示(28品目)				コンタミ
【牛乳】	206	乳				
【ごはん】						
米	95					
【肉団子の甘酢かけ】						
豚肉団子	65	豚肉				△
濃口しょうゆ	1.8	大豆	小麦			△
酢	1					△
砂糖	1.8					
ケチャップ	2.4					△
片栗粉	0.3					
【オイスターソース炒め】						
豚肉	15	豚肉				
にんじん	5					
たけのこ水煮	15					
たまねぎ	30					
ぶなしめじ	7					
青ねぎ	3					
砂糖	0.5					
濃口しょうゆ	2	大豆	小麦			△
オイスターソース	1.5					
こしょう	0.01					
片栗粉	0.5					
【わかめスープ】						
焼き竹輪	10					△
にんじん	10					
たまねぎ	20					
太もやし	15					
チンゲンサイ	10					
カットわかめ	0.4					
野菜ブイヨン	0.6					
淡口しょうゆ	2.5	大豆	小麦			△
粗塩	0.2					
こしょう	0.01					

11月27日（金）

- 牛乳
- ごはん
- ポークハヤシライスの具
- 鶏肉のポテト衣フライ
- コールスローサラダ

食品名	分量	アレルギー表示(28品目)				コンタミ
【牛乳】	206	乳				
【ごはん】						
米	100					
【ポークハヤシライスの具】						
豚肉	20	豚肉				
おろしにんにく	0.5					
赤ワイン	2					
たまねぎ	50					
にんじん	15					
じゃがいも	40					
マッシュルーム水煮	12					
乳・小麦なしブラウンルウ	10.5					
野菜ブイヨン	0.2					
昆布パウダー	0.02					
トマトピューレ	12					△
ケチャップ	5					△
ウスターソース	0.3					△
食塩	0.05					
こしょう	0.01					
【鶏肉のポテト衣フライ】						
鶏むね肉のポテト衣フライ	50	鶏肉				△
揚げ油（米白絞油）	7.5					
【コールスローサラダ】						
キャベツ	30					
ホールコーン（レトルト）	10					
調理用フレンチドレッシング	3					
調理用卵なしマヨネーズ	2					
粗塩	0.1					
こしょう	0.01					

11月30日（月）

- 牛乳
- ごはん
- 鶏肉とじゃがいものみそ焼き
- 白菜のごま和え
- 沢煮椀

食品名	分量	アレルギー表示(28品目)				コンタミ
【牛乳】	206	乳				
【ごはん】						
米	95					
【鶏肉とじゃがいものみそ焼き】						
鶏肉	45	鶏肉				
カットポテト（冷凍）	20					
料理酒	1.8	小麦				△
砂糖	1.3					
みりん	1	小麦				△
赤みそ	4.8	大豆				
【白菜のごま和え】						
はくさい	40					
にんじん	3					
淡口しょうゆ	2.5	大豆	小麦			△
砂糖	0.4					
昆布パウダー	0.02					
白すりごま	1	ごま				
【沢煮椀】						
豚肉	10	豚肉				
ごぼう	10					
にんじん	10					
たまねぎ	20					
みつば	3					
削りぶし	2.5	さば				
だし昆布（パック）	0.5					
淡口しょうゆ	4.5	大豆	小麦			△
みりん	2.5	小麦				△
粗塩	0.25					
こしょう	0.01					