令和8年度12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

12月1日(火)

牛乳
ごはん
鰆のゆずみそかけ
れんこんの炒め煮
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				
【鰆のゆずみそかけ】					
薄塩さわら(冷凍)	60				△
白みそ	2.5	大豆			
ゆず果汁	0.6				
砂糖	1.2				
みりん	1	小麦			△
濃口しょうゆ	1.5	大豆	小麦		△
片栗粉	0.3				
【れんこんの炒め煮】					
焼豚	10	大豆	豚肉	小麦	△
にんじん	8				
れんこん	25				
ホールコーン(冷凍)	5				
米サラダ油	0.2				
砂糖	0.7				
みりん	0.5	小麦			△
淡口しょうゆ	1.8	大豆	小麦		△
【厚揚げのみそ汁】					
厚揚げ(小・冷凍)	20	大豆			
たまねぎ	15				
じゃがいも	20				
太もやし	10				
えのきたけ	5				
青ねぎ	5				
削りぶし	3	さば			
赤みそ	7.8	大豆			
白みそ	4	大豆			

12月2日(水)

牛乳
米粉パン
ハンバーグ・ソースかけ
ポテトサラダ
かぶのコンソメスープ

食品名	分量	アレルギー表示(28品目)			コンタミ
【牛乳】	206	乳			
【米粉パン】	75	小麦			△
【ハンバーグ・ソースかけ】					
ハンバーグ	60	鶏肉	豚肉		△
ウスターソース	2.5				△
ケチャップ	7				△
砂糖	0.5				
片栗粉	0.2				
【ポテトサラダ】					
じゃがいも	40				
にんじん	3				
きゅうり	5				
粗塩	0.12				
こしょう	0.01				
調理用卵なしマヨネーズ	5				
【かぶのコンソメスープ】					
ベーコン	10	豚肉			△
にんじん	10				
たまねぎ	10				
かぶ	25				
キャベツ	20				
野菜ブイヨン	0.7				
淡口しょうゆ	2	大豆	小麦		△
粗塩	0.1				
こしょう	0.01				

12月3日(木)

牛乳
ごはん
さばのしょうが煮
塩こうじ炒め
のっぺい汁

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				
【さばのしょうが煮】					
さばのしょうが煮	60	さば	大豆	小麦	△
【塩こうじ炒め】					
豚肉	25	豚肉			
はくさい	35				
にんじん	10				
塩こうじ(液体)	4				
片栗粉	0.5				
【のっぺい汁】					
鶏肉	10	鶏肉			
にんじん	7				
大根	20				
さといも(カット・冷凍)	15				
白玉もち(冷凍)	20				△
小松菜	10				
削りぶし	3	さば			
淡口しょうゆ	4.5	大豆	小麦		△
みりん	2	小麦			△
粗塩	0.2				
片栗粉	1.2				

12月4日(金)

飲むヨーグルト
ごはん
冬野菜のカレーライスの具
コロッケ
ツナとキャベツのサラダ
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
【飲むヨーグルト】	193	乳			
【ごはん】					
米	105				
【冬野菜のカレーライスの具】					
豚肉	20	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				
大根	30				
れんこん	15				
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				
【コロッケ】					
コロッケ	60	小麦	大豆		△
揚げ油(米白絞油)	9				
【ツナとキャベツのサラダ】					
キャベツ	27				
にんじん	5				
まぐろ油漬け	10				
【たまねぎドレッシング】	7.5				

12月7日(月)

牛乳
ごはん
パオズ
こんにゃく寒天のサラダ
キムチチゲ

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					
【パオズ】						
パオズ	50	小麦	大豆	豚肉		△
【こんにゃく寒天のサラダ】						
こんにゃく寒天	0.9					
にんじん	6					
きゅうり	12					
チキンフレーク	5	鶏肉				△
酢	1.2					△
淡口しょうゆ	2	大豆	小麦			△
砂糖	1					
米サラダ油	0.1					
昆布パウダー	0.01					
【キムチチゲ】						
豚肉	10	豚肉				
おろししょうが	0.3					
にんじん	15					
たけのこ水煮	10					
白ねぎ	10					
えのきたけ	5					
はくさい	45					
チンゲンサイ	15					
豆腐(冷凍)	65	大豆				
野菜ブイヨン	0.4					
料理酒	1	小麦				△
砂糖	1					
食塩	0.2					
こしょう	0.02					
濃口しょうゆ	3.2	大豆	小麦			△
キムチの素	6	大豆				△

12月8日(火)

牛乳
ごはん
ぶりの竜田揚げ
豚肉と白菜の煮物
さつま汁

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					
【ぶりの竜田揚げ】						
ぶりの竜田揚げ	60	大豆	小麦			△
揚げ油(米白絞油)	4.2					
【豚肉と白菜の煮物】						
豚肉	15	豚肉				
はくさい	60					
淡口しょうゆ	2.5	大豆	小麦			△
みりん	0.5	小麦				△
砂糖	0.7					
【さつま汁】						
鶏肉	10	鶏肉				
にんじん	7					
大根	10					
たまねぎ	10					
ぶなしめじ	5					
さつまいも	35					
青ねぎ	5					
削りぶし	3	さば				
赤みそ	10	大豆				

12月9日(水)

牛乳
コッペパン
クリームシチュー
【除去食／乳】クリームシチュー
焼きソーセージ
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				△
【クリームシチュー】						
鶏肉	20	鶏肉				
米サラダ油	0.2					
たまねぎ	40					
にんじん	15					
じゃがいも	40					
野菜ブイヨン	0.2					
乳・小麦なしホワイトルウ	12					△
牛乳	20	乳				
粉チーズ	3	乳				
食塩	0.1					
こしょう	0.02					
【焼きソーセージ】						
フランクフルトソーセージ	40	豚肉				△
【フルーツミックスゼリー】						
みかん(缶)	15					△
りんご(レトルト)	15	りんご				△
カットゼリー(みかん)	20					

12月10日(木)

牛乳
大根ごはん
だし巻き卵・えのきあんかけ
かた豆
根菜汁

食品名	分量	アレルギー表示(28品目)				コンタミ
【牛乳】	206	乳				
【大根ごはん】						
米	82					
大根	12					
にんじん	5					
まぐろ油漬け	6					
濃口しょうゆ	5	大豆	小麦			△
みりん	1	小麦				△
食塩	0.3					
【だし巻き卵・えのきあんかけ】						
だし巻き卵	50	卵				△
えのきたけ	5					
おろししょうが	0.2					
濃口しょうゆ	1.2	大豆	小麦			△
みりん	1.2	小麦				△
片栗粉	0.2					
【かた豆】						
大豆(乾燥)	15	大豆				
砂糖	3.5					
濃口しょうゆ	1.7	大豆	小麦			△
料理酒	0.5	小麦				△
【根菜汁】						
豚肉	10	豚肉				
ごぼう	15					
にんじん	10					
さといも(カット・冷凍)	30					
青ねぎ	5					
削りぶし	2.5	さば				
だし昆布(パック)	0.5					
淡口しょうゆ	4	大豆	小麦			△
みりん	2.5	小麦				△
粗塩	0.3					

12月11日(金)

牛乳
ごはん
ビビンバの具
きびなごのポテト衣フライ
きゅうりのピリ辛漬け

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					
【ビビンバの具】						
牛肉	35	牛肉				
米サラダ油	0.2					
おろしにんにく	0.4					
千切大根	3					
濃口しょうゆ	8	大豆	小麦			△
砂糖	2.8					
太もやし	40					
にんじん	20					
チンゲンサイ	35					
コチュジャン	1.5	大豆				
【きびなごのポテト衣フライ】						
きびなごのポテト衣フライ	40					△
揚げ油(米白絞油)	6					
【きゅうりのピリ辛漬け】						
きゅうり	35					
砂糖	0.25					
粗塩	0.1					
淡口しょうゆ	2	大豆	小麦			△
ごま油	0.2	ごま				
とうがらし粉	0.01					△
白ごま	1	ごま				

12月14日(月)

飲むヨーグルト
ごはん
ハッシュドポーク
フライドポテト
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
【飲むヨーグルト】	193	乳				
【ごはん】						
米	100					
【ハッシュドポーク】						
豚肉	25	豚肉				
おろしにんにく	0.5					
赤ワイン	2					
たまねぎ	60					
にんじん	15					
マッシュルーム水煮	15					
トマト水煮	25					
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	0.01					
トマトピューレ	10					△
ケチャップ	3					△
ウスターソース	0.3					△
濃厚ソース	0.3					△
食塩	0.05					
こしょう	0.01					
【フライドポテト】						
カットポテト(冷凍)	65					
揚げ油(米白絞油)	3.3					
食塩	0.15					
【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					

中学校HP用

12月15日（火）

- 牛乳
- ごはん
- 蒸しシュウマイ
- 白菜マーボー
- 豆腐とわかめのスープ

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					
【蒸しシュウマイ】						
シュウマイ（豚肉）	60	小麦	豚肉			△
【白菜マーボー】						
豚肉	20	豚肉				
おろししょうが	0.5					
おろしにんにく	0.3					
にんじん	5					
はくさい	50					
たけのこ水煮	15					
青ねぎ	3					
赤みそ	2	大豆				
テンメンジャン	3.5	大豆	小麦			
トウバンジャン	0.07					
料理酒	0.7	小麦				△
濃口しょうゆ	0.7	大豆	小麦			△
片栗粉	0.7					
【豆腐とわかめのスープ】						
豆腐（冷凍）	20	大豆				
たまねぎ	20					
太もやし	15					
えのきたけ	7					
にら	5					
カットわかめ	0.3					
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					

12月16日（水）

- 牛乳
- コッペパン
- ホキのポテト衣フライ
- 中濃ソース　　＊組1本
- 三色ソテー
- 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				
【コッペパン】	75	小麦				△
【ホキのポテト衣フライ】						
ホキのポテト衣フライ	60					△
揚げ油（米白絞油）	9					
【中濃ソース】	5					
【三色ソテー】						
ハム	5	豚肉				△
ホールコーン（冷凍）	15					
キャベツ	30					
米サラダ油	0.5					
食塩	0.2					
こしょう	0.01					
片栗粉	0.3					
【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					

12月17日（木）

- 牛乳
- ごはん
- 豆腐ハンバーグ・たれかけ
- キャベツのごま和え
- 関東煮
- 豆乳鍋
- **【除去食／卵】関東煮**

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					
【豆腐ハンバーグ・たれかけ】						
豆腐ハンバーグ	60	大豆	鶏肉			△
おろししょうが	0.2					
濃口しょうゆ	2	大豆	小麦			△
みりん	1.5	小麦				△
砂糖	0.5					
片栗粉	0.3					
【キャベツのごま和え】						
キャベツ	30					
にんじん	3					
淡口しょうゆ	2.2	大豆	小麦			△
砂糖	0.4					
昆布パウダー	0.01					
白すりごま	1	ごま				
【関東煮】						
鶏肉	20	鶏肉				
こんにゃく（角）	20					
大根	50					
じゃがいも	40					
焼き竹輪	10					△
うずら卵	25	卵				△
削りぶし	2	さば				
砂糖	4					
みりん	1	小麦				△
濃口しょうゆ	7	大豆	小麦			△

12月18日（金）

- 牛乳
- ごはん
- 竹輪の磯辺揚げ
- ひじきの炒め煮
- 豆乳鍋

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					
【竹輪の磯辺揚げ】						
竹輪の磯辺揚げ	30	小麦	大豆			△
揚げ油（米白絞油）	6					
【ひじきの炒め煮】						
鶏肉	7	鶏肉				
米サラダ油	0.2					
ひじき（乾燥）	2.5					
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			△
【豆乳鍋】						
豚肉	15	豚肉				
豆腐（冷凍）	20	大豆				
油揚げ（冷凍）	5	大豆				
にんじん	10					
大根	30					
はくさい	30					
小松菜	10					
白ねぎ	10					
えのきたけ	5					
削りぶし	1.5	さば				
赤みそ	6	大豆				
白みそ	2	大豆				
豆乳	30	大豆				
濃口しょうゆ	1.5	大豆	小麦			△
食塩	0.12					

12月21日（月）

- 牛乳
- ごはん
- 鮭の塩焼き
- 千切大根のピリ辛煮
- 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					
【鮭の塩焼き】						
塩トラウトサーモン（冷凍）	60	さけ				△
【千切大根のピリ辛煮】						
千切大根	5					
米サラダ油	0.2					
にんじん	5					
ピーマン	5					
油揚げ（冷凍）	3.5	大豆				
野菜ブイヨン	0.2					
濃口しょうゆ	2.5	大豆	小麦			△
砂糖	2					
トウバンジャン	0.04					
【豚汁】						
豚肉	10	豚肉				
ごぼう	10					
にんじん	10					
じゃがいも	10					
太もやし	10					
ぶなしめじ	5					
キャベツ	15					
青ねぎ	5					
削りぶし	3	さば				
赤みそ	10	大豆				

12月22日（火）

- 牛乳
- 減量ごはん
- のりの佃煮
- あんかけうどん
- **【除去食／小麦】あんかけうどん**
- れんこんのはさみ揚げ
- 白菜とほうれんそうのゆず和え

食品名	分量	アレルギー表示(28品目)				コンタミ
【牛乳】	206	乳				
【減量ごはん】						
米	90					
【のりの佃煮】	10	大豆	小麦			
【あんかけうどん】						
鶏肉	20	鶏肉				
油揚げ（冷凍）	5	大豆				
たまねぎ	20					
にんじん	15					
削りぶし	3	さば				
だし昆布（パック）	1					
みりん	3	小麦				△
淡口しょうゆ	5	大豆	小麦			△
粗塩	0.1					
うどん（冷凍）	45	小麦				△
青ねぎ	5					
おろししょうが	0.5					
片栗粉	1					
【れんこんのはさみ揚げ】						
れんこんのはさみ揚げ	60	小麦	大豆	鶏肉		△
揚げ油（米白絞油）	9					
【白菜とほうれんそうのゆず和え】						
はくさい	30					
ほうれんそう	10					
にんじん	5					
砂糖	0.7					
淡口しょうゆ	2.5	大豆	小麦			△
昆布パウダー	0.01					
ゆず果汁	0.5					

12月23日（水）

- 飲むヨーグルト
- アップルパン
- チキンのトマトソースかけ
- ブロッコリーのサラダ
- 豆乳のコーンポタージュ

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				
【アップルパン】	75	小麦	りんご			△
【チキンのトマトソースかけ】						
鶏肉（塩味）	50	鶏肉				△
トマト水煮	7					
ケチャップ	6					△
おろしにんにく	0.2					
濃厚ソース	0.7					△
砂糖	0.7					
食塩	0.1					
こしょう	0.01					
オリーブオイル	0.1					
【ブロッコリーのサラダ】						
ブロッコリー	20					
食塩	0.12					
にんじん	10					
キャベツ	10					
調理用卵なしマヨネーズ	5					
粗塩	0.2					
こしょう	0.01					
【豆乳のコーンポタージュ】						
たまねぎ	30					
米サラダ油	0.5					
じゃがいも	20					
ホールコーン（冷凍）	20					
クリームコーン（レトルト）	30					
野菜ブイヨン	1					
豆乳	30	大豆				
食塩	0.4					
こしょう	0.01					