

アレルギー献立表（中学校）

該当するものに×印が付いています。

令和 8年 3月分  
アレルギー（全部）

しらす干し等には小エビ等の混入があるので、えび、かに、いかに△印をつけています。  
※小魚・海藻類は、えび・かに等の生息域で採取されています。

| 日付  | チエック | 料理名          | 乳 | 卵 | 小麦 | 大豆 | 落花生 | そば | やまいも | くるみ | 豚肉 | 鶏肉 | 牛肉 | ゼラチン | さば | さけ | えび | いか | かに | りんご | オレンジ | オレノジ | キウイフルーツ | もも | バナナ | まつたけ | あわび | いくら | アーモンド | カシューナッツ | ごま | 全てのアレルギー |   |   |   |
|-----|------|--------------|---|---|----|----|-----|----|------|-----|----|----|----|------|----|----|----|----|----|-----|------|------|---------|----|-----|------|-----|-----|-------|---------|----|----------|---|---|---|
| 2月  | 昼主   | 酢めし          |   |   |    |    |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          |   |   |   |
|     | 昼飲   | 牛乳           | × |   |    |    |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    | 乳        |   |   |   |
|     | 昼副   | 紅白すまし汁       |   |   | ×  | ×  |     |    | ×    |     |    | ×  |    |      |    |    |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          | 小麦, さば16%(だし), 大豆, 大豆(乳化剤1.32%他), 鶏肉, やまいも0.11% |   |   |
|     |      | さわらのマヨネーズ焼き  | × |   |    |    |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          | 乳, 柑橘類  |   |   |
|     |      | ちらし寿司の具      |   | × | ×  | ×  |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          | 卵47%他, 小麦, 大豆, 大豆(大豆油3%)                        |   |   |
| 3火  | 昼主   | 地粉うどん        |   |   | ×  |    |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    | 小麦       |   |   |   |
|     | 昼飲   | コーヒーミルク      | × |   |    |    |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          | 乳(生乳90.2%、乳製品0.6%)                              |   |   |
|     | 昼副   | きつねうどん汁      |   |   | ×  | ×  |     |    |      |     | ×  |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          | 小麦, 大豆, 豚肉                                      |   |   |
|     |      | みそポテト小②中③    |   |   | ×  | ×  |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          | 小麦(天ぷら粉20%他), 大豆, 大豆(天ぷら粉20%)                   |   |   |
|     |      | ひじきとツナのサラダ   |   |   | ×  | ×  |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          | 小麦, 大豆  |   |   |
| 4水  | 昼主   | わかめごはん       |   |   |    |    |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          |   |   |   |
|     | 昼飲   | 牛乳           | × |   |    |    |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          | 乳   |   |   |
|     | 昼副   | なめこ汁         |   |   |    | ×  |     |    |      |     |    |    |    |      |    | ×  |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          |   | さば16%(だし), 大豆, 大豆(豆乳80.6%)  |   |
|     |      | たらと春雨の中華あんかけ |   |   | ×  | ×  |     |    |      |     | ×  | ×  |    |      |    |    |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          |   | × 小麦, 小麦(17.78%), 大豆, 大豆(17.78%), 大豆(タンパク14.3%), 鶏肉(タンパク14.3%, チンパウター0.2%), 豚肉(脂0.6%, タンパク14.3%), ごま(油脂1%), ごま油     |   |
|     |      | ブロッコリーのサラダ   |   |   | ×  | ×  |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          |   | × 小麦, 大豆, ごま, ごま油   |   |
| 5木  | 昼主   | きなこ揚げパン      |   |   | ×  | ×  |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          | 小麦, 大豆, 大豆(原材料の一部に含む)                           |   |   |
|     | 昼飲   | 牛乳           | × |   |    |    |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          | 乳   |   |   |
|     | 昼副   | ポトフ          | × |   | ×  | ×  |     |    |      |     | ×  | ×  |    |      |    |    |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          |   | 小麦(醤油1%), 乳(乳糖18%), 大豆(醤油1%), 鶏肉(チンエキス1%), 豚肉   |   |
|     |      | ビタミンサラダ      |   |   |    |    |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          |   |   |   |
|     |      | イタリアンドレッシング  |   |   |    |    |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          |   |   |   |
|     |      | ヨーグルト        | × |   |    |    |     |    |      |     |    |    |    |      | ×  |    |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          |   | 乳(脱脂粉乳7.1%他), ゼラチン(豚皮0.5%)  |   |
| 6金  | 昼主   | ごはん          |   |   |    |    |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          |   |   |   |
|     | 昼飲   | 牛乳           | × |   |    |    |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          |   | 乳   |   |
|     | 昼副   | 高野豆腐のみそ汁     |   |   |    | ×  |     |    |      |     |    |    |    |      |    | ×  |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          |   |   | さば16%(だし), 大豆(2.93g)  |
|     |      | ソイ丼          | × |   | ×  | ×  |     |    |      |     | ×  |    |    |      |    |    |    |    |    |     | ×    |      |         |    | ×   |      |     |     |       |         |    |          |   | 小麦, 小麦(粉34%、醤油1%、ゆ1%他), 乳(脱脂粉乳1%、チーズ1%、ゆ1%他), 大豆, 大豆(オノンパウダー2%他), 豚肉, 豚肉(ホークエキス1%), 豚肉87%, りんご(ペースト1%), バナナ(ペースト1%) |   |
|     |      | 清見オレンジ 1/6   |   |   |    |    |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      | ×    |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          |   |   | オレンジ  |
| 9月  | 昼主   | ごはん          |   |   |    |    |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          |   |   |   |
|     | 昼飲   | 牛乳           | × |   |    |    |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          |   | 乳   |   |
|     | 昼副   | トントロリンスープ    | × | × | ×  | ×  |     |    |      |     | ×  | ×  |    |      |    |    |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          |   |   | 卵, 小麦, 乳(乳糖), 大豆, 鶏肉, 豚肉  |
|     |      | チーズタッカルビ     | × |   | ×  | ×  |     |    |      |     |    | ×  |    |      |    |    |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          |   |   | × 小麦, 乳, 大豆, 大豆(みそ3.25%), 鶏肉, ごま, ごま油   |
|     |      | クルトンサラダ      |   |   | ×  | ×  |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          |   |   | 小麦(食パン80%), 大豆, 大豆(油20%)  |
| 10火 | 昼主   | ホット中華めん      |   |   | ×  |    |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          |   | 小麦  |   |
|     | 昼飲   | 牛乳           | × |   |    |    |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          |   | 乳   |   |
|     | 昼副   | ごまみそラーメンスープ  |   |   | ×  | ×  |     |    |      |     | ×  | ×  |    |      |    |    |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          |   |   | × 小麦, 小麦(醤油8.74%), 大豆, 大豆(タンパク14.3%), 大豆(醤油8.74%), 鶏肉, 鶏肉(タンパク14.3%, チンパウター0.2%), 豚肉, 豚肉(脂0.6%, タンパク14.3%), ごま, ごま(油脂1%), ごま油   |
|     |      | 春巻き          |   |   | ×  | ×  |     |    |      |     | ×  |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          |   |   | 小麦(小麦粉10.28%他), 大豆(大豆粉0.43%他), 豚肉(豚肉17.28%他)  |
|     |      | フルーツポンチ      |   |   |    |    |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |      |         | ×  |     |      |     |     |       |         |    |          |   |   | もも(黄桃22.22%、白桃21.69%), 柑橘類 パイン  |
| 11水 | 昼主   | ごはん          |   |   |    |    |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          |   |   |   |
|     | 昼飲   | 牛乳           | × |   |    |    |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          |   | 乳   |   |
|     | 昼副   | ポークカレー       | × |   | ×  | ×  |     |    |      |     | ×  | ×  |    |      |    |    |    |    |    |     |      | ×    |         |    | ×   |      |     |     |       |         |    |          |   |   | 小麦(粉34%、醤油1%、ゆ1%他), 小麦粉32.58%, 小麦粉46.4%, 乳(全粉乳1%), 乳(脱脂粉乳1%、チーズ1%、ゆ1%他), 牛肉(脂31.2%), 大豆, 大豆(アミノ酸液1.6%), 大豆(オノンパウダー2%他), 大豆(タンパク0.2%、乳化剤0.1%), 豚肉, 豚肉(ホークエキス1%), りんご(ペースト1%), りんご1%, りんご12.5%, バナナ(ペースト1%) |
|     |      | 揚げ鶏のすだちソース   |   |   | ×  | ×  |     |    |      |     | ×  |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          |   |   | 小麦, 大豆, 鶏肉, 柑橘類   |
|     |      | 春雨サラダ        |   |   | ×  | ×  |     |    |      |     | ×  |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |      |         |    |     |      |     |     |       |         |    |          |   |   | × 小麦, 大豆, 豚肉(豚肉78.25%), ごま油   |

×：原材料として使用 △：コンタミネーション

アレルギー献立表（中学校）

該当するものに×印が付いています。

令和 8年 3月分  
アレルギー（全部）

しらす干し等には小エビ等の混入があるので、えび、かに、いかに△印をつけています。  
※小魚・海藻類は、えび・かに等の生息域で採取されています。

| 日付   | チエック | 料理名          | 乳 | 卵 | 小麦 | 大豆 | 落花生 | そば | やまいも | くるみ | 豚肉 | 鶏肉 | 牛肉 | ゼラチン | さば | さけ | えび | いか | かに | りんご | オレンジ | キウイフルーツ | もも | バナナ | まつたけ | あわび | いくら | アーモンド | カシューナッツ | ごま                | 全てのアレルギー   |   |                         |
|------|------|--------------|---|---|----|----|-----|----|------|-----|----|----|----|------|----|----|----|----|----|-----|------|---------|----|-----|------|-----|-----|-------|---------|-------------------|--|---|-------------------------|
| 12 木 | 昼主   | はちみつパン       |   |   | ×  | ×  |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |         |    |     |      |     |     |       |         | 小麦, 大豆(原材料の一部を含む) |  |   |                         |
|      | 昼飲   | 牛乳           | × |   |    |    |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |         |    |     |      |     |     |       |         | 乳                 |  |   |                         |
|      | 昼副   | スパゲッティナポリタン  | × |   | ×  | ×  |     |    |      |     |    | ×  | ×  |      |    |    |    |    |    |     | ×    |         |    |     |      |     |     |       |         |                   | 小麦, 小麦(醤油1%), 乳(乳糖18%), 大豆(アミノ酸液1.6%), 大豆(醤油1%), 鶏肉(チキンエキス1%), 鶏肉(軟骨), 豚肉87%, りんご12.5% |   |                         |
|      |      | 焼きウインナー②     |   |   |    |    |     |    |      |     |    | ×  |    |      |    |    |    |    |    |     |      |         |    |     |      |     |     |       |         |                   | 豚肉91.32%   |   |                         |
|      |      | オニオンサラダ      |   |   | ×  | ×  |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |         |    |     |      |     |     |       |         |                   | 小麦, 小麦(小麦粉3%), 大豆, 大豆(植物油脂6%), 柑橘類   |   |                         |
| 16 月 | 昼主   | ごはん          |   |   |    |    |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |         |    |     |      |     |     |       |         |                   |  |   |                         |
|      | 昼飲   | 牛乳           | × |   |    |    |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |         |    |     |      |     |     |       |         |                   | 乳  |   |                         |
|      | 昼副   | 野菜碗          |   |   |    | ×  |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |         |    |     |      |     |     |       |         |                   |  | 大豆  |                         |
|      |      | 鶏肉のパーベキューソース |   |   | ×  | ×  |     |    |      |     |    | ×  |    |      |    |    |    |    |    |     | ×    |         |    |     |      |     |     |       |         |                   |  | 小麦, 大豆, 鶏肉, りんご, 柑橘類  |                         |
|      |      | 野菜のごまマヨネーズ和え |   |   | ×  | ×  |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |         |    |     |      |     |     | ×     |         |                   | 小麦, 大豆, ごま   |   |                         |
| 17 火 | 昼主   | 地粉うどん        |   |   | ×  |    |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |         |    |     |      |     |     |       |         |                   | 小麦   |   |                         |
|      | 昼飲   | 牛乳           | × |   |    |    |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |         |    |     |      |     |     |       |         |                   | 乳  |   |                         |
|      | 昼副   | 五目うどんの汁      |   |   | ×  | ×  |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |         |    |     |      |     |     |       |         |                   |  | 小麦, 大豆  |                         |
|      |      | ウインナーの変わり揚げ  | × |   | ×  | ×  |     |    |      |     |    | ×  |    |      |    |    |    |    |    |     |      |         |    |     |      |     |     |       |         |                   |  | 小麦, 乳(乳糖), 大豆(植物油脂), 豚肉91.32%   |                         |
|      |      | ごまあえ         |   |   | ×  | ×  |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |         |    |     |      |     |     | ×     |         |                   | 小麦, 大豆, ごま   |   |                         |
| 18 水 | 昼主   | ごはん          |   |   |    |    |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |         |    |     |      |     |     |       |         |                   |  |   |                         |
|      | 昼飲   | 牛乳           | × |   |    |    |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |         |    |     |      |     |     |       |         |                   |  | 乳   |                         |
|      | 昼副   | こしね汁         |   |   | ×  | ×  |     |    |      |     | ×  |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |         |    |     |      |     |     |       |         |                   |  |   | 小麦, 大豆, 大豆(豆乳80.6%), 豚肉 |
|      |      | さばのみそ煮       |   |   | ×  | ×  |     |    |      |     |    |    |    |      |    | ×  |    |    |    |     |      |         |    |     |      |     |     |       |         |                   |  | 小麦, さば, 大豆  |                         |
|      |      | 海藻サラダ        |   |   | ×  | ×  |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |         |    |     |      |     |     |       | ×       |                   |  | 小麦, 大豆, ごま, ごま油   |                         |
| 19 木 | 昼主   | こどもパン        |   |   | ×  | ×  |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |         |    |     |      |     |     |       |         |                   | 小麦, 大豆(原材料の一部を含む)  |   |                         |
|      | 昼飲   | 牛乳           | × |   |    |    |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |         |    |     |      |     |     |       |         |                   | 乳  |   |                         |
|      | 昼副   | クラムチャウダー     | × |   | ×  | ×  |     |    |      |     |    | ×  | ×  |      |    |    |    |    |    |     | △    |         |    |     |      |     |     |       |         |                   |  | 小麦(小麦粉42%), 小麦粉35%, 乳, 乳(乳糖20%, 脱脂粉乳1%未満), 乳(粉乳4%, チーズ1%他), 大豆(調味料6%未満), 大豆(乳化剤), 鶏肉(チキンエキス1%他), 鶏肉(脂6%, チキンエキス1%未満), 豚肉(ホークエキス1%他), 豚肉87%, △かに |                         |
|      |      | カツサンド(ソース)   |   |   | ×  | ×  |     |    |      |     |    | ×  |    |      |    |    |    |    |    |     | ×    |         |    |     |      |     |     |       |         |                   |  | 小麦, 大豆(アミノ酸液1.6%), 鶏肉, りんご12.5%   |                         |
|      |      | カリブロサラダ      |   |   | ×  | ×  |     |    |      |     |    |    |    |      |    |    |    |    |    |     |      |         |    |     |      |     |     |       |         |                   |  | 小麦, 大豆  |                         |

×：原材料として使用 △：コンタミネーション