東浦町学校給食　令和8年

10月分食物アレルギー対応確認表

小　・　中　　年　　組　名前

○：給食を食べる　代：代わりのものを家から持参する　▲：センターからの除去食を食べる　×無配膳

除去する食品を○で囲む

21回 日	曜	献立名	○ 代 ▲ ×	主な材料とその働き 赤 体をつくる 1群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	赤 体をつくる 2群 牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑 体の調子を整える 3群 緑黄色野菜	緑 体の調子を整える 4群 その他の野菜・果物・きのこ	黄 体を動かすエネルギーになる 5群 米・パン・めん・いも・砂糖	黄 体を動かすエネルギーになる 6群 油脂・種実	食前確認
毎日		牛乳								
毎日		豆乳								
1	木	ごはん						米		
		いわしのうめに		いわし		しそ	うめ	砂糖		
		じゃがいものそぼろに		鶏肉 さつま揚げ		にんじん	しょうが 玉ねぎ こんにゃく 枝豆	じゃがいも 砂糖		
		やさいのこうのものあえ				にんじん	キャベツ 大根漬		ごま	
2	金	ソフトめん						ソフトめん		
		にくみそかけ		豚肉 豆腐 みそ		にんじん ねぎ	玉ねぎ ねぎ	砂糖 でんぷん		
		ごもくきんぴら		豚肉		にんじん	れんこん ごぼう こんにゃく 枝豆	砂糖	ごま油	
		りんご					りんご			
5	月	むぎごはん						米 麦		
		マーボーどうふ		豆腐 豚肉 鶏レバー みそ		にんじん ねぎ	玉ねぎ ねぎ しょうが にんにく	砂糖 でんぷん	ごま油	
		しゅうまい		豚肉			玉ねぎ	パン粉 小麦粉 でんぷん		
		わかめともやしのすのもの		まぐろ	わかめ		もやし きゅうり	砂糖	ごま	
6	火	ミルクロールパン						パン		
		グラタンふうシチュー		鶏肉	チーズ 牛乳 生クリーム	にんじん パセリ	玉ねぎ とうもろこし	マカロニ 小麦粉	バター	
		キャベツとハムのカレーソテー		ハム		にんじん こまつな	キャベツ 玉ねぎ エリンギ にんにく		菜種油	
		フルーツポンチ					パインアップル 黄桃 レモン	砂糖		
7	水	ごはん						米		
		さばのこうみみそだれかけ		さば みそ			にんにく	砂糖	ごま ごま油	
		ぶたにくとだいこんのにもの		豚肉 生揚げ ちくわ	こんぶ	にんじん	大根 こんにゃく			
		キャベツのゆかりあえ				しそ	キャベツ			
8	木	ごはん						米		
		ぶたにくのしょうがやき		豚肉			玉ねぎ エリンギ しょうが	砂糖 でんぷん	菜種油	
		きりぼしだいこんのごまずあえ		まぐろ		にんじん こまつな	切干し大根	砂糖	ごま	
		さつまじる		鶏肉 油揚げ みそ		にんじん ねぎ	ごぼう こんにゃく しめじ ねぎ	さつまいも		
9	金	ごはん						米		
		わふうコロッケ				にんじん	れんこん	じゃがいも パン粉 小麦粉	米油	
		だいずとひじきのいために		ちくわ 大豆	ひじき	にんじん こまつな		砂糖	ごま油	
		むらくもじる		鶏肉 卵 豆腐		にんじん ねぎ	玉ねぎ えのきたけ ねぎ	でんぷん		
13	火	ミルクロールパン						パン		
		チリコンカン		大豆 豚肉 牛肉		にんじん トマト	玉ねぎ セロリー にんにく	じゃがいも 砂糖 白いんげん豆	オリーブ油	
		ハムとこんさいのソテー		ハム		にんじん	ごぼう れんこん エリンギ キャベツ にんにく		オリーブ油	
		みかん					みかん			
14	水	ごはん						米		
		ビビンバ(にく・たまご)		豚肉 鶏レバー みそ 卵			にんにく しょうが	砂糖		
		ビビンバ(やさい)				にんじん こまつな	もやし	砂糖	ごま ごま油	
		トックいりちゅうかスープ		豚肉 豆腐		にんじん チンゲンサイ	玉ねぎ えのきたけ	トック		
15	木	ごはん						米		
		ししゃもフライのレモンソースかけ		ししゃも			レモン	パン粉 小麦粉 砂糖	米油	
		やさいとささみのあえもの		鶏肉		にんじん こまつな	キャベツ	砂糖		
		かきたまじる		豚肉 卵 豆腐 かまぼこ		にんじん ねぎ	玉ねぎ 干ししいたけ ねぎ	でんぷん		
16	金	ちゅうかめん						中華めん		
		とうにゅうみそラーメン		豚肉 豆乳 みそ		にんじん にら	玉ねぎ はくさいキムチ はくさい えのきたけ			
		バンバンジーサラダ		鶏肉 みそ		にんじん	きゅうり キャベツ もやし		塩中華ドレッシング	
		だいがくいも						さつまいも 砂糖	米油 ごま	

うらにつづきます。

東浦町学校給食　令和8年

10月分食物アレルギー対応確認表

小　・　中　　年　　組　名前

○：給食を食べる　代：代わりのものを家から持参する　▲：センターからの除去食を食べる　×無配膳

除去する食品を○で囲む

21回 日	曜	献立名	○ 代 ▲ ×	主な材料とその働き 赤 体をつくる 1群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	赤 体をつくる 2群 牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑 体の調子を整える 3群 緑黄色野菜	緑 体の調子を整える 4群 その他の野菜・果物・きのこ	黄 体を動かすエネルギーになる 5群 米・パン・めん・いも・砂糖	黄 体を動かすエネルギーになる 6群 油脂・種実	食前確認
19	月	むぎごはん						米 麦		
		ぶたどんのぐ		豚肉 生揚げ かまぼこ		にんじん ねぎ	玉ねぎ ねぎ えのきたけ こんにゃく	砂糖		
		てっかみそ		鶏肉 大豆 みそ		にんじん	ごぼう	砂糖	菜種油	
		れんこんとみずなのわふうサラダ		まぐろ		みずな	れんこん キャベツ		ごまドレッシング	
20	火	こがたロールパン						パン		
		やきそば		豚肉 いか ちくわ		にんじん	キャベツ	やきそばめん	菜種油	
		あつやきたまご		卵				砂糖		
		フルーツのヨーグルトあえ			ヨーグルト		パインアップル 黄桃	砂糖		
21	水	ごはん						米		
		さわらのみそマヨネーズやき		さわら みそ					卵なしマヨネーズ	
		やさいのおかかあえ		かつお節		こまつな	はくさい もやし	砂糖		
		のっぺいじる		豚肉 豆腐 油揚げ ちくわ		にんじん ねぎ	大根 えのきたけ こんにゃく ねぎ	さといも でんぷん		
22	木	ごはん						米		
		とりにくのからあげ		鶏肉			しょうが にんにく	でんぷん	米油	
		かいそうサラダ		まぐろ	わかめ	にんじん	キャベツ きゅうり とうもろこし		玉ねぎドレッシング	
		ぶたじる		豚肉 豆腐 油揚げ みそ		にんじん ねぎ	大根 ごぼう えのきたけ はくさい ねぎ			
23	金	ごはん						米		
		いわしのしょうがに		いわし			しょうが	砂糖		
		おろしなっとう		なっとう かつお節		こまつな にんじん	大根	砂糖		
		にくじゃが		豚肉 さつま揚げ		にんじん	玉ねぎ こんにゃく	じゃがいも 砂糖		
26	月	ごはん						米		
		やきさばのみぞれかけ		さば			大根	砂糖		
		やさいのしそひじきあえ			ひじき	にんじん	きゅうり キャベツ	砂糖		
		こおりどうふのたまごとじに		卵 凍り豆腐 豚肉 かまぼこ		にんじん ねぎ	玉ねぎ 干ししいたけ ねぎ	砂糖 でんぷん		
27	火	サンドイッチバンズパン						パン		
		ハンバーグのケチャップソースかけ		豚肉 鶏肉			玉ねぎ	砂糖		
		ブロッコリーサラダ		ハム		にんじん ブロッコリー	キャベツ とうもろこし		卵なしマヨネーズ フレンチドレッシング	
		ABCマカロニとやさいのスープ		豚肉		にんじん パセリ	玉ねぎ かぶ にんにく	マカロニ		
		スライスチーズ			チーズ					
28	水	ごはん						米		
		とりにくのしおこうじやき		鶏肉					菜種油	
		みそおでん		生揚げ うずら卵 さつま揚げ みそ		にんじん	大根 こんにゃく	さといも 砂糖		
		やさいのツナあえ		まぐろ		にんじん こまつな	キャベツ	砂糖		
29	木	ごはん						米		
		はんぺんのいそべあげ		はんぺん	あおさ			小麦粉	米油	
		さつまいものごまあえ					枝豆	さつまいも 砂糖	ごま	
		さわにわん		豚肉 豆腐 油揚げ		にんじん ねぎ	大根 ごぼう えのきたけ ねぎ			
30	金	むぎごはん						米 麦		
		こめこカレーライス		豚肉	牛乳	にんじん	玉ねぎ しょうが にんにく	じゃがいも 砂糖		
		オムレツのトマトソースかけ		卵		トマト	玉ねぎ	砂糖		
		いんげんまめとかぼちゃのサラダ		鶏肉		かぼちゃ にんじん	キャベツ	白いんげん豆	ごまドレッシング	

食育の日

東浦町では、「食物アレルギーに関する情報」と「野菜・果物と肉類の産地情報」をホームページで公開しています。
「東浦町学校給食センター」⇒「食物アレルギーに関する情報」⇒「詳細な献立表（アレルギー対応）」と「野菜・果物の産地情報」の順で、検索してください。

★は、業者から学校へ直接配送されます。　　※材料入荷の都合により，献立を変更することがあります。