

2026年11月2日（月）

食物アレルギー原因食品一覧表

足助給食センター(献立A)【小学校】

献立：飲用牛乳・りんごパン・マカロニのクリーム煮・フレンチサラダ・サーモンフライ・中濃ソース〈サーモンフライ用〉（※）

料理名／食品名	使用量 g	食物アレルギー原因食品																														
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	ナッツ	カシュー	フルーツ	キウイ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	ナッツ	マカダミア	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
飲用牛乳			○																													
飲用牛乳	206.00		○																													
りんごパン【特例:乳・りんご】			○	○																			○								○	
りんごパン	96.00		○	○																			○								○	
マカロニのクリーム煮【特例:乳】			○	○																			○	○		○						
マカロニ	17.00			○																												
とり肉	12.75																							○								
ショルダーベーコン	4.25																						○			○						
たまねぎ	51.00																															
にんじん	12.75																															
ほうれんそう	8.50																															
牛乳	17.00		○																													
脱脂粉乳	2.55		○																													
ベシヤメルソースの素	6.80		○	○																			○									
チキンコンソメの素	0.85																							○								
生クリーム	1.70		○																													
チーズ	1.70		○																													
塩	0.09																															
こしょう	0.01																															
水	0.00																															
フレンチサラダ																																
キャベツ	34.00																															
きゅうり	8.50																															
スイートコーン(ホール)	4.25																															
にんじん	4.25																															

○:アレルギーが含まれる食品
コンタミネーションは表示していません。▲:アレルギーが含まれる食品のうち、症状誘発の原因となりにくいとされているもの
(※):クラスで配膳の際に使用します。

2026年11月2日（月）

食物アレルギー原因食品一覧表

足助給食センター(献立A)【小学校】

献立：飲用牛乳・りんごパン・マカロニのクリーム煮・フレンチサラダ・サーモンフライ・中濃ソース〈サーモンフライ用〉（※）

料理名／食品名	使用量 g	食物アレルギー原因食品																														
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレング	ナッツ	カシュー	フルーツ	キウイ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミア	ナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
オリーブ油	1.70																															
酢	2.98																															
砂糖	1.02																															
レモン果汁	1.28																															
塩	0.34																															
こしょう	0.02																															
サーモンフライ				○																	○		○									
サーモンフライ	40.00			○																	○		○									
米ぬか油	4.00																															
中濃ソース〈サーモンフライ用〉(※) 【特例:りんご】				○																			○			○					○	
中濃ソース	4.00			○																			○			○					○	

○:アレルギーが含まれる食品
コンタミネーションは表示していません。▲:アレルギーが含まれる食品のうち、症状誘発の原因となりにくいとされているもの
(※):クラスで配膳の際に使用します。

2026年11月4日（水）

食物アレルギー原因食品一覧表

足助給食センター（献立A）【小学校】

献立：飲用牛乳・麦ごはん・中華卵スープ・ビビンバ丼・みそたれ・さつまいもチップス・乾燥小魚

料理名／食品名	使用量 g	食物アレルギー原因食品																													
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	ナッツ	カシュー	フルーツ	キウイ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
飲用牛乳			○																												
飲用牛乳	206.00		○																												
麦ごはん																															
ごはん	65.00																														
精麦	6.30																														
中華卵スープ【特例：卵】		○		▲																▲			▲	▲							
鶏卵	21.25	○																													
にんじん	8.50																														
たまねぎ	17.00																														
はくさい	21.25																														
根深ねぎ	4.25																														
スイートコーン(ホール)	8.50																														
中華スープの素	1.28																		▲					▲							
オイスターソース	0.85			▲																			▲								
塩	0.09																														
こしょう	0.02																														
ビビンバ丼				▲																○			▲			○					
ぶた肉	42.50																								○						
チンゲンサイ	8.50																														
にんじん	8.50																														
もやし	17.00																														
しょうゆ	2.55			▲																			▲								
砂糖	0.85																														
ごま(いり)	1.02																		○												
ごま油	1.28																		▲												

○：アレルゲンが含まれる食品
コンタミネーションは表示していません。▲：アレルゲンが含まれる食品のうち、症状誘発の原因となりにくいとされているもの
(※)：クラスで配膳の際に使用します。

2026年11月4日（水）

食物アレルギー原因食品一覧表

足助給食センター（献立A）【小学校】

献立：飲用牛乳・麦ごはん・中華卵スープ・ビビンバ丼・みそたれ・さつまいもチップス・乾燥小魚

料理名／食品名	使用量 g	食物アレルギー原因食品																												
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	ナッツ	カシュー	キウイ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
みそたれ																					▲									
みそたれ	15.00																				▲									
さつまいもチップス																														
さつまいも	36.00																													
米ぬか油	3.60																													
塩	0.07																													
乾燥小魚																														
乾燥小魚	5.00																													

○：アレルギーが含まれる食品
コンタミネーションは表示していません。▲：アレルギーが含まれる食品のうち、症状誘発の原因となりにくいとされているもの
(※)：クラスで配膳の際に使用します。

2026年11月5日（木）

食物アレルギー原因食品一覧表

足助給食センター（献立A）【小学校】

献立：飲用牛乳・ごはん・のっぺい汁・青菜あえ・レバーと大豆のごまがらめ

料理名／食品名	使用量 g	食物アレルギー原因食品																														
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	ナッツ	カシュー	フルーツ	キウイ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	ナッツ	マカダミア	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
飲用牛乳			○																													
飲用牛乳	206.00		○																													
ごはん																																
ごはん	70.00																															
のっぺい汁				▲																▲		○	○									
こんぶ	0.85																															
油揚げ	4.25																						○									
にんじん	8.50																															
さといも	21.25																															
ごぼう	4.25																															
だいこん	17.00																															
しいたけ	1.02																															
こんにゃく	8.50																															
葉ねぎ	4.25																															
けずりぶし	1.02																					○										
しょうゆ	3.83			▲																			▲									
和風だし	0.43			▲																			▲									
塩	0.09																															
じゃがいもでん粉	1.02																															
ごま油	0.43																		▲													
青菜あえ																																
キャベツ	29.75																															
はくさい	12.75																															
にんじん	4.25																															
もやし	8.50																															

○：アレルギーが含まれる食品
コンタミネーションは表示していません。▲：アレルギーが含まれる食品のうち、症状誘発の原因となりにくいとされているもの
（※）：クラスで配膳の際に使用します。

2026年11月5日（木）

食物アレルギー原因食品一覧表

足助給食センター（献立A）【小学校】

献立：飲用牛乳・ごはん・のっぺい汁・青菜あえ・レバーと大豆のごまがらめ

料理名／食品名	使用量 g	食物アレルギー原因食品																													
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	ナッツ	カシュー	フルーツ	キウイ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
菜めし粉	0.85																														
塩	0.09																														
レバーと大豆のごまがらめ				▲															○			○	○								
大豆	17.00																					○									
じゃがいもでん粉	1.70																														
とり肉(でんぷん付)	25.50																							○							
とりレバー(でんぷん付)	17.00																						○								
米ぬか油	5.95																														
しょうゆ	3.40			▲																		▲									
砂糖	3.40																														
ごま(いり)	1.70																		○												
水	8.50																														

○：アレルギーが含まれる食品
コンタミネーションは表示していません。▲：アレルギーが含まれる食品のうち、症状誘発の原因となりにくいとされているもの
（※）：クラスで配膳の際に使用します。

2026年11月6日（金）

食物アレルギー原因食品一覧表

足助給食センター(献立A)【小学校】

献立：飲用牛乳・ごはん・ぶた肉と野菜のうま煮・かみかみサラダ・いわしの梅煮

料理名／食品名	使用量 g	食物アレルギー原因食品																														
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	ナッツ	カシュー	フルーツ	キウイ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	ナッツ	マカダミア	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
飲用牛乳			○																													
飲用牛乳	206.00		○																													
ごはん																																
ごはん	70.00																															
ぶた肉と野菜のうま煮				▲																		○	○			○						
ぶた肉	17.00																								○							
はんぺん	21.25																						○			○						
たまねぎ	42.50																															
にんじん	17.00																															
じゃがいも	51.00																															
砂糖	1.28																															
しょうゆ	5.10			▲																			▲									
本みりん	0.85																															
けずりぶし	1.28																					○										
かみかみサラダ				▲																○			▲	○								
鶏ささみ	8.50																							○								
切干しだいこん	3.40																															
キャベツ	17.00																															
きゅうり	12.75																															
しょうゆ(あえ用)	1.28			▲																			▲									
砂糖	0.17																															
ごまドレッシング	6.80																		○													
いわしの梅煮				▲																			▲									
いわしの梅煮	40.00			▲																			▲									

○:アレルギーが含まれる食品
コンタミネーションは表示していません。▲:アレルギーが含まれる食品のうち、症状誘発の原因となりにくいと思われるもの
(※):クラスで配膳の際に使用します。

2026年11月9日（月）

食物アレルギー原因食品一覧表

足助給食センター（献立A）【小学校】

献立：飲用牛乳・スライスパン・大麦と野菜のスープ・コールスローサラダ・ハンバーグサンド

料理名／食品名	使用量 g	食物アレルギー原因食品																														
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	ナッツ	カシュー	フルーツ	キウイ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	
飲用牛乳			○																													
飲用牛乳	206.00		○																													
スライスパン 【特例:乳】			○	○																			○									
スライスパン	82.00		○	○																			○									
大麦と野菜のスープ																								○		○						
押麦	4.25																									○						
とり肉	17.00																								○							
ベーコン	4.25																									○						
たまねぎ	21.25																															
じゃがいも	25.50																															
にんじん	8.50																															
パセリ	0.01																															
野菜ブイヨン	0.85																															
チキンコンソメの素	0.85																								○							
塩	0.09																															
こしょう	0.01																															
水	102.00																															
オリーブ油	0.60																															
コールスローサラダ																																
キャベツ	34.00																															
にんじん	8.50																															
きゅうり	8.50																															
コールスロートレッシング(卵乳なし)	4.51																															
ハンバーグサンド				○														○					○	○		○						
ハンバーグ	50.00			○													○						▲	○		○						

○：アレルゲンが含まれる食品
コンタミネーションは表示していません。▲：アレルゲンが含まれる食品のうち、症状誘発の原因となりにくいとされているもの
（※）：クラスで配膳の際に使用します。

2026年11月9日(月)

食物アレルギー原因食品一覧表

足助給食センター(献立A)【小学校】

献立： 飲用牛乳・スライspan・大麦と野菜のスープ・コールスローサラダ・ハンバーグサンド

[illegible]

○:アレルゲンが含まれる食品
コンタミネーションは表示していません。

▲: アレルゲンが含まれる食品のうち、症状誘発の原因となりにくいとされているもの
 (※): クラスで配膳の際に使用します。

2026年11月10日（火）

食物アレルギー原因食品一覧表

足助給食センター(献立A)【小学校】

献立：飲用牛乳・ごはん・みそ汁・野菜のねりごまあえ・さんまのおろし煮・プチゼリー（アセロラ）

料理名／食品名	使用量 g	食物アレルギー原因食品																				
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	ナッツ	カシュー	フルーツ	キウイ	牛肉	ごま	さけ	さば
飲用牛乳			○																			
飲用牛乳	206.00		○																			
ごはん																						
ごはん	70.00																					
みそ汁				▲																	○	○
豆腐	29.75																				○	○
わかめ	0.26																					
油揚げ	4.25																				○	
たまねぎ	17.00																					
じゃがいも	25.50																					
しいたけ	4.25																					
豆みそ	8.50																				▲	
けずりぶし	1.02																				○	
和風だし	0.43			▲																	▲	
野菜のねりごまあえ				▲															○		▲	○
鶏ささみ	8.50																			○		○
ほうれんそう	8.50																					
キャベツ	17.00																					
もやし	12.75																					
にんじん	8.50																					
砂糖	0.85																					
しょうゆ(あえ用)	1.70			▲																	▲	
ごま(練り)	1.53																			○		
ごま(すり)	0.85																			○		
さんまのおろし煮				▲																	▲	

○:アレルギーが含まれる食品
コンタミネーションは表示していません。▲:アレルギーが含まれる食品のうち、症状誘発の原因となりにくいとされているもの
(※):クラスで配膳の際に使用します。

2026年11月10日（火）

食物アレルギー原因食品一覧表

足助給食センター（献立A）【小学校】

献立：飲用牛乳・ごはん・みそ汁・野菜のねりごまあえ・さんまのおろし煮・プチゼリー（アセロラ）

料理名／食品名	使用量 g	食物アレルギー原因食品																												
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	カシューナッツ	フルーツ	キウイ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
さんまのおろし煮	40.00			▲																		▲								
プチゼリー(アセロラ)																														
プチゼリー(アセロラ)	20.00																													

○：アレルギーが含まれる食品
コンタミネーションは表示していません。▲：アレルギーが含まれる食品のうち、症状誘発の原因となりにくいとされているもの
（※）：クラスで配膳の際に使用します。

2026年11月11日（水）

食物アレルギー原因食品一覧表

足助給食センター（献立A）【小学校】

献立：飲用牛乳・もみじごはん・ふだま汁・ミンチカツ

料理名／食品名	使用量 g	食物アレルギー原因食品																			
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレング	ナッツ	カシュー	クルー	牛肉	ごま	さけ	さば
大豆																					
鶏肉																					
バナナ																					
豚肉																					
マカダミアナッツ																					
もも																					
やまいも																					
りんご																					
ゼラチン																					
飲用牛乳			○																		
飲用牛乳	206.00		○																		
もみじごはん				▲																	
ごはん	65.00																				
精麦	6.30																				
とり肉	17.00																				
さつまいも	25.50																				
にんじん	8.50																				
みつば	2.55																				
うすくちしょうゆ	4.25			▲																	
本みりん	1.02																				
ふだま汁				○																	
えのきたけ	8.50																				
にんじん	8.50																				
だいこん	17.00																				
豆腐	34.00																				
焼きふ	2.13			○																	
葉ねぎ	4.25																				
しょうゆ	2.72			▲																	
うすくちしょうゆ	2.72			▲																	
本みりん	0.85																				
けずりぶし	2.55																				
和風だし	0.68			▲																	
ミンチカツ				○																	

○：アレルギーが含まれる食品
コンタミネーションは表示していません。▲：アレルギーが含まれる食品のうち、症状誘発の原因となりにくいと考えられているもの
（※）：クラスで配膳の際に使用します。

2026年11月11日（水）

食物アレルギー原因食品一覧表

足助給食センター（献立A）【小学校】

献立：飲用牛乳・もみじごはん・ふだま汁・ミンチカツ

料理名／食品名	使用量 g	食物アレルギー原因食品																				
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	ナッツ	カシュー	フルーツ	キウイ	牛肉	ごま	さけ	さば
ミンチカツ	50.00			○																○		
米ぬか油	5.00																					

○：アレルギーが含まれる食品
コンタミネーションは表示していません。▲：アレルギーが含まれる食品のうち、症状誘発の原因となりにくいとされているもの
（※）：クラスで配膳の際に使用します。

2026年11月12日（木）

食物アレルギー原因食品一覧表

足助給食センター（献立A）【小学校】

献立：飲用牛乳・ごはん・だいこんとさといものそぼろ煮・ゆかりあえ・たらの銀紙焼き

料理名／食品名	使用量 g	食物アレルギー原因食品																														
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	ナッツ	カシュー	フルーツ	キウイ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	ナッツ	マカダミア	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
飲用牛乳			○																													
飲用牛乳	206.00		○																													
ごはん																																
ごはん	70.00																															
だいこんとさといものそぼろ煮				▲																		○			○							
ぶた肉	38.25																					○			○							
だいこん	42.50																															
にんじん	17.00																															
さといも	29.75																															
はんぺん	17.00																					○										
こんにゃく	12.75																															
さやいんげん	8.50																															
しょうが	0.43																															
和風だし	1.02			▲																		▲										
じゃがいもでん粉	1.87																															
砂糖	1.87																															
しょうゆ	5.95			▲																		▲										
本みりん	1.02																															
ゆかりあえ																																
キャベツ	29.75																															
はくさい	17.00																															
こまつな	4.25																															
しそ(粉)	0.85																															
塩	0.06																															
たらの銀紙焼き																						○										

○:アレルギーが含まれる食品
コンタミネーションは表示していません。▲:アレルギーが含まれる食品のうち、症状誘発の原因となりにくいとされているもの
(※):クラスで配膳の際に使用します。

2026年11月12日（木）

食物アレルギー原因食品一覧表

足助給食センター（献立A）【小学校】

献立：飲用牛乳・ごはん・だいこんとさといものそばろ煮・ゆかりあえ・たらの銀紙焼き

料理名／食品名	使用量 g	食物アレルギー原因食品																													
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	ナッツ	カシュー	フルーツ	キウイ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
たらの銀紙焼き	50.00																						○								

○:アレルギーが含まれる食品
コンタミネーションは表示していません。▲:アレルギーが含まれる食品のうち、症状誘発の原因となりにくいとされているもの
(※):クラスで配膳の際に使用します。

2026年11月13日（金）

食物アレルギー原因食品一覧表

足助給食センター（献立A）【小学校】

献立：飲用牛乳・麦ごはん・カレーライス・カラフルソテー・みかん（生）

料理名／食品名	使用量 g	食物アレルギー原因食品																														
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレングジ	ナッツ	カシュー	フルーツ	キウイ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	ナッツ	マカダミア	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
飲用牛乳			○																													
飲用牛乳	206.00		○																													
麦ごはん																																
ごはん	65.00																															
精麦	6.30																															
カレーライス【特例:乳・バナナ・りんご】			○	○																			○		○	○					○	
ぶた肉	38.25																						○			○						
たまねぎ	42.50																								○							
じゃがいも	34.00																															
にんじん	17.00																															
カレールウ(甘口)	9.35		○	○																			○		○	▲					○	
カレールウ(辛口)	4.25			○																			○									
脱脂粉乳	1.70		○																													
チーズ	6.80		○																													
ウスターソース	2.55																						○									
カラフルソテー																							○	○		○						
ウインナー	8.50																								○							
にんじん	8.50																									○						
キャベツ	21.25																															
スイートコーン(ホール)	8.50																															
えだまめ	8.50																						○									
チキンコンソメの素	0.51																							○								
こしょう	0.02																															
塩	0.09																															
みかん(生)																																

○:アレルギーが含まれる食品
コンタミネーションは表示していません。▲:アレルギーが含まれる食品のうち、症状誘発の原因となりにくいとされているもの
(※):クラスで配膳の際に使用します。

2026年11月13日（金）

食物アレルギー原因食品一覧表

足助給食センター（献立A）【小学校】

献立：飲用牛乳・麦ごはん・カレーライス・カラフルソテー・みかん（生）

料理名／食品名	使用量 g	食物アレルギー原因食品																												
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	ナッツ	カシュー	フルーツ	キウイ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご
みかん(生)	90.00																													

○：アレルギーが含まれる食品
コンタミネーションは表示していません。▲：アレルギーが含まれる食品のうち、症状誘発の原因とくにいとされているもの
（※）：クラスで配膳の際に使用します。

2026年11月16日（月）

食物アレルギー原因食品一覧表

足助給食センター（献立A）【小学校】

献立：飲用牛乳・米粉パン・ポークビーンズ・コーンサラダ・スパニッシュオムレツ

料理名／食品名	使用量 g	食物アレルギー原因食品																														
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレング	ナッツ	カシュー	フルーツ	キウイ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	ナッツ	マカダミア	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
飲用牛乳			○																													
飲用牛乳	206.00		○																													
米粉パン【特例:乳】			○	○																		○										
米粉パン	73.00		○	○																		○										
ポークビーンズ																						○	○		○							
ぶた肉	12.75																						○			○						
大豆	25.50																					○				○						
たまねぎ	51.00																															
じゃがいも	42.50																															
にんじん	17.00																															
マッシュルーム	4.25																															
グリーンピース	4.25																															
トマトケチャップ	15.30																															
ウスターソース	2.13																					○										
砂糖	1.02																															
チキンコンソメの素	1.45																						○									
こしょう	0.03																															
コーンサラダ																																
スイートコーン(ホール)	12.75																															
キャベツ	29.75																															
きゅうり	8.50																															
コーンクリーミードレッシング	5.10																															
スパニッシュオムレツ【特例:卵】		○																				▲	○									
スパニッシュオムレツ	50.00	○																				▲	○									

○：アレルギーが含まれる食品
コンタミネーションは表示していません。▲：アレルギーが含まれる食品のうち、症状誘発の原因となりにくいと考えられているもの
（※）：クラスで配膳の際に使用します。

2026年11月17日（火）

食物アレルギー原因食品一覧表

足助給食センター（献立A）【小学校】

献立：飲用牛乳・ごはん・具だくさん汁・五目きんぴら・さつまいもコロッケ・抹茶ふりかけ

料理名／食品名	使用量 g	食物アレルギー原因食品																														
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	ナッツ	カシュー	フルーツ	キウイ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	ナッツ	マカダミア	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
飲用牛乳			○																													
飲用牛乳	206.00		○																													
ごはん																																
ごはん	70.00																															
具だくさん汁				▲																		○	○	○								
とり肉	25.50																						○	○								
豆腐	25.50																						○									
にんじん	8.50																															
だいこん	17.00																															
えのきたけ	4.25																															
葉ねぎ	4.25																															
けずりぶし	2.55																					○										
和風だし	0.51			▲																			▲									
本みりん	0.68																						▲									
しょうゆ	1.87			▲																			▲									
うすくちしょうゆ	1.87			▲																			▲									
五目きんぴら				▲															▲			○										
さやいんげん	4.25																															
れんこん	17.00																															
にんじん	8.50																															
こんにゃく	8.50																															
まぐろ(油漬)	8.50																															
大豆	8.50																						○									
しょうゆ	2.55			▲																			▲									
砂糖	1.02																															

○：アレルゲンが含まれる食品
コンタミネーションは表示していません。▲：アレルゲンが含まれる食品のうち、症状誘発の原因となりにくいとされているもの
（※）：クラスで配膳の際に使用します。

2026年11月17日（火）

食物アレルギー原因食品一覧表

足助給食センター（献立A）【小学校】

献立：飲用牛乳・ごはん・具だくさん汁・五目きんぴら・さつまいもコロッケ・抹茶ふりかけ

料理名／食品名	使用量 g	食物アレルギー原因食品																													
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレングジ	ナッツ	カシュー	フルー	キウイ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
本みりん	0.34																														
ごま油	0.85																			▲											
さつまいもコロッケ				○																			○								
さつまいもコロッケ	50.00			○																		○									
米ぬか油	5.00																														
抹茶ふりかけ				○																○			○								
抹茶ふりかけ	2.50			○																○			○								

○：アレルギーが含まれる食品
コンタミネーションは表示していません。▲：アレルギーが含まれる食品のうち、症状誘発の原因となりにくいとされているもの
(※)：クラスで配膳の際に使用します。

2026年11月18日（水）

食物アレルギー原因食品一覧表

足助給食センター（献立A）【小学校】

献立：飲用牛乳・ごはん・肉だんごのスープ・チャプチェ・ヤンニョムチキン

料理名／食品名	使用量 g	食物アレルギー原因食品																													
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	ナッツ	カシュー	フルーツ	キウイ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
飲用牛乳			○																												
飲用牛乳	206.00		○																												
ごはん																															
ごはん	70.00																														
肉だんごのスープ				○																▲			○	○							
肉だんご	34.00			○																		○	○								
はくさい	25.50																														
にんじん	8.50																														
葉ねぎ	4.25																														
しょうゆ	3.40			▲																			▲								
中華スープの素	0.85																			▲			▲								
こしょう	0.04																														
塩	0.04																														
オイスターソース	0.85			▲																			▲								
チャプチェ				▲																○			▲	▲							
まぐろ(油漬)	8.50																														
たまねぎ	17.00																														
チンゲンサイ	8.50																														
にんじん	4.25																														
はるさめ	4.25																														
しいたけ	0.85																														
しょうゆ	0.85			▲																			▲								
ごま(いり)	0.43																			○											
砂糖	0.43																														
オイスターソース	0.21			▲																			▲								

○：アレルギーが含まれる食品
コンタミネーションは表示していません。▲：アレルギーが含まれる食品のうち、症状誘発の原因となりにくいといわれているもの
（※）：クラスで配膳の際に使用します。

2026年11月18日（水）

食物アレルギー原因食品一覧表

足助給食センター（献立A）【小学校】

献立：飲用牛乳・ごはん・肉だんごのスープ・チャプチェ・ヤンニョムチキン

料理名／食品名	使用量 g	食物アレルギー原因食品																												
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	ナッツ	カシュー	クルーイ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
中華スープの素	0.43																		▲				▲							
酒	0.26																													
ごま油	0.43																		▲											
こしょう	0.01																													
ヤンニョムチキン				▲																		▲	○							
とり肉	40.00																						○							
塩	0.10																													
こしょう	0.01																													
酒	1.92																													
じゃがいもでん粉	4.80																													
米ぬか油	4.00																													
トマトケチャップ	3.60																													
砂糖	0.60																													
しょうゆ	0.60			▲																		▲								
本みりん	0.40																													
にんにく	0.08																													
豆みそ	0.08																					▲								
一味唐辛子	0.01																													
水	4.00																													

○：アレルギーが含まれる食品
コンタミネーションは表示していません。▲：アレルギーが含まれる食品のうち、症状誘発の原因となりにくいと思われるもの
（※）：クラスで配膳の際に使用します。

2026年11月19日（木）

食物アレルギー原因食品一覧表

足助給食センター(献立A)【小学校】

献立：飲用牛乳・中華めん・豆乳坦々めん・切干しだいこんの中華サラダ・揚げぎょうざ・コーヒー牛乳の素

料理名／食品名	使用量 g	食物アレルギー原因食品																													
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	ナッツ	カシュー	フルーツ	キウイ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
飲用牛乳			○																												
飲用牛乳	206.00		○																												
中華めん				○																											
中華めん	180.00			○																											
豆乳坦々めん				▲																○			○	▲		○					
ぶた肉	21.25																			○			○	▲		○					
にんじん	12.75																									○					
にら	4.25																														
もやし	25.50																														
たけのこ	8.50																														
にんにく	0.26																														
しょうが	0.85																														
中華スープの素	1.70																			▲				▲							
しょうゆ	2.13			▲																			▲								
豆みそ	7.65																						▲								
豆乳(無調整豆乳)	17.00																						○								
ごま(練り)	2.13																			○											
ごま(すり)	1.70																			○											
酒	1.11																														
一味唐辛子	0.03																														
切干しだいこんの中華サラダ				▲																▲			▲			○					
ハム	8.50																									○					
切干しだいこん	3.40																														
キャベツ	12.75																														
チンゲンサイ	8.50																														

○:アレルギーが含まれる食品
コンタミネーションは表示していません。▲:アレルギーが含まれる食品のうち、症状誘発の原因となりにくいとされているもの
(※):クラスで配膳の際に使用します。

2026年11月19日（木）

食物アレルギー原因食品一覧表

足助給食センター（献立A）【小学校】

献立：飲用牛乳・中華めん・豆乳坦々めん・切干しだいこんの中華サラダ・揚げぎょうざ・コーヒー牛乳の素

料理名／食品名	使用量 g	食物アレルギー原因食品																													
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	ナッツ	カシュー	フルーツ	キウイ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
砂糖	0.85																														
しょうゆ(あえ用)	2.55			▲																		▲									
酢	3.40																														
ごま油	1.02																		▲												
揚げぎょうざ				○																		▲			○						
ぎょうざ	36.00			○																		▲			○						
米ぬか油	3.60																														
コーヒー牛乳の素																															
コーヒー牛乳の素	12.50																														

○：アレルギーが含まれる食品
コンタミネーションは表示していません。▲：アレルギーが含まれる食品のうち、症状誘発の原因となりにくいと考えられているもの
（※）：クラスで配膳の際に使用します。

2026年11月20日（金）

食物アレルギー原因食品一覧表

足助給食センター（献立A）【小学校】

献立：飲用牛乳・ごはん・麦みそ汁・和風サラダ・納豆巻き・手巻きのり

料理名／食品名	使用量 g	食物アレルギー原因食品																													
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	ナッツ	カシュー	フルーツ	キウイ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
飲用牛乳			○																												
飲用牛乳	206.00		○																												
ごはん																															
ごはん	70.00																														
麦みそ汁				▲																		○	○								
はくさい	17.00																														
だいこん	17.00																														
じゃがいも	17.00																														
にんじん	8.50																														
油揚げ	4.25																														
根深ねぎ	8.50																						○								
麦みそ	11.90																						▲								
けずりぶし	1.02																					○									
和風だし	0.43			▲																			▲								
水	93.50																														
和風サラダ				▲																			▲								
まぐろ(油漬)	8.50																														
キャベツ	29.75																														
にんじん	4.25																														
ほうれんそう	8.50																														
しょうゆ(あえ用)	1.23			▲																			▲								
砂糖	0.17																														
和風ドレッシング(卵・乳なし)	8.50																						▲								
納豆巻き【特例:乳】			○	▲																			○								
納豆	34.00																						○								

○：アレルギーが含まれる食品
コンタミネーションは表示していません。▲：アレルギーが含まれる食品のうち、症状誘発の原因となりにくいとされているもの
（※）：クラスで配膳の際に使用します。

2026年11月20日（金）

食物アレルギー原因食品一覧表

足助給食センター（献立A）【小学校】

献立：飲用牛乳・ごはん・麦みそ汁・和風サラダ・納豆巻き・手巻きのり

料理名／食品名	使用量 g	食物アレルギー原因食品																													
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	ナッツ	カシュー	フルー	キウイ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
チーズ	10.20		○																												
パセリ	0.05																														
砂糖	0.26																														
しょうゆ(あえ用)	1.70			▲																		▲									
手巻きのり																															
のり	3.00																														

○：アレルギーが含まれる食品
コンタミネーションは表示していません。▲：アレルギーが含まれる食品のうち、症状誘発の原因となりにくいとされているもの
（※）：クラスで配膳の際に使用します。

2026年11月24日（火）

食物アレルギー原因食品一覧表

足助給食センター（献立A）【小学校】

献立：飲用牛乳・わかめごはん・根菜汁・ひじきの炒め煮・さばの塩焼き

料理名／食品名	使用量 g	食物アレルギー原因食品																														
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	ナッツ	カシュー	フルーツ	キウイ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	ナッツ	マカダミア	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
飲用牛乳			○																													
飲用牛乳	206.00		○																													
わかめごはん																																
ごはん	70.00																															
わかめごはんの素	2.00																															
根菜汁				▲																		○	○									
豆腐	25.50																					○	○									
油揚げ	4.25																					○										
にんじん	8.50																															
だいこん	17.00																															
ごぼう	8.50																															
れんこん	8.50																															
葉ねぎ	4.25																															
けずりぶし	1.02																					○										
和風だし	0.43			▲																			▲									
本みりん	0.68																															
しょうゆ	1.87			▲																			▲									
うすくちしょうゆ	1.87			▲																			▲									
ひじきの炒め煮				▲																			▲			○						
ぶた肉	17.00																								○							
じゃがいも	17.00																															
にんじん	8.50																															
ひじき	1.28																															
しょうゆ	2.55			▲																			▲									

○：アレルギーが含まれる食品
コンタミネーションは表示していません。▲：アレルギーが含まれる食品のうち、症状誘発の原因となりにくいと考えられているもの
（※）：クラスで配膳の際に使用します。

2026年11月24日（火）

食物アレルギー原因食品一覧表

足助給食センター（献立A）【小学校】

献立：飲用牛乳・わかめごはん・根菜汁・ひじきの炒め煮・さばの塩焼き

料理名／食品名	使用量 g	食物アレルギー原因食品																													
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	ナッツ	カシュー	フルーツ	キウイ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
本みりん	1.28																														
砂糖	1.02																														
和風だし	0.26			▲																		▲									
米ぬか油 1.8ℓ入	0.43																														
さばの塩焼き																					○										
さば	40.00																				○										
塩	0.08																														

○:アレルギーが含まれる食品
コンタミネーションは表示していません。▲:アレルギーが含まれる食品のうち、症状誘発の原因となりにくいとされているもの
(※):クラスで配膳の際に使用します。

2026年11月25日（水）

食物アレルギー原因食品一覧表

足助給食センター（献立A）【小学校】

献立：飲用牛乳・ごはん・麻婆豆腐・中華あえ・野菜入りしゅうまい

料理名／食品名	使用量 g	食物アレルギー原因食品																													
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	ナッツ	カシュー	フルーツ	キウイ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
飲用牛乳			○																												
飲用牛乳	206.00		○																												
ごはん																															
ごはん	70.00																														
麻婆豆腐				▲															▲				○	▲		○					
ぶた肉	29.75																			▲			○			○					
豆腐	51.00																					○									
たまねぎ	42.50																														
にんじん	12.75																														
葉ねぎ	17.00																														
しいたけ	4.25																														
しょうが	0.43																														
しょうゆ	6.38			▲																			▲								
豆みそ	3.83																						▲								
砂糖	1.70																														
じゃがいもでん粉	1.70																														
ごま油	0.43																		▲												
中華スープの素	0.85																		▲					▲							
中華あえ				▲															○				▲								
もやし	25.50																														
ほうれんそう	8.50																														
キャベツ	17.00																														
砂糖	0.85																														
しょうゆ(あえ用)	2.55			▲																			▲								
酢	3.40																														

○：アレルギーが含まれる食品
コンタミネーションは表示していません。▲：アレルギーが含まれる食品のうち、症状誘発の原因となりにくいとされているもの
（※）：クラスで配膳の際に使用します。

2026年11月25日（水）

食物アレルギー原因食品一覧表

足助給食センター（献立A）【小学校】

献立：飲用牛乳・ごはん・麻婆豆腐・中華あえ・野菜入りしゅうまい

料理名／食品名	使用量 g	食物アレルギー原因食品																													
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレングジ	ナッツ	カシュー	フルーツ	キウイ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
ごま(すり)	0.51																		○												
ごま油	1.02																		▲												
野菜入りしゅうまい				○																			○	○		○					
野菜入りしゅうまい	36.00			○																			○	○		○					

○:アレルギーが含まれる食品
コンタミネーションは表示していません。▲:アレルギーが含まれる食品のうち、症状誘発の原因となりにくいとされているもの
(※):クラスで配膳の際に使用します。

2026年11月26日（木）

食物アレルギー原因食品一覧表

足助給食センター（献立A）【小学校】

献立：飲用牛乳・ごはん・ひきずり・ごま酢あえ・ちくわの赤しそ揚げ・おにまんじゅう

料理名／食品名	使用量 g	食物アレルギー原因食品																													
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	ナッツ	カシュー	フルーツ	キウイ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
飲用牛乳			○																												
飲用牛乳	206.00		○																												
ごはん																															
ごはん	70.00																														
ひきずり				○																		○	○								
とり肉	34.00																						○	○							
こんにゃく	29.75																														
焼き豆腐	29.75																					○									
根深ねぎ	21.25																														
はくさい	38.25																														
えのきたけ	4.25																														
生ふ	8.50			○																											
砂糖	3.83																														
しょうゆ	7.65			▲																		▲									
本みりん	2.13																														
ごま酢あえ				▲																○		▲									
もやし	17.00																														
キャベツ	25.50																														
きゅうり	8.50																														
しょうが	0.43																														
酢	4.08																														
砂糖	1.53																														
しょうゆ(あえ用)	1.96			▲																		▲									
ごま(すり)	0.85																		○												
ちくわの赤しそ揚げ				○																											

○：アレルギーが含まれる食品
コンタミネーションは表示していません。▲：アレルギーが含まれる食品のうち、症状誘発の原因となりにくいとされているもの
（※）：クラスで配膳の際に使用します。

2026年11月26日（木）

食物アレルギー原因食品一覧表

足助給食センター（献立A）【小学校】

献立：飲用牛乳・ごはん・ひきずり・ごま酢あえ・ちくわの赤しそ揚げ・おにまんじゅう

料理名／食品名	使用量 g	食物アレルギー原因食品																													
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	ナッツ	カシュー	フルーツ	キウイ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
ちくわ	20.00																														
小麦粉	2.75			○																											
しそ(粉)	0.10																														
水	2.40																														
米ぬか油	2.00																														
おにまんじゅう																															
おにまんじゅう	30.00																														

○：アレルギーが含まれる食品
コンタミネーションは表示していません。▲：アレルギーが含まれる食品のうち、症状誘発の原因となりにくいとされているもの
（※）：クラスで配膳の際に使用します。

2026年11月30日（月）

食物アレルギー原因食品一覧表

足助給食センター（献立A）【小学校】

献立：飲用牛乳・ツイストパン・イタリアンスパゲティ・チキンサラダ・フルーツヨーグルト

料理名／食品名	使用量 g	食物アレルギー原因食品																												
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	ナッツ	カシュー	キウイ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
飲用牛乳			○																											
飲用牛乳	206.00		○																											
ツイストパン 【特例:乳】			○	○																		○								
ツイストパン	74.00		○	○																		○								
イタリアンスパゲティ				○																		○	○		○					
スパゲティ	29.75			○																		○			○					
ショルダーベーコン	12.75																					○			○					
たまねぎ	42.50																													
にんじん	17.00																													
マッシュルーム	4.25																													
ピーマン	8.50																													
トマトケチャップ	17.00																													
ウスターソース	3.40																					○								
チキンコンソメの素	0.34																						○							
塩	0.09																													
こしょう	0.02																													
チキンサラダ																							○							
鶏ささみ	12.75																						○							
キャベツ	29.75																													
にんじん	4.25																													
きゅうり	8.50																													
コールスロードレッシング(卵乳なし)	4.51																													
フルーツヨーグルト 【特例:乳】			○																											○
りんご(生)	17.00																													○
パインアップル	17.00																													

○:アレルギーが含まれる食品
コンタミネーションは表示していません。▲:アレルギーが含まれる食品のうち、症状誘発の原因となりにくいとされているもの
(※):クラスで配膳の際に使用します。

2026年11月30日（月）

食物アレルギー原因食品一覧表

足助給食センター（献立A）【小学校】

献立：飲用牛乳・ツイストパン・イタリアンスパゲティ・チキンサラダ・フルーツヨーグルト

料理名／食品名	使用量 g	食物アレルギー原因食品																												
		卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	ナッツ	カシュー	フルーツ	キウイ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご
ヨーグルト	25.50		○																											

○:アレルギーが含まれる食品
コンタミネーションは表示していません。▲:アレルギーが含まれる食品のうち、症状誘発の原因となりにくいとされているもの
(※):クラスで配膳の際に使用します。