令和８年10月鎌倉市中学校給食　　［　アレルギー詳細献立表　］

・献立にアレルゲンが含まれている場合は、欄に〇が記載されています。
・給食はすべて共通の施設で調理しているため、コンタミネーションの可能性があることをご了承ください。なお、海産物(わかめ・しらす等)は、えび・かにが混入する可能性があります。
・献立名にある●は、揚げ物を示しています。揚げ物を提供する場合は、同一ラインで別製品を調理し、アレルギー物質が揚げ油に溶出、もしくは混入する可能性があります。
・加工品及び調味料等の配合内容を必要とされる方は、別紙「加工品等配合割合一覧表」をご覧ください。
・醤油の原料に含まれる「小麦」「大豆」、ごま油の原料に含まれる「ごま」、みその原料に含まれる「大豆」は表示していません。

日付		献立名	アレルゲン																																									
			小麦	そば	卵	乳	落花生	あわび	いか	いくら	えび	オレンジ	かに	キウイフルーツ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ごま	アーモンド	果物類	プラム	パイナップル	梨	メロン	たこ	魚卵	ビワ	さくらんぼ	さといも	ゴーヤ	トマト	ナッツ類	魚類全般	かき（貝）	貝類	まぐろ	ぶり	かつお
10/1	木	ごはん																																														
		豆腐ハンバーグ和風きのこソース	〇		〇														〇		〇																											
		マセドアンサラダ																																														
		切干し大根のカレー炒め																		〇	〇					〇																〇						
		キャベツのみそ汁																	〇																													
		牛乳				〇																																										
10/2	金	五穀ごはん																																														
		かつおの揚げ煮　●	〇																										〇															〇				〇
		和風チャプチェ																			〇								〇																			
		磯香和え																																														
		さつまいものみそ汁																																														
		牛乳				〇																																										
10/5	月	ごはん																																														
		ぶりの照り焼き	〇																																									〇				〇
		生揚げと大根の煮物																	〇		〇																											
		ごま酢和え																											〇		〇																	
		ニラのみそ汁																	〇																													
		牛乳				〇																																										
10/6	火	ナン	〇																																													
		チリコンカン	〇																〇	〇	〇				〇	〇					〇											〇						
		ゆで野菜のドレッシング和え																											〇																			
		大学いも　●																											〇																			
		コーンスープ	〇			〇														〇						〇															〇						
		牛乳				〇																																										
10/7	水	しょうがごはん																	〇																														
		さわらの竜田揚げ　●																																										〇				
		ごぼうサラダ																			〇																											
		さつま揚げのだし煮																	〇										〇																〇				
		ひじきの和風スープ																		〇																													
		牛乳				〇																																										
10/8	木	ごはん																																														
		すき焼き煮	〇																〇		〇																											
		鶏肉のから揚げ　●	〇																	〇																												
		辛子和え																																														
		かぶのみそ汁																																														
		牛乳				〇																																										

日付		献立名	小麦	そば	卵	乳	落花生	あわび	いか	いくら	えび	オレンジ	かに	キウイフルーツ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ごま	アーモンド	果物類	プラム	パイナップル	梨	メロン	たこ	魚卵	ビワ	さくらんぼ	さといも	ゴーヤ	トマト	ナッツ類	魚類全般	かき（貝）	貝類	まぐろ	ぶり	かつお
			アレルゲン																																															
10/9	金	ごはん																																																
		親子煮			○														○	○																														
		ゆかり和え																																																
		ブロッコリーの天ぷら　●	○		○														○																															
		玉ねぎのみそ汁																	○																															
		牛乳				○																																												
10/13	火	チキンライス				○														○						○																○								
		かじきのハーブ焼き	○																																									○						
		和風スパゲティ	○																		○																							○						○
		生姜ドレッシングサラダ																																																
		豆乳スープ																	○	○						○																○								
		牛乳				○																																												
10/14	水	ごはん																																																
		豚肉とじゃがいもの南蛮煮																	○		○																													
		竹輪の石垣揚げ　●	○																										○															○						
		きゅうりとわかめの酢の物																																																
		鶏ごぼう汁																	○	○																														
		牛乳				○																																												
10/15	木	コッペパン	○			○																																												
		マーマレードジャム										○																			○																			
		タンドリーチキン				○														○																						○								
		ガーリックポテト																																																
		華風和え																											○																					
		ミネストローネスープ				○														○	○					○																○								
		牛乳				○																																												
10/16	金	ごはん																																																
		生揚げの五目炒め煮																	○	○	○					○																○								
		いかの香味焼き							○																																									
		菊花みかん																													○																			
		もやしのスープ																		○	○					○																○								
		牛乳				○																																												
10/19	月	ごはん																																																
		白身魚のスパイス揚げ　●																																										○						
		ウインナーと野菜のコンソメ煮																		○	○					○																○								
		フルーツ杏仁																	○				○							○																				
		ハヤシライス ルウ	○			○													○	○	○				○	○					○												○								
		牛乳				○																																												
10/20	火	ごはん																																																
		ホイコーロー	○																○		○								○																					
		鶏肉と高野豆腐の揚げ煮　●																	○	○									○																					
		かぼちゃのサラダ																	○																															
		豆腐と桜えびの生姜スープ									○								○	○						○																○								
		牛乳				○																																												

日付		献立名	アレルゲン																																											
			小麦	そば	卵	乳	落花生	あわび	いか	いくら	えび	オレンジ	かに	キウイフルーツ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ごま	アーモンド	果物類	プラム	パイナップル	梨	メロン	たこ	魚卵	ビワ	さくらんぼ	さといも	ゴーヤ	トマト	ナッツ類	魚類全般	かき（貝）	貝類	まぐろ	ぶり	かつお
10/21	水	ごはん																																														
		チキンカツ　●	○		○														○	○					○						○											○						
		ボイルキャベツ																																														
		もやしと油揚げのナムル																	○																													
		甘辛ポテト																																														
		五目スープ																		○	○					○																○						
		牛乳				○																																										
10/22	木	ロールパン	○			○																																										
		ボルシチ風				○														○	○					○																○						
		大根サラダ																																														
		大豆の揚げ煮　●																	○																													
		白菜のスープ																		○	○					○																○						
		牛乳				○																																										
10/23	金	秋の炊きこみごはん																	○																													
		鮭の香味焼き															○												○															○					
		ごま和え																											○																				
		にんじんしりしり			○														○																									○			○		○
		里芋のみそ汁																	○																					○									
		牛乳				○																																										
10/26	月	ごはん																																														
		カレー肉じゃが																	○		○																											
		春雨のひき肉炒め	○																○		○																								○	○			
		りんご																							○						○																		
		青菜のみそ汁																	○																													
		牛乳				○																																										
10/27	火	ごはん																																														
		鶏肉のねぎ塩焼き																		○											○																		
		じゃがいものそぼろ煮																		○																													
		切干し大根のサラダ																																														
		かきたま汁			○																																							○					
		牛乳				○																																										
10/28	水	ごはん																																														
		生揚げの肉味噌あんかけ																	○		○																											
		わかめの中華サラダ																											○																			
		えびといかのチリソース　●	○						○		○								○																							○						
		チンゲン菜のスープ																			○																											
		はっこう乳				○																																										
10/29	木	くろパン	○			○																																										
		鶏肉ときのこのクリーム煮	○			○														○	○																											
		ひじきと野菜のソテー	○																○		○																								○	○			
		ブロッコリーのごま醤油																											○																			
		ＡＢＣスープ	○																	○	○																											
		牛乳				○																																										
10/30	金	わかめごはん																											○																			
		さわらの和風ドレッシングがけ　●																											○															○					
		ゆず香和え																											○		○																		
		大豆とひじきの煮物																	○																														
		みそけんちん汁																	○																					○									
		牛乳				○																																										