献立表（アレルギー表示）

通常食
中学校

令和　8年　11月　2日（月）昼

献立名	牛乳　米飯　せんべいじる（地鶏昆布つゆ） とんかつ　切干大根のツナ和え

2026.10.21　　1頁

料理・食品名	正味重量 g	単体使用	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	くるみ		あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ゴマ	アーモンド	マカダミアナッツ	ピスタチオ			備考
2100001　牛乳																																			
13003　普通牛乳	206.00	1.00 本				*																													
1110000　米飯																																			
0108301　学校給食用精米	100.00																																		
3050015　せんべいじる（地鶏昆布つゆ）																																			
1505201　Caおつゆせんべい	13.80		*																																
1121901　鶏肉（ﾑﾈ50%・ﾓﾓ50%）	18.00																				*														
06214C　にんじん	9.60																																		
06084　ごぼう　根、生	14.40																																		
06226A　長ねぎ	9.60																																		
06233　はくさい　結球葉、生	24.00																																		
17007A　こいくちしょうゆ	3.00		*																		*														
170111B　地鶏昆布白だし	3.00		*																		*	*					*								
16003　清酒　本醸造酒	2.40																																		
100451C　昆布と鰹のだしパック	1.44																																		
0801301　乾椎茸（スライス）	0.60																																		
1702802　和風だしの素（リケン）	0.24																																		
3060146　とんかつ																																			
1112311　県産豚ももカツ	50.00	1.00 個	*																		*		*												
14008A　なたね油（揚げ物用）	4.80																																		
1700202　中濃ソース（ブルドック）	3.00																									*									
3070200　切干大根のツナ和え																																			
0613601　切干大根	3.00																																		
06269　ほうれんそう　葉、冷凍	30.00																																		
10263A　ライトツナフレーク	9.60																				*														
06212　にんじん　根、皮つき、生	6.00																																		
1704102　笑顔でランチ野菜いっぱい和風ド	7.80																																		
090050A　味付のり（和紙無添加）	1.70	1.00 個																																	

献立表（アレルギー表示）

令和　8年　11月　4日（水）昼

献立名	牛乳　炊き込みごはん　　おいらせ汁 肉団子　　もやし和え

2026.10.21　　2頁

料理・食品名	正味重量 g	単体使用	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	くるみ		あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ゴマ	アーモンド	マカダミアナッツ	ピスタチオ			備考
2100001　牛乳																																			
13003　普通牛乳	206.00	1.00 本				＊																													
1120029　山菜ごはん																																			
0108301　学校給食用精米	90.00																																		
2302302　山菜ごはんの素（地産地消）	16.00		＊																	＊															
170281A　顆粒バウミー	0.72		＊																																
3050273　おいらせ汁																																			
1013402　生鮭角切	12.00																	＊																	
16003　清酒　本醸造酒	1.80																																		
11221　にわとり　若鶏肉　もも皮付、生	24.00																				＊														
06212　にんじん　根、皮つき、生	10.24																																		
06084A　ごぼう	6.40																																		
02023　やまのいも　ながいも塊根、生	24.00																								＊										
06061　キャベツ　結球葉、生	18.00																																		
04032　木綿豆腐	25.60																			＊															
06226A　長ねぎ	7.20																																		
17045　米みそ　淡色辛みそ	6.60																			＊															
17024B　がらスープチキン	7.20																				＊														
1702705　コンソメ（リケン）	0.48																＊			＊															
180150C　彩どり野菜肉団子	50.00	2.00	＊																	＊	＊														
3070149　もやし和え（ｷｭｳﾘ・ﾓﾔｼ・ｶﾆｶﾏ）																																			
06065　きゅうり　果実、生	18.00																																		
06291　りょくとうもやし　生	36.00																																		
103760B　カニカマフレーク	7.20		＊																	＊															
170400E　笑顔でランチ　香りごま	9.60		＊																	＊										＊					
17007A　こいくちしょうゆ	0.48		＊																	＊															

献立表（アレルギー表示）

令和　8年　11月　5日（木）昼

献立名	米飯　牛乳　しじみの味噌汁　さば 煮こもり

2026.10.21　　3頁

料理・食品名	正味重量 g	単体使用	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	くるみ		あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ゴマ	アーモンド	マカダミアナッツ	ピスタチオ			備考
2100001　牛乳																																			
13003　普通牛乳	206.00	1.00 本				＊																													
1110000　米飯																																			
0108301　学校給食用精米	100.00																																		
3050063　しじみの味噌汁																																			
10297　しじみ　生	12.00																																		
06226A　長ねぎ	12.00																																		
16003　清酒　本醸造酒	2.94																																		
1702001　素材力こんぶだし	0.72																																		
17045A　津軽一番　白みそ	4.20																			＊															
17045　米みそ　淡色辛みそ	4.20																			＊															
1015825　さば味噌煮（津軽味噌）	50.00	1.00 個																	＊	＊															
3010104　煮こもり																																			
11221　にわとり　若鶏肉　もも皮付、生	24.00																				＊														
06214C　にんじん	9.60																																		
06084A　ごぼう	7.20																																		
02006　さつまいも　塊根、生	24.00																																		
10386　さつま揚げ	7.20																																		
08013　しいたけ　乾しいたけ、乾	0.48																																		
17007A　こいくちしょうゆ	1.44		＊																	＊															
17030B　かつお厚けずりつゆ	1.20		＊																＊	＊															
16003　清酒　本醸造酒	1.28																																		
16025　みりん　本みりん	1.28																																		
03003　車糖　上白糖	0.96																																		
1702802　和風だしの素（リケン）	0.24																																		
02034　じゃがいもでん粉	0.48																																		

献 立 表 （ アレルギー表示 ）

令和　8年　11月　6日（金）昼

献立名	牛乳　みそラーメン（ｷｬﾍﾞ・ﾆﾗ・ﾓﾔｼ・ｺｰﾝ・ﾒﾝﾏ タルト　ブロッコリーサラダ

2026.10.21　　4頁

料理・食品名	正味重量 g	単体使用	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	くるみ		あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ゴマ	アーモンド	マカダミアナッツ	ピスタチオ			備考
2100001　牛乳																																			
13003　普通牛乳	206.00	1.00 本				*																													
1300038　みそラーメン（ｷｬﾍﾞ・ﾆﾗ・ﾓﾔｼ・ｺｰﾝ・ﾒﾝﾏ																																			
01048　パック中華めん　ゆで	200.00	1.00 個	*																																
1113003　豚肉（ﾓﾓ50%・ﾊﾞﾗ50%）	24.00																					*													
16003　清酒　本醸造酒	2.65																																		
17076　にんにく　おろし	0.38																																		
17024B　がらスープチキン	3.00																				*														
08006　きくらげ　乾	0.60																																		
1038401　なると巻	6.00																																		
0615203　メンマ水煮	7.68																																		
06214C　にんじん	8.96																																		
1709703　みそラーメンスープ	15.60		*																		*	*	*								*				
17064　こしょう　白、粉	0.03																																		
06061　キャベツ　結球葉、生	24.00																																		
06291　りょくとうもやし　生	18.00																																		
06207　にら　葉、生	7.20																																		
06180　スイートコーン　缶詰　ホール	6.00																																		
1502402　お米deタルト(栗)	30.00	1.00 個																			*														
3070068　ブロッコリーサラダ(ﾂﾅ)																																			
0626402　ブロッコリー（ミニフローレット	36.00																																		
06065　きゅうり　果実、生	12.00																																		
06212　にんじん　根、皮つき、生	6.00																																		
10263A　ライトツナフレーク	7.20																				*														
1704203　エッグケア（卵不使用）	12.00																				*														
17064　こしょう　白、粉	0.01																																		

献 立 表 （ アレルギー表示 ）

令和　8年　11月　9日（月）昼

献立名	牛乳　米飯　ワンタンスープ　ハンバーグ ポテトサラダ

2026.10.21　　5頁

料理・食品名	正味重量 g	単体使用	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	くるみ		あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ゴマ	アーモンド	マカダミアナッツ	ピスタチオ			備考
2100001　牛乳																																			
13003　普通牛乳	206.00	1.00 本				＊																													
1110000　米飯																																			
0108301　学校給食用精米	100.00																																		
3050035　ワンタンスープ																																			
0105001　肉入りワンタン	18.00		＊																	＊		＊													
06086　こまつな　葉、生	12.00																																		
06291　りょくとうもやし　生	18.00																																		
06214C　にんじん	9.60																																		
06226A　長ねぎ	7.20																																		
0801301　乾椎茸（スライス）	0.60																																		
1702813　中華スープストック	1.44		＊																	＊	＊	＊					＊			＊					
17007A　こいくちしょうゆ	0.60		＊																	＊															
1801315　照り焼きハンバーグ	60.00	1.00 個	＊																	＊	＊	＊													
3070178　ポテトサラダ																																			
020171B　Ｊポテトサラダ	42.00		＊		＊	＊												＊		＊						＊									
06065　きゅうり　果実、生	12.00																																		
06061　キャベツ　結球葉、生	14.40																																		
06180　スイートコーン　缶詰　ホール	6.00																																		
1704203　エッグケア（卵不使用）	7.20																			＊															
17064　こしょう　白、粉	0.04																																		

献立表（アレルギー表示）

令和　8年　11月　10日（火）昼

献立名	牛乳　米飯　ほたて汁　いわし味噌煮 大根のそぼろ煮

2026.10.21　　6頁

料理・食品名	正味重量 g	単体使用	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	くるみ		あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ゴマ	アーモンド	マカダミアナッツ	ピスタチオ			備考
2100001　牛乳																																			
13003　普通牛乳	206.00	1.00 本				＊																													
1110000　米飯																																			
0108301　学校給食用精米	100.00																																		
3050173　ほたて汁　0																																			
1031202　ボイル帆立	24.00																																		
04042C　高野豆腐細切り	3.60																			＊															
06226A　長ねぎ	9.60																																		
06214C　にんじん	9.60																																		
06061　キャベツ　結球葉、生	24.00																																		
02005A　糸こんにゃく	18.00																																		
17045　米みそ　淡色辛みそ	4.20																			＊															
1704401　Ｃａ赤味噌	3.60																			＊															
16003　清酒　本醸造酒	2.40																																		
1702001　素材力こんぶだし	0.60																																		
100451C　昆布と鰹のだしパック	1.44																																		
1004724　いわしの味噌煮	45.00	1.00 個																		＊															
3010006　大根のそぼろ煮 ＊																																			
11163A　豚挽肉（もも　脂肪10%以下）	21.60																					＊													
17069　しょうが　おろし	1.28																																		
14002　ごま油	0.60																													＊					
06134A　だいこん	48.00																																		
06214C　にんじん	9.60																																		
08013　しいたけ　乾しいたけ、乾	0.36																																		
17030B　かつお厚けずりつゆ	3.60		＊																＊	＊															
16003　清酒　本醸造酒	1.28																																		
16025　みりん　本みりん	1.20																																		
1702802　和風だしの素（リケン）	0.36																																		
02034　じゃがいもでん粉	1.20																																		
0601702　むき枝豆	3.60																			＊															

献立表（アレルギー表示）

令和　8年　11月　11日（水）昼

献立名	牛乳　米飯　　たまごスープ 餃子　　豚肉炒め　　プリン

2026.10.21　　7頁

料理・食品名	正味重量 g	単体使用	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	くるみ		あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ゴマ	アーモンド	マカダミアナッツ	ピスタチオ				備考
2100001　牛乳																																				
13003　　普通牛乳	206.00	1.00 本				＊																														
1110000　米飯																																				
0108301　　学校給食用精米	100.00																																			
3050219　中華卵スープ（豆腐）																																				
1200401　　凍結全卵（ＨＶ）	25.60				＊																															
06214C　　にんじん	10.24																																			
04032　　木綿豆腐	38.40																			＊																
06226A　　長ねぎ	7.68																																			
08016A　　生ほぐししめじ	7.20																																			
1709802　　粉末NB塩ラーメンスープ（創味）	0.60		＊																	＊	＊															
1702813　　中華スープストック	1.28		＊																	＊	＊	＊					＊			＊						
02034　　じゃがいもでん粉	1.80																																			
17064　　こしょう　白、粉	0.03																																			
180020G　ふれあい餃子（焼き目つき）	54.00	2.00	＊																	＊		＊								＊						
3040065　豚肉炒め																																				
111192A　　豚肉雪人参醤油仕立て	42.00		＊																＊	＊		＊														
06247　　赤ピーマン　果実、生	6.40																																			
06245　　青ピーマン　果実、生	6.40																																			
06153　　玉ねぎ	30.00																																			
06136　　切干しだいこん	1.80																																			
02034　　じゃがいもでん粉	0.60																																			
14002　　ごま油	0.51																														＊					
150911B　あおもりプリン	40.00	1.00 個				＊														＊						＊										

献立表（アレルギー表示）

令和　8年　11月　12日（木）昼

献立名	牛乳　Lコッペ　メンチカツ ミネストローネ　サラダ

2026.10.21　　8頁

料理・食品名	正味重量 g	単体使用	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	くるみ		あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ゴマ	アーモンド	マカダミアナッツ	ピスタチオ			備考
2100001　牛乳																																			
13003　普通牛乳	206.00	1.00 本				＊																													
01026B　L丸パン			＊			＊														＊															
01026L　Lコッペ	90.00	1.00 個	＊			＊														＊															
3050103　ミネストローネスープ																																			
14008　なたね油	0.77																																		
17076　にんにく　おろし	0.60																																		
06153　玉ねぎ	30.00																																		
1118302　乾塩法ベーコン	8.40																					＊													
06084A　ごぼう	6.40																																		
17037A　ﾄﾏﾄｽｰﾌﾟの素	12.00		＊																	＊	＊	＊													
0618402　トマトダイスカット缶	25.60																																		
02023　やまのいも　ながいも塊根、生	36.00																								＊										
16010　ぶどう酒　白	2.56																																		
03003　車糖　上白糖	1.20																																		
17012　食塩	0.12																																		
06214C　にんじん	12.80																																		
06061　キャベツ　結球葉、生	18.00																																		
17064　こしょう　白、粉	0.03																																		
3060105　メンチカツ																																			
180160F　青森県産豚肉使用メンチカツ	60.00	1.00 個	＊																	＊		＊													
14008A　なたね油（揚げ物用）	6.00																									＊									
1700202　中濃ソース（ブルドック）	3.00																																		
3070097　花野菜サラダ																																			
06264　ブロッコリー　花序、ゆで	36.00																																		
06055　カリフラワー　花序、ゆで	19.20																																		
06180　スイートコーン　缶詰　ホール	6.00																																		
170400B　笑顔でランチｲﾀﾘｱﾝﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ	7.20																																		

献 立 表 （ アレルギー表示 ）

令和　8年　11月　13日（ 金 ） 昼

献 立 名	牛乳　ビーフカレー　フルーツ白玉

2026. 10. 21　　9頁

料理・食品名	正味重量 g	単体使用	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	くるみ		あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ゴマ	アーモンド	マカダミアナッツ	ピスタチオ			備考
2100001　牛乳																																			
13003　普通牛乳	206.00	1.00 本				*																													
1130012　ビーフカレー																																			
01007A　むぎごはん	89.60																																		
17076　にんにく　おろし	0.66																																		
17069　しょうが　おろし	0.66																																		
1104701　県産牛肉スライス	33.60																*																		
1706102　純カレー	0.96																																		
16011　ぶどう酒　赤	4.80																																		
06214C　にんじん	24.00																																		
06153　玉ねぎ	76.80																																		
02017　じゃがいも　塊茎、生	72.00																																		
1707602　黒にんにく	1.20																																		
1703602　トマトケチャップ	3.00																																		
170020A　中濃ソースエクセレント	2.88																									*									
1705105　NSカレーフレーク	6.00		*																	*															
17052　テーオーモナークハヤシフレーク	1.80		*																																
1705102　ディナーカレーフレーク	8.40		*			*											*			*						*		*							
1705106　バーモントカレーフレーク	6.00		*			*														*		*				*		*							
1705110　やさいかれー	1.80																																		
13003A　調理用牛乳	12.00					*																													
4100004　フルーツ白玉																																			
0713812　白桃角切り缶	24.00																							*											
07035　みかん　缶詰　果肉	18.00																																		
150900A　カットゼリー（あまおう）	26.40																																		
0709203　ゼネラルレクラーク缶	18.00																																		
1501950　カラフルボール	30.00																			*															

献立表（アレルギー表示）

令和　8年　11月　16日（月）昼

献立名	牛乳　米飯　豆腐の味噌汁S 焼きつくね　　肉じゃが

2026.10.21　　10頁

料理・食品名	正味重量 g	単体使用	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	くるみ		あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ゴマ	アーモンド	マカダミアナッツ	ピスタチオ			備考
2100001　牛乳																																			
13003　普通牛乳	206.00	1.00 本				*																													
1110000　米飯																																			
0108301　学校給食用精米	100.00																																		
3050266　豆腐の味噌汁S																																			
04032　木綿豆腐	36.00																			*															
06214C　にんじん	6.00																																		
06226A　長ねぎ	12.00																																		
08001A　生ほぐしエノキ（ハーフ）	9.60																																		
0106701　カット板ふ	1.80		*																																
100451F　素材力だしパック（かつお）	0.51																																		
170240B　素材力いりこだし	0.90																																		
17045　米みそ　淡色辛みそ	4.80																			*															
1704401　Ｃａ赤味噌	3.60																			*															
170281A　顆粒パウミー	0.48		*																																
1810810　鶏と野菜の焼きつくね	50.00	1.00 個	*																	*	*															
3010093　肉じゃが（豚）																																			
02017　じゃがいも　塊茎、生	48.00																																		
06214C　にんじん	7.20																																		
1113003　豚肉（ﾓﾓ50%・ﾊﾞﾗ50%）	24.00																					*													
16003　清酒　本醸造酒	0.64																																		
06153　玉ねぎ	24.00																																		
02005A　糸こんにゃく	12.00																																		
06025　グリンピース　冷凍	3.60																																		
03003　車糖　上白糖	1.02																																		
17007A　こいくちしょうゆ	2.64		*																	*															
16025　みりん　本みりん	1.20																																		
1702802　和風だしの素（リケン）	0.36																																		

献立表（アレルギー表示）

令和　8年　11月　17日（火）昼

献立名	牛乳　米飯　みそけんちん汁　とりてりやき 豚肉とすき昆布炒り煮

2026.10.21　　11頁

料理・食品名	正味重量 g	単体使用	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	くるみ		あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ゴマ	アーモンド	マカダミアナッツ	ピスタチオ			備考
2100001　牛乳																																			
13003　普通牛乳	206.00	1.00 本				＊																													
1110000　米飯																																			
0108301　学校給食用精米	100.00																																		
3050002　みそけんちん汁																																			
170240C　素材力かつおだしパック	1.44																																		
0200301　つきこんにゃく	12.00																																		
06214C　にんじん	9.60																																		
06134A　だいこん	24.00																																		
06226A　長ねぎ	9.60																																		
06084A　ごぼう	12.80																																		
04039　生揚げ	30.00																			＊															
0801301　乾椎茸（スライス）	1.20																																		
14002　ごま油	0.60																													＊					
1702802　和風だしの素（リケン）	0.48																																		
16025　みりん　本みりん	1.66																																		
17046　米みそ　赤色辛みそ	4.48																			＊															
17045A　津軽一番　白みそ	4.20																			＊															
112222K　国産照り焼きチキン	50.00	1.00 個	＊																	＊	＊														
3010069　豚肉とすき昆布炒り煮																																			
09016　ほそめこんぶ　素干し	1.28																																		
0404001　カット油揚げ	6.00																			＊															
1113003　豚肉（ﾓﾓ50%・ﾊﾞﾗ50%）	18.00																					＊													
02005A　糸こんにゃく	14.40																																		
06212　にんじん　根、皮つき、生	6.40																																		
170281A　顆粒パウミー	0.30		＊																																
17007A　こいくちしょうゆ	1.28		＊																	＊															
17030B　かつお厚けずりつゆ	1.92		＊																＊	＊															
16025　みりん　本みりん	1.92																																		
16003　清酒　本醸造酒	0.50																																		

献立表（アレルギー表示）

令和　8年　11月　18日（水）昼

献立名	牛乳　米飯　いも煮 メダイ　こまつなのゴマあえ(もやし)

2026.10.21　　12頁

料理・食品名	正味重量 g	単体使用	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	くるみ		あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ゴマ	アーモンド	マカダミアナッツ	ピスタチオ			備考
2100001　牛乳																																			
13003　普通牛乳	206.00	1.00 本				＊																													
1110000　米飯																																			
0108301　学校給食用精米	100.00																																		
3050294　芋煮																																			
1104703　牛肉（ﾓﾓ50%・ﾊﾞﾗ50%）	30.00																＊																		
06214C　にんじん	12.80																																		
02012　さといも　球茎、冷凍	42.00																																		
0200301　つきこんにゃく	19.20																																		
08016　ぶなしめじ　生	12.80																																		
06226A　長ねぎ	12.00																																		
17007A　こいくちしょうゆ	3.60		＊																	＊															
17030B　かつお厚けずりつゆ	3.60		＊																＊	＊															
16025　みりん　本みりん	1.80																																		
16003　清酒　本醸造酒	2.56																																		
170281A　顆粒パウミー	0.48		＊																																
03003　車糖　上白糖	1.56																																		
100451C　昆布と鰹のだしパック	3.20																																		
1019223　目鯛西京焼き	40.00	1.00 個																		＊															
3070062　こまつなのゴマあえ(もやし)																																			
06086　こまつな　葉、生	30.00																																		
06291　りょくとうもやし　生	36.00																																		
06212　にんじん　根、皮つき、生	6.00																																		
1710702　ごま和えの素SN	4.20		＊																＊	＊											＊				
0501803　白すりごま	0.96																														＊				

献 立 表 （ アレルギー表示 ）

令和　8年　11月　19日（木）昼

献立名	牛乳　米飯　みそかきたま汁 ハンバーグ　サラダ　　りんご

2026.10.22　　13頁

料理・食品名	正味重量 g	単体使用	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	くるみ		あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ゴマ	アーモンド	マカダミアナッツ	ピスタチオ			備考
2100001　牛乳																																			
13003　普通牛乳	206.00	1.00 本				＊																													
1110000　米飯																																			
0108301　学校給食用精米	100.00																																		
3050202　みそかきたま汁（豆腐入り）																																			
12004　全卵　生	24.00				＊																														
06214C　にんじん	7.20																																		
06207　にら　葉、生	7.20																																		
08013　しいたけ　乾しいたけ、乾	0.77																																		
04042C　高野豆腐細切り	3.00																			＊															
100451C　昆布と鰹のだしパック	1.44																																		
170281A　顆粒パウミー	0.60		＊																																
17045　米みそ　淡色辛みそ	3.60																			＊															
17045A　津軽一番　白みそ	4.20																			＊															
02034　じゃがいもでん粉	0.60																																		
1801312　安心逸品　ハンバーグ	60.00	1.00 個																		＊	＊	＊													
3150203　ケチャップソース																																			
1703602　トマトケチャップ	3.60																																		
170020A　中濃ソースエクセレント	2.40																									＊									
16011　ぶどう酒　赤	1.20																																		
3070192　ｷｬﾍﾞﾂのさっぱりサラダ																																			
06061　キャベツ　結球葉、生	42.00																																		
06065　きゅうり　果実、生	12.80																																		
06214C　にんじん	6.40																																		
2301201　ゆかり（無添加）	0.12																																		
1122921　ソフトチキン（水煮）	12.80																				＊														
1703901　和風ドレッシング　ＧＫ	7.20																																		
0714814　カットりんご皮付（１個入）	30.00	1.00 個																								＊									

献立表（アレルギー表示）

令和　8年　11月　20日（金）昼

献立名	牛乳　　肉うどん　　サラダ ビーフコロッケ　　ミルメーク（中のみ）

2026.10.21　　14頁

料理・食品名	正味重量 g	単体使用	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	くるみ		あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ゴマ	アーモンド	マカダミアナッツ	ピスタチオ			備考
2100001　牛乳																																			
13003　普通牛乳	206.00	1.00 本				＊																													
1300069　肉うどん																																			
0103901　パックうどん	200.00	1.00 個	＊																																
100451C　昆布と鰹のだしパック	2.56																																		
0632502　山菜ミックス	12.00																																		
06214C　にんじん	9.60																																		
0404001　カット油揚げ	5.12																			＊															
08001　えのきたけ　生	12.80																																		
10384　なると	7.20																																		
06226A　長ねぎ	12.80																																		
17030B　かつお厚けずりつゆ	6.60		＊																＊	＊															
17007A　こいくちしょうゆ	4.80		＊																	＊															
16025　みりん　本みりん	0.64																																		
16003　清酒　本醸造酒	0.64																																		
170281A　顆粒パウミー	0.72		＊																																
1113003　豚肉（ﾓﾓ50%・ﾊﾞﾗ50%）	32.00																					＊													
17007A　こいくちしょうゆ	3.60		＊																	＊															
16025　みりん　本みりん	0.64																																		
16003　清酒　本醸造酒	0.64																																		
3060096　ビーフコロッケ																																			
1800782　倉石牛コロッケ	50.00	1.00 個	＊														＊			＊															
14008A　なたね油（揚げ物用）	6.00																																		
3070210　ブロッコリーとひじきのサラダ																																			
0626402　ブロッコリー（ミニフローレット	42.00																																		
0903102　シーガニックひじき	3.84																																		
10263A　ライトツナフレーク	7.20																			＊															
06247　赤ピーマン　果実、生	3.60																																		
0618001　ホールコーン缶	6.00																																		
0501803　白すりごま	1.28																													＊					
170400E　笑顔でランチ　香りごま	8.96		＊																	＊										＊					
1606001　ミルメークコーヒー（液体）	12.50	1.00 個																																	

献立表（アレルギー表示）

令和　8年　11月　24日（火）昼

献立名	ジョア　米飯　わかめの味噌汁 あじフリッター　焼き鳥丼

2026.10.21　　15頁

料理・食品名	正味重量 g	単体使用	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	くるみ		あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ゴマ	アーモンド	マカダミアナッツ	ピスタチオ			備考
1302701　ジョアプレーン	125.00	1.00 本				*																													
1110000　米飯																																				
0108301　学校給食用精米	100.00																																			
3050018　味噌汁（豆腐とワカメ）																																				
04032　木綿豆腐	36.00																			*																
04040　油揚げ	6.00																			*																
0904401　カットわかめ	0.60																																			
06212　にんじん　根、皮つき、生	8.96																																			
06226A　長ねぎ	9.60																																			
17045　米みそ　淡色辛みそ	3.60																			*																
17045A　津軽一番　白みそ	4.80																			*																
100451F　素材力だしパック（かつお）	0.96																																			
170240B　素材力いりこだし	0.84																																			
170281A　顆粒パウミー	0.48		*																																	
1000312　あじフリッター	40.00	2.00	*																	*																
3040099　焼き鳥丼																																				
11223A　青森県産鶏焼き鳥丼	60.00		*																	*	*															
0613601　切干大根	3.00																																			
08028A　生ほぐしまいたけ	12.00																																			
06226A　長ねぎ	18.00																																			
14002　ごま油	0.60																													*						

献立表（アレルギー表示）

令和　8年　11月　25日（水）昼

献立名	牛乳　米飯　たら汁　ささみフライ 春雨サラダ（卵なし）

2026.10.21　　16頁

料理・食品名	正味重量 g	単体使用	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	くるみ		あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ゴマ	アーモンド	マカダミアナッツ	ピスタチオ			備考
2100001　牛乳																																			
13003　普通牛乳	206.00	1.00 本				*																													
1110000　米飯																																			
0108301　学校給食用精米	100.00																																		
3050097　たら汁																																			
1020502　たら角切	30.00																																		
06134A　だいこん	36.00																																		
06214C　にんじん	10.20																																		
08016A　生ほぐししめじ	9.60																																		
02005A　糸こんにゃく	18.00																																		
06226A　長ねぎ	9.60																																		
04042　凍り豆腐	3.00																			*															
100451C　昆布と鰹のだしパック	1.56																																		
17045A　津軽一番　白みそ	4.80																			*															
1704406　こうじ粒味噌	3.60																			*															
16003　清酒　本醸造酒	2.54																																		
170281A　顆粒パウミー	0.48		*																																
3060067　ささみフライ																																			
112222D　ささみフライ40			*																	*	*														
112222C　ささみフライ50	50.00	1.00 個	*																	*	*														
1700202　中濃ソース（ブルドック）	3.00																									*									
1400601　サラダ油	5.00																			*															
3070216　春雨サラダ（卵なし）																																			
02040　はるさめ　普通はるさめ　乾	6.00																																		
06065　きゅうり　果実、生	19.20																																		
1117604　無塩せきハム	9.60																					*													
06212　にんじん　根、皮つき、生	6.00																																		
1703911　和風ごまドレッシング	9.60		*																	*	*	*					*			*					
14002　ごま油	0.60																													*					

献立表（アレルギー表示）

令和　8年　11月　26日（木）昼

献立名	牛乳　パン　チョコパテ　ﾌｨﾚｵﾁｷﾝ コンソメスープ　チリﾋﾞｰﾝｽﾞ

2026.10.21　　17頁

料理・食品名	正味重量 g	単体使用	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	くるみ		あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ゴマ	アーモンド	マカダミアナッツ	ピスタチオ			備考
2100001　牛乳																																			
13003　普通牛乳	206.00	1.00 本				＊																													
01037B　冷凍食パン（TM）	85.00	1.00 個	＊			＊																													
3050148　コンソメスープ（ベーコン）																																			
11185A　無塩せきベーコン	12.00																					＊													
0622302　おろしにんにく	0.60																																		
17069　しょうが　おろし	0.60																																		
16010　ぶどう酒　白	1.44																																		
06214C　にんじん	12.80																																		
02017　じゃがいも　塊茎、生	48.00																																		
17064　こしょう　白、粉	0.01																																		
17007A　こいくちしょうゆ	1.28		＊																		＊														
06061　キャベツ　結球葉、生	30.00																																		
011200B　米粉マカロニ	2.40																																		
1702705　コンソメ（リケン）	1.50																＊			＊															
06153　玉ねぎ	30.00																																		
1121611　ﾌｨﾚｵﾁｷﾝ	50.00	1.00 個	＊																	＊	＊														
3040093　チリビーンズ																																			
04024　だいず　全粒　国産、ゆで	7.20																			＊															
11163A　豚挽肉（もも　脂肪10%以下）	26.40																					＊													
06153　玉ねぎ	18.00																																		
06214　にんじん　根、皮むき、生	9.60																																		
0622302　おろしにんにく	0.41																																		
04024C　大豆ミート	1.80																			＊															
1703802　チリソース（学給用）	3.60		＊																	＊	＊	＊													
0618402　トマトダイスカット缶	12.00																																		
1703602　トマトケチャップ	9.00																																		
170020A　中濃ソースエクセレント	1.80																									＊									
03003　車糖　上白糖	0.60																																		
1706102　純カレー	0.48																																		
212000C　カセイのFeパテ　チョコレート	15.00	1.00 個				＊																													

献立表（アレルギー表示）

令和　8年　11月　27日（金）昼

献立名	牛乳　ポークカレー ブロッコリーサラダ

2026.10.21　　18頁

料理・食品名	正味重量 g	単体使用	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	くるみ		あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ゴマ	アーモンド	マカダミアナッツ	ピスタチオ			備考
2100001　牛乳																																			
13003　普通牛乳	206.00	1.00 本				*																													
1130020　ポークカレー（NS）																																			
01007A　むぎごはん	100.00																																		
17076　にんにく　おろし	0.84																																		
17069　しょうが　おろし	0.84																																		
1113003　豚肉（ﾓﾓ50%・ﾊﾞﾗ50%）	36.00																					*													
1706102　純カレー	0.60																																		
16011　ぶどう酒　赤	4.80																																		
06214C　にんじん	24.00																																		
06153　玉ねぎ	72.00																																		
02017　じゃがいも　塊茎、生	72.00																																		
1710801　ゴールデンチャツネ	1.80																									*									
1703602　トマトケチャップ	3.00																																		
170020A　中濃ソースエクセレント	1.80																									*									
17052　テーオーモナークハヤシフレーク	1.44		*																																
1705102　ディナーカレーフレーク	3.00		*			*											*			*						*		*							
1705106　バーモントカレーフレーク	12.00		*			*														*		*				*		*							
1705105　NSカレーフレーク	3.00		*																	*															
1705110　やさいかれー	1.44																																		
13003A　調理用牛乳	9.60					*																													
3070073　ブロッコリーサラダ																																			
0626402　ブロッコリー（ミニフローレット	36.00																																		
06180　スイートコーン　缶詰　ホール	6.00																																		
06065　きゅうり　果実、生	12.80																																		
0601702　むき枝豆	6.00																			*															
170400D　野菜いっぱい和風ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ	7.20		*																	*	*	*				*									

献立表（アレルギー表示）

令和　8年　11月　30日（月）昼

献立名	牛乳　米飯　親子煮（汁） ブロッコリーのいそべあえ　にらまんじゅう

2026.10.21　　19頁

料理・食品名	正味重量 g	単体使用	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	くるみ		あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ゴマ	アーモンド	マカダミアナッツ	ピスタチオ			備考
2100001　牛乳																																			
13003　普通牛乳	206.00	1.00 本				＊																													
1110000　米飯																																			
0108301　学校給食用精米	100.00																																		
3010004　親子煮（汁）																																			
11221　にわとり　若鶏肉　もも皮付、生	30.00																				＊														
06214C　にんじん	10.24																																		
06153　玉ねぎ	60.00																																		
08016A　生ほぐししめじ	7.20																																		
1200401　凍結全卵（ＨＶ）	39.60				＊																														
06025　グリンピース　冷凍	6.40																																		
1038401　なると巻	6.40																																		
0106701　カット板ふ	1.44		＊																																
17007A　こいくちしょうゆ	3.60		＊																	＊															
170281A　顆粒パウミー	0.60		＊																																
17030B　かつお厚けずりつゆ	4.48		＊																＊	＊															
16025　みりん　本みりん	1.28																																		
02034　じゃがいもでん粉	2.56																																		
16003　清酒　本醸造酒	1.28																																		
100451C　昆布と鰹のだしパック	1.54																																		
1801239　にらまんじゅう	60.00	2.00	＊																	＊		＊								＊					
3070035　ブロッコリーのいそべあえ																																			
0626402　ブロッコリー（ミニフローレット	54.00																																		
06212　にんじん　根、皮つき、生	6.00																																		
0900401　素干し風焼のり	0.90																																		
17030B　かつお厚けずりつゆ	3.60		＊																＊	＊															