2026年11月分　食物アレルギー関連表

●印（アレルギー物質）、△印（加工助剤※１、コンタミネーション※２、キャリーオーバー※３等に由来するアレルギー物質）を記載しております。

※１加工助剤　食品の加工の際に使用されるが、完成前に除去されるもの。その食品に通常含まれる成分に変えられ、その量を明らかに増加されるものではないもの。食品に含まれる量が少なく、その成分による影響を食品に及ぼさないもの。

※２コンタミネーション　食品を製造する際に、原材料としては使用していないにもかかわらず、特定原材料が意図せず混入してしまうこと。

※３キャリーオーバー　原材料の加工の際に使用されるが、次にその原材料を用いて製造される食品には使用されず、その食品の中には原材料から持ち越された添加物が効果を発揮することができる量より少ない量しか含まれていないもの。

日付	献立名	食材名・商品名	特定原材料								特定原材料に準ずるもの																			
			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	牛肉	鮭	サバ	大豆	鶏肉	豚肉	桃	山芋	リンゴ	ゼラチン	バナナ	ゴマ	カシューナッツ	アーモンド	マカダミアナッツ
11月2日（月）	牛乳	牛乳				●																								
	ご飯	該当なし																												
	鶏肉のカレー炒め	鶏肉ムネ（1.5cm角切）																		●										
		鶏肉モモ（1.5cm角切）																		●										
		サラダ油																	●										
		こいくちしょうゆ	●																●											
		カレー粉	△			△										△			△	△	△									
		中華スープ	●																●	●	●						●			
	ミネストローネ	チキンウインナー（スライス）5mm	△		△											△			△	●	△	△		△			△			
		大豆水煮																	●											
		コンソメ	●			●													●	●										
	かぼちゃ蒸しパン	ホットケーキミックス	●		△	●													●											
		サラダ油																	●											
11月4日（水）	牛乳	牛乳				●																								
	麦ご飯	該当なし																												
	カレイのからあげ	大豆白絞油																	●											
	ゆかり和え	しそご飯の素	△		△	△																								
	●大根とうずら卵の煮物	●うずら卵水煮			●																									
		鶏肉（もも肉ダイス）2cm																		●										
		こいくちしょうゆ	●																●											
		うすくちしょうゆ	●																●											
11月5日（木）	牛乳	牛乳				●																								
	ご飯	該当なし																												
	ポークソテー	カナダ産豚ロース																			●									
		こいくちしょうゆ	●																●											
		サラダ油																	●											
	グリーンサラダ	穀物酢	△																△			△		△	△					
		うすくちしょうゆ	●																●											
		サラダ油																	●											
	さつまいものミルクスープ	チキンフランク5mm	△		△											△			△	●	△	△		△			△			
		コンソメ	●			●													●	●										
		調理用牛乳				●																								

2026年11月分　食物アレルギー関連表

●印（アレルギー物質）、△印（加工助剤※１、コンタミネーション※２、キャリーオーバー※３等に由来するアレルギー物質）を記載しております。

※１加工助剤　食品の加工の際に使用されるが、完成前に除去されるもの。その食品に通常含まれる成分に変えられ、その量を明らかに増加されるものではないもの。食品に含まれる量が少なく、その成分による影響を食品に及ぼさないもの。

※２コンタミネーション　食品を製造する際に、原材料としては使用していないにもかかわらず、特定原材料が意図せず混入してしまうこと。

※３キャリーオーバー　原材料の加工の際に使用されるが、次にその原材料を用いて製造される食品には使用されず、その食品の中には原材料から持ち越された添加物が効果を発揮することができる量より少ない量しか含まれていないもの。

日付	献立名	食材名・商品名	特定原材料								特定原材料に準ずるもの																			
			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	牛肉	鮭	サバ	大豆	鶏肉	豚肉	桃	山芋	リンゴ	ゼラチン	バナナ	ゴマ	カシューナッツ	アーモンド	マカダミアナッツ
11月6日（金）	牛乳	牛乳				●																								
	ご飯	該当なし																												
	チキンチキンごぼう	鶏肉ムネ（2cm角切）																		●										
		米粉（島根県産）	△	△																										
		大豆白絞油																	●											
		こいくちしょうゆ	●																●											
		むきえだまめ																	●											
	かみかみサラダ	ちりめん						△	△			△																		
		こいくちしょうゆ	●																●											
		穀物酢	△																△			△		△	△					
		サラダ油																	●											
	豆腐のみそ汁	太もやし																	●											
		乾燥わかめ						△	△																					
		木綿豆腐																	●											
		煮干しだし						△	△			△																		
		みそ																	●											
		白みそ																	●											
11月9日（月）	牛乳	牛乳				●																								
	ご飯	該当なし																												
	しいらのムニエル ゆずきのこソース	薄力粉	●																											
		サラダ油																	●											
		こいくちしょうゆ	●																●											
		調理用バター				●																								
	大根サラダ	チキンささみ水煮																		●										
		穀物酢	△																△			△		△	△					
		うすくちしょうゆ	●																●											
		サラダ油																	●											
	いろどり野菜 スープ	豚肉（もも肉小切）																			●									
		サラダ油																	●											
		コンソメ	●			●													●	●										
		こいくちしょうゆ	●																●											
		うすくちしょうゆ	●																●											
11月10日（火）	牛乳	牛乳				●																								
	麦ご飯	該当なし																												
	ぶりの竜田揚げ	こいくちしょうゆ	●																●											
		大豆白絞油																	●											
	のっぺ	厚揚げ																	●											
		煮干しだし						△	△			△																		
		うすくちしょうゆ	●																●											
	飛鳥汁	鶏肉モモ（2cm角切）																		●										
		調理用牛乳				●																								
		白みそ																	●											
		こいくちしょうゆ	●																●											

2026年11月分　食物アレルギー関連表

●印（アレルギー物質）、△印（加工助剤※１、コンタミネーション※２、キャリーオーバー※３等に由来するアレルギー物質）を記載しております。

※１加工助剤　食品の加工の際に使用されるが、完成前に除去されるもの。その食品に通常含まれる成分に変えられ、その量を明らかに増加されるものではないもの。食品に含まれる量が少なく、その成分による影響を食品に及ぼさないもの。

※２コンタミネーション　食品を製造する際に、原材料としては使用していないにもかかわらず、特定原材料が意図せず混入してしまうこと。

※３キャリーオーバー　原材料の加工の際に使用されるが、次にその原材料を用いて製造される食品には使用されず、その食品の中には原材料から持ち越された添加物が効果を発揮することができる量より少ない量しか含まれていないもの。

日付	献立名	食材名・商品名	特定原材料								特定原材料に準ずるもの																				
			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	牛肉	鮭	サバ	大豆	鶏肉	豚肉	桃	山芋	リンゴ	ゼラチン	バナナ	ゴマ	カシューナッツ	アーモンド	マカダミアナッツ
11月11日（水）	牛乳	牛乳				●																								
	麦ご飯	該当なし																												
	キーマカレーの具	豚肉（ミンチ）																			●									
		鶏肉ムネ（ミンチ）																		●										
		サラダ油																	●											
		蒸しひきわり大豆																	●											
		カレー粉	△			△										△			△	△	△									
		コンソメ	●			●													●	●										
		こいくちしょうゆ	●																●											
	●マカロニサラダ	マカロニ（単管）	●																											
		色鮮やかシーディッシュ	●					△	●										●											
		●いりたまご	●		●														●											
		ノンエッグマヨネーズ																	●											
	せん切り野菜のスープ	カットベーコン	△		△											△			△	△	●	△		△			△			
		コンソメ	●			●													●	●										
		うすくちしょうゆ	●																●											
11月12日（木）	牛乳	牛乳				●																								
	ご飯	該当なし																												
	さごしの梅みそ焼き	白みそ																	●											
		サラダ油																	●											
	アーモンド和え	クッキングアーモンド（細切）																											●	
		こいくちしょうゆ	●																●											
	鶏つくね汁	鶏つくね	△		△											△			△	●	△	△		△			△			
		うすくちしょうゆ	●																●											
		こいくちしょうゆ	●																●											
11月13日（金）	牛乳	牛乳				●																								
	ご飯	該当なし																												
	鶏肉の甘酢漬け	鶏肉ムネ切身																		●										
		大豆白絞油																	●											
		こいくちしょうゆ	●																●											
		穀物酢	△																△			△		△	△					
		いりごま（白）																									●			
	切干大根のナムル	乾燥わかめ						△	△																					
		ごま油																									●			
		こいくちしょうゆ	●																●											
	キムチとフォーのスープ	太もやし																	●											
		白菜キムチ（りはら）	△					●											△								●			
		中華スープ	●																●	●	●						●			
		白みそ																	●											
		こいくちしょうゆ	●																●											
		ごま油																									●			

2026年11月分　食物アレルギー関連表

●印（アレルギー物質）、△印（加工助剤※１、コンタミネーション※２、キャリーオーバー※３等に由来するアレルギー物質）を記載しております。

※１加工助剤　食品の加工の際に使用されるが、完成前に除去されるもの。その食品に通常含まれる成分に変えられ、その量を明らかに増加されるものではないもの。食品に含まれる量が少なく、その成分による影響を食品に及ぼさないもの。

※２コンタミネーション　食品を製造する際に、原材料としては使用していないにもかかわらず、特定原材料が意図せず混入してしまうこと。

※３キャリーオーバー　原材料の加工の際に使用されるが、次にその原材料を用いて製造される食品には使用されず、その食品の中には原材料から持ち越された添加物が効果を発揮することができる量より少ない量しか含まれていないもの。

日付	献立名	食材名・商品名	特定原材料								特定原材料に準ずるもの																			
			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	牛肉	鮭	サバ	大豆	鶏肉	豚肉	桃	山芋	リンゴ	ゼラチン	バナナ	ゴマ	カシューナッツ	アーモンド	マカダミアナッツ
11月16日（月）	牛乳	牛乳				●																								
	ご飯	該当なし																												
	しいらのムニエル ゆずきのこソース	米粉（島根県産）	△	△																										
		サラダ油																	●											
		こいくちしょうゆ	●																●											
		調理用バター				●																								
	大根サラダ	チキンささみ水煮																		●										
		穀物酢	△																△			△		△	△					
		うすくちしょうゆ	●																●											
		サラダ油																	●											
	いろどり野菜 スープ	豚肉（もも肉小切）																			●									
		サラダ油																	●											
		コンソメ	●			●													●	●										
		こいくちしょうゆ	●																●											
		うすくちしょうゆ	●																●											
11月17日（火）	牛乳	牛乳				●																								
	麦ご飯	該当なし																												
	にら豚塩だれ炒め	豚肉（もも肉小切）																			●									
		ごま油																									●			
		中華スープ	●																●	●	●									
		ごま油																									●			
	生きくらげの スープ	厚揚げ																	●											
		中華スープ	●																●	●	●						●			
		こいくちしょうゆ	●																●											
	匹見のブルーベリープリン	調理用牛乳				●																								
11月18日（水）	牛乳	牛乳				●																								
	麦ご飯	該当なし																												
	あじの南蛮漬け	米粉（島根県産）	△	△																										
		大豆白絞油																	●											
		穀物酢	△																△			△		△	△					
		こいくちしょうゆ	●																●											
		うすくちしょうゆ	●																●											
	かぼちゃの 和風サラダ	チキンハム（短冊）	△		△											△			△	●	△	△		△			△			
		りんご																						●						
		ノンエッグマヨネーズ																	●											
		こいくちしょうゆ	●																●											
	●かきたまみそ汁	木綿豆腐																	●											
		●たまご			●																									
		煮干しだし					△	△			△																			
		みそ																	●											
		白みそ																	●											

2026年11月分　食物アレルギー関連表

●印（アレルギー物質）、△印（加工助剤※１、コンタミネーション※２、キャリーオーバー※３等に由来するアレルギー物質）を記載しております。

※１加工助剤　食品の加工の際に使用されるが、完成前に除去されるもの。その食品に通常含まれる成分に変えられ、その量を明らかに増加されるものではないもの。食品に含まれる量が少なく、その成分による影響を食品に及ぼさないもの。

※２コンタミネーション　食品を製造する際に、原材料としては使用していないにもかかわらず、特定原材料が意図せず混入してしまうこと。

※３キャリーオーバー　原材料の加工の際に使用されるが、次にその原材料を用いて製造される食品には使用されず、その食品の中には原材料から持ち越された添加物が効果を発揮することができる量より少ない量しか含まれていないもの。

日付	献立名	食材名・商品名	特定原材料								特定原材料に準ずるもの																			
			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	牛肉	鮭	サバ	大豆	鶏肉	豚肉	桃	山芋	リンゴ	ゼラチン	バナナ	ゴマ	カシューナッツ	アーモンド	マカダミアナッツ
11月19日（木）	牛乳	牛乳				●																								
	ご飯	該当なし																												
	さばの塩からあげ	さば切身																●												
		米粉（島根県産）	△	△																										
		大豆白絞油																	●											
	ほうれん草のゆずおひたし	こいくちしょうゆ	●																●											
	大根のとろみ汁	鶏肉モモ（1cmこま切）																		●										
		こいくちしょうゆ	●																●											
		うすくちしょうゆ	●																●											
11月20日（金）	牛乳	牛乳				●																								
	ご飯	該当なし																												
	真砂豆腐と豚肉のすき焼き丼の具	豚肉（もも肉小切）																			●									
		サラダ油																	●											
		木綿豆腐																	●											
		こいくちしょうゆ	●																●											
	里いものみそ汁	国産大豆カット油揚げ																	●											
		煮干しだし						△	△			△																		
		みそ																	●											
		白みそ																	●											
	柿	該当なし																												
11月24日（火）	牛乳	牛乳				●																								
	麦ご飯	該当なし																												
	さわらのもみじ焼き	すりごま（白）																									●			
		ノンエッグマヨネーズ																	●											
	にごみ	鶏肉モモ（1.5cm角切）																		●										
		サラダ油																	●											
		煮干しだし						△	△			△																		
		こいくちしょうゆ	●																●											
	すいとん汁	薄力粉	●																											
		国産大豆カット油揚げ																	●											
		乾燥わかめ						△	△																					
		こいくちしょうゆ	●																●											

2026年11月分　食物アレルギー関連表

●印（アレルギー物質）、△印（加工助剤※１、コンタミネーション※２、キャリーオーバー※３等に由来するアレルギー物質）を記載しております。

※１加工助剤　食品の加工の際に使用されるが、完成前に除去されるもの。その食品に通常含まれる成分に変えられ、その量を明らかに増加されるものではないもの。食品に含まれる量が少なく、その成分による影響を食品に及ぼさないもの。

※２コンタミネーション　食品を製造する際に、原材料としては使用していないにもかかわらず、特定原材料が意図せず混入してしまうこと。

※３キャリーオーバー　原材料の加工の際に使用されるが、次にその原材料を用いて製造される食品には使用されず、その食品の中には原材料から持ち越された添加物が効果を発揮することができる量より少ない量しか含まれていないもの。

日付	献立名	食材名・商品名	特定原材料								特定原材料に準ずるもの																			
			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	牛肉	鮭	サバ	大豆	鶏肉	豚肉	桃	山芋	リンゴ	ゼラチン	バナナ	ゴマ	カシューナッツ	アーモンド	マカダミアナッツ
11月25日（水）	牛乳	牛乳				●																								
	麦ご飯	該当なし																												
	ハンバーグの トマトソース	ポーク＆チキンハンバーグ	●																	●	●									
		サラダ油																	●											
	スイートポテト サラダ	りんご																						●						
		ピッコロハム	△		△											△			△	●	△	△		△			△			
		カレー粉	△			△										△			△	△	△									
		ノンエッグマヨネーズ																	●											
	●卵スープ	●たまご			●																									
		コンソメ	●			●													●	●										
		うすくちしょうゆ	●																●											
11月26日（木）	牛乳	牛乳				●																								
	ご飯	該当なし																												
	豚肉の スタミナ炒め	豚肉（もも肉小切）																			●									
		サラダ油																	●											
		こいくちしょうゆ	●																●											
		焼き肉のたれ	●																●					●			●			
	ほうれん草の 白和え	こいくちしょうゆ	●																●											
		冷凍白和えの素	●																●								●			
		すりごま（白）																									●			
	かぼちゃの みそ汁	乾燥わかめ						△	△																					
		冷凍ミニ絹厚揚げ																	●											
		煮干しだし						△	△			△																		
		みそ																	●											
		白みそ																	●											
11月27日（金）	牛乳	牛乳				●																								
	ご飯	該当なし																												
	鶏むね肉の ゆずおろしがけ	鶏肉ムネ切身																		●										
		米粉（島根県産）	△	△																										
		みとぽん酢	●																●											
	フライド秋野菜	大豆白絞油																	●											
	白菜のみそ汁	煮干しだし						△	△			△																		
		みそ																	●											
		白みそ																	●											

2026年11月分　食物アレルギー関連表

●印（アレルギー物質）、△印（加工助剤※１、コンタミネーション※２、キャリーオーバー※３等に由来するアレルギー物質）を記載しております。

※１加工助剤　食品の加工の際に使用されるが、完成前に除去されるもの。その食品に通常含まれる成分に変えられ、その量を明らかに増加されるものではないもの。食品に含まれる量が少なく、その成分による影響を食品に及ぼさないもの。

※２コンタミネーション　食品を製造する際に、原材料としては使用していないにもかかわらず、特定原材料が意図せず混入してしまうこと。

※３キャリーオーバー　原材料の加工の際に使用されるが、次にその原材料を用いて製造される食品には使用されず、その食品の中には原材料から持ち越された添加物が効果を発揮することができる量より少ない量しか含まれていないもの。

日付	献立名	食材名・商品名	特定原材料								特定原材料に準ずるもの																			
			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	牛肉	鮭	サバ	大豆	鶏肉	豚肉	桃	山芋	リンゴ	ゼラチン	バナナ	ゴマ	カシューナッツ	アーモンド	マカダミアナッツ
11月30日（月）	牛乳	牛乳				●																								
	ご飯	該当なし																												
	野菜たっぷり鶏丼の具	鶏肉モモ（2cm角切）																		●										
		サラダ油																	●											
		いりごま（白）																										●		
		みそ																	●											
		こいくちしょうゆ	●																●											
		ごま油																										●		
	ゆずマヨ和え	スクール糸かまぼこ	△		△	△		△	△			△							△						△		△			
		ノンエッグマヨネーズ																	●											
		穀物酢	△																△			△		△	△					
	ピリ辛春雨スープ	無添加ポークウインナースライス	△													△			△	△	●									
		冷凍ミニ絹厚揚げ																	●											
		白菜キムチ（りはら）	△				●												△									●		
		乾燥わかめ					△	△																						
		中華スープ	●																●	●	●							●		
		うすくちしょうゆ	●																●											