




令和3年11月分 学校給食献立予定表



働く人に感謝して食べよう

日 曜	献立名	主に体の組織を作る食品		主に体の機能を調節する食品		主に体の熱源となる食品		献立に含まれるアレルギー表示 (特定原材料及びそれに準ずる28品目)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
		1群(たんぱく質) 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群(カルシウム) 牛乳・乳製品 小魚・海そう	3群(カロテン) 緑黄色野菜	4群(ビタミン) その他の野菜 果物	5群(炭水化物) 米・パン・めん いも・砂糖	6群(脂質) 油脂 種実			
1月	ご飯					【米】			703	29.3
	牛乳		【牛乳】					乳		
	どんがら汁	たら・【豆腐】・白みそ		にんじん	たまねぎ・はくさい えのきたけ・しょうが			大豆		
	いも煮	牛肉		にんじん・さやいんげん	こんにゃく・ねぎ	さといも・砂糖	油	牛肉 大豆 小麦		
	*りんご				りんご			りんご		
2火	ご飯					【米】			729	26.8
	牛乳		【牛乳】					乳		
	鶏肉とだいこんの中華煮	鶏肉・厚揚げ		にんじん・チンゲンサイ	だいこん・たけのこ 干しいだけ	砂糖	チーユ ねぎ油	鶏肉 大豆 小麦		
	お魚はんぺんの中華ソース	魚肉すり身		にんじん	キャベツ・とうもろこし・ねぎ	でんぷん・砂糖	油	大豆 小麦		
4木	ご飯					【米】			785	31.3
	牛乳		【牛乳】					乳		
	吉野汁	【豚肉】・厚揚げ		にんじん	だいこん・ねぎ	さといも・でんぷん	油	豚肉 大豆 小麦		
	☆揚げ鶏丼の具	鶏肉		ピーマン	しょうが・ねぎ	でんぷん・砂糖	油	鶏肉 小麦 大豆		
5金	サンドイッチパンズパン					サンドイッチパンズパン		小麦 乳 大豆	865	31.3
	牛乳		【牛乳】					乳		
	さつまいものポタージュ	ベーコン・豆乳		にんじん・パセリ	たまねぎ	さつまいも	ホワイトルウ 油	豚肉 大豆		
	☆白身魚のポーションフライ	ほき				パン粉・小麦粉 でんぷん	油	小麦		
	ポイルキャベツ (とんかつソース)				キャベツ			りんご 大豆		
8月	ご飯					【米】			754	32.0
	牛乳		【牛乳】					乳		
	豆乳入りみそ汁	豆乳・【豆腐】・油揚げ ミックスみそ		にんじん	だいこん・えのきたけ・ねぎ			大豆		
	☆たこのから揚げ	たこ				米粉・でんぷん	油			
	*ヨーグルト		ヨーグルト					乳 ゼラチン		
9火	麦ご飯					【米】・大麦			855	21.8
	牛乳		【牛乳】					乳		
	B・Bカレー	牛肉・【大豆】		にんじん	たまねぎ・グリーンピース	じゃがいも	カレールウ 油	牛肉 大豆 小麦 りんご パナナ		
	みかんゼリー和え				ナタデココ・パイン・もも	【みかんゼリー】		もも		
10水	わかめご飯			わかめ		【米】			815	33.5
	牛乳		【牛乳】					乳		
	鶏団子汁	鶏団子		にんじん	はくさい・ねぎ・えのきたけ しらたき			鶏肉 大豆 小麦		
	さばの塩焼き	さば					油	さば		
	*いちごプリン	いちごプリン						大豆		
11木	ご飯					【米】			799	24.1
	牛乳		【牛乳】					乳		
	肉じゃが	【豚肉】		にんじん・さやいんげん	こんにゃく・たまねぎ	じゃがいも・砂糖	油	豚肉 大豆 小麦		
	☆かぼちゃひき肉フライ	豚肉		かぼちゃ	たまねぎ	パン粉・でんぷん 小麦粉・砂糖	油	豚肉 大豆 小麦		
12金	中華めん					【中華めん】		小麦	851	31.6
	牛乳		【牛乳】					乳		
	和風豚骨ラーメン	【豚肉】・【焼き豚】 なると		にんじん	キャベツ・ねぎ・メンマ		油	豚肉 小麦 大豆 鶏肉 さば		
	☆揚げギョーザ・4個	豚肉・鶏肉・大豆粉			キャベツ・たまねぎ・にんにく しょうが	でんぷん・砂糖 小麦粉	ごま油・油	豚肉 鶏肉 大豆 小麦 ごま		
15月	ご飯					【米】			783	35.5
	牛乳		【牛乳】					乳		
	エッグスープ	【豚肉】・【卵】		にんじん・パセリ	たまねぎ	でんぷん	油	豚肉 卵 牛肉 小麦 大豆		
	グリルチキンの赤ワインソースがけ	鶏肉		赤ピーマン・にんじん	ズッキーニ・黄ピーマン たまねぎ	はちみつ	油	鶏肉 大豆 小麦		
	野菜ふりかけ	かつお節		ひろしまな・きょうな だいこんば・かぼちゃ		砂糖				

・ * 印のりんごの空袋、ヨーグルト、いちごプリンの空容器・スプーンは業者が回収します。

・ サラダは、生野菜ではなく、すべてゆでて使用します。

・ 【 】の食品は愛知県産のものを使用しています。(天候などにより、産地が変わることがあります。)

・ ◎印はセンターでドレッシングなどで和えてあります。 ☆印はセンターで揚げて調理してあります。

・ 1日、2日、10日、16日、25日のおかずには、調味料に乳・卵・小麦・えび・かにを含むことがあります、食材にはこれらのアレルギーとそば・落花生を含んでいません。

※つぼ漬に使用されている「魚しょう」には魚介類が含まれており、製造工程上特定不可能なため「魚介類」と表記しています。

好評献立のレシピを
公開しています。





令和3年11月分 学校給食献立予定表



働く人に感謝して食べよう

日曜	献立名	主に体の組織を作る食品		主に体の機能を調節する食品		主に体の熱源となる食品		献立に含まれるアレルギー表示 (特定原材料及びそれに準ずる28品目)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
		1群(たんぱく質)	2群(カルシウム)	3群(カロテン)	4群(ビタミン)	5群(炭水化物)	6群(脂質)			
		魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物	米・パン・めん いも・砂糖	油脂 種実			
16火	あいちのだいこん葉ご飯			【だいこんば】		【米】			736	30.8
	牛乳		【牛乳】					乳		
	みぞれ汁	【豚肉】		にんじん	えのきたけ・しめじ たけのこ・ねぎ・だいこん しょうが		油	豚肉 大豆 小麦		
	にしんの甘露煮	にしん			しょうが	砂糖・でんぷん		小麦 大豆		
	◎ひじきときゅうりのささみ和え	ささみフレーク	ひじき		きゅうり	砂糖	ドレッシング	大豆 小麦 鶏肉 セラチン ごま		
17水	ご飯					【米】			814	31.8
	牛乳		【牛乳】					乳		
	サンバル	【大豆】		にんじん・トマト	たまねぎ・レモン	レンズ豆・じゃがいも	油	大豆		
	☆豚肉のカレー風味から揚げ	【豚肉】			にんにく	でんぷん・米粉	マヨネーズ風 調味料 油	豚肉 大豆 小麦		
18木	ご飯					【米】			792	25.1
	牛乳		【牛乳】					乳		
	豚汁	【豚肉】・【豆腐】 油揚げ・赤みそ		にんじん	ごぼう・だいこん・ねぎ	さといも	油	豚肉 大豆		
	☆大豆とうもろこしの天ぷら	魚肉すり身・【大豆】 【豆腐】		にんじん・【抹茶】	とうもろこし	やまいも・米粉 小麦粉・砂糖	油	大豆 やまいも 小麦		
	ココアパウダー					ココアパウダー		大豆		
19金	クロスロールパン					クロスロールパン		小麦 乳 大豆	770	28.8
	牛乳		【牛乳】					乳		
	ミネストローネ	ウインナー		にんじん・パセリ トマト	たまねぎ・キャベツ	じゃがいも	油	豚肉		
	ポロニアステーキ	鶏肉・豚肉				でんぷん・砂糖	油	鶏肉 豚肉		
22月	ご飯					【米】			737	29.8
	牛乳		【牛乳】					乳		
	えびしんじょうの吸い物	えびしんじょう		にんじん	はくさい・えのきたけ・ねぎ	でんぷん		えび 豚肉 大豆 小麦 さば		
	絹厚揚げの大豆そぼろあん	大豆・鶏肉・【大豆ミート】				でんぷん・砂糖	油	大豆 鶏肉 小麦		
	つぼ漬				だいこん	砂糖		小麦 大豆 魚介類(※)		
24水	白玉うどん					【白玉うどん】		小麦	772	28.6
	牛乳		【牛乳】					乳		
	カレー南蛮うどん	鶏肉・かまぼこ		にんじん	たまねぎ・ねぎ・干ししいたけ	でんぷん	カレールウ 油	鶏肉 小麦 大豆		
	キャベツ入りつくね	鶏肉・豚肉・かつお節			キャベツ・しょうが	でんぷん・砂糖	油	鶏肉 豚肉		
25木	ご飯					【米】			705	36.1
	牛乳		【牛乳】					乳		
	呉汁	【豚肉】・大豆ペースト 【豆腐】・ミックスみそ	わかめ	にんじん	だいこん・えのきたけ・ねぎ しょうが	さといも	油	豚肉 大豆		
	たら幽庵だれ	たら			ゆず	砂糖	油	大豆 小麦		
	◎ほうれんそうのごま和え		【ほうれんそう】	もやし		砂糖	ごま	大豆 小麦 ごま		
26金	麦ご飯					【米】・大麦			724	25.4
	牛乳		【牛乳】					乳		
	チンゲンサイと豆腐の中華スープ	【豚肉】・【豆腐】		にんじん・チンゲンサイ	もやし	でんぷん	油	豚肉 大豆 鶏肉 小麦		
	チャーハンの具	ベーコン・卵		にんじん	エリンギ・ねぎ		ねぎ油 ごま油	豚肉 卵 りんご 大豆 ごま		
	◎切干しだいこんのナムル			切干しだいこん・きゅうり		ナムルの素	ごま 大豆 鶏肉 豚肉 小麦			
29月	わかめご飯		わかめ			【米】			768	26.1
	牛乳		【牛乳】					乳		
	愛知のかきたま汁	【卵】・鶏肉・かまぼこ		にんじん・【みつば】	えのきたけ・【はくさい】 干ししいたけ	でんぷん	油	卵 鶏肉 小麦 大豆		
	☆愛知の根菜コロッケ			【にんじん】	【ごぼう】	じゃがいも・砂糖 【米粉パン粉】 米粉・でんぷん	油			
30火	ご飯					【米】			739	23.4
	牛乳		【牛乳】					乳		
	かぶのクリームスープ	ベーコン・豆乳		にんじん	かぶ・たまねぎ	じゃがいも	ホワイトルウ 油	豚肉 大豆		
	ハンバーグのきのこデミグラスソースかけ	鶏肉・豚肉			たまねぎ・エリンギ マッシュルーム	米粉・砂糖	油	鶏肉 豚肉 大豆 小麦 牛肉		

- ・ * 印のりんごの空袋、ヨーグルト、いちごプリンの空容器・スプーンは業者が回収します。
- ・ サラダは、生野菜ではなく、すべてゆでて使用します。
- ・ 【 】の食品は愛知県産のものを使用しています。(天候などにより、産地が変わることがあります。)
- ・ ◎印はセンターでドレッシングなどで和えてあります。 ☆印はセンターで揚げて調理してあります。
- ・ 1日、2日、10日、16日、25日のおかずには、調味料に乳・卵・小麦・えび・かにを含むことがあります。食材にはこれらのアレルギーとそば・落花生を含んでいません。

※つぼ漬に使用されている「魚しょう」には魚介類が含まれており、製造工程上特定不可能なため「魚介類」と表記しています。

22日(月)の「えびしんじょうの吸い物」は、いわしなどの魚からとった出汁を使っています。出汁のうま味をしっかりと味わってくださいね。

11月24日は「和食の日」

29日(月)は、「愛知を食べる学校給食の日」です。愛知県で生産された食べ物を使っています。感謝の気持ちを忘れずに味わって食べましょう。

