



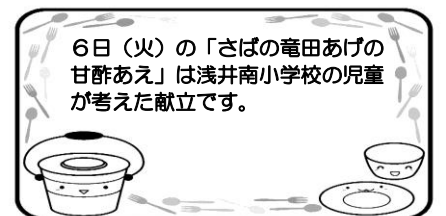
令和2年10月分 学校給食献立予定表



好き嫌いなく食べよう

| 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) |
|------------|---|----------------------|------------------|------------------|-------------------------------|--------------------------|----------------------|---|
| | | 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 | |
| 1 木 | ご飯 | | | | | 【米】 | | |
| | 牛乳 | | 【牛乳】 | | | | | 乳 |
| | のっぺい汁 | 鶏肉・油揚げ | | にんじん | だいこん・ねぎ・干しいたけ | でんぷん・さといも | 油 | 鶏肉 大豆 小麦 |
| | 肉団子・2個 | 鶏肉・豚肉 | | | たまねぎ・にんにく・しょうが | 砂糖・でんぷん | 油 | 鶏肉 大豆 豚肉 |
| | 味付乾燥豆腐 | 【豆腐】・【きな粉】 | | | | 小麦粉・砂糖 | 油 | 大豆 小麦 |
| 2 金 | 麦ご飯 | | | | | 【米】・大麦 | | |
| | 牛乳 | | 【牛乳】 | | | | | 乳 |
| | マーボーはるさめ | 【豚肉】・赤みそ | | にんじん | たまねぎ・ねぎ・しょうが にんにく | でんぷん・砂糖 はるさめ | ごま油・油 | 豚肉 大豆 小麦 ごま |
| | ☆鶏肉のから揚げ | 鶏肉 | | | にんにく・しょうが | でんぷん | 油 | 鶏肉 小麦 大豆 |
| 5 月 | ご飯 | | | | | 【米】 | | |
| | 牛乳 | | 【牛乳】 | | | | | 乳 |
| | 吉野汁 | 鶏肉・厚揚げ | | にんじん | だいこん・ねぎ | さといも・でんぷん | 油 | 鶏肉 大豆 小麦 |
| | ☆ヒレカツ・2個 (甘みそ) | 豚肉・大豆粉 みそ | | | | でんぷん・パン粉 砂糖 | 油 ごま | 豚肉 小麦 大豆 大豆 ごま |
| | ◎ほうれんそうのツナ和え | マグロフレーク | | 【ほうれんそう】 にんじん | | | ドレッシング | 大豆 小麦 りんご 鶏肉 豚肉 |
| 6 火 | わかめご飯 | | わかめ | | | 【米】 | | |
| | 牛乳 | | 【牛乳】 | | | | | 乳 |
| | 茶わん蒸しスープ | 鶏肉・【卵】・かまぼこ | | にんじん・【みつば】 | えのきたけ・干しいたけ | でんぷん | 油 | 鶏肉 卵 小麦 大豆 |
| | ◆☆さばの竜田あげの甘酢あえ | さば | | ピーマン | たまねぎ | 砂糖・でんぷん | 油 | さば 小麦 大豆 |
| 7 水 | ご飯 | | | | | 【米】 | | |
| | 牛乳 | | 【牛乳】 | | | | | 乳 |
| | 愛知県産和牛の牛丼 | 【牛肉】・かまぼこ | | にんじん | しめじたけ・たまねぎ・ねぎ しらたき | 砂糖 | 油 | 牛肉 小麦 大豆 |
| | じゃがいももち | | | | | じゃがいも・でんぷん 砂糖 | 油 | 小麦 大豆 |
| ◎はくさいの昆布和え | | こんぶ | | はくさい | 砂糖 | | 小麦 大豆 | |
| 8 木 | ご飯 | | | | | 【米】 | | |
| | 牛乳 | | 【牛乳】 | | | | | 乳 |
| | ワンタンスープ | 【豚肉】 | | にんじん・にら | はくさい・干しいたけ | ワンタン | 油 | 豚肉 小麦 鶏肉 大豆 |
| | ☆鶏肉のマリアナソース *りんご | 鶏肉 | | | しょうが りんご | でんぷん・砂糖 | 油 | 鶏肉 小麦 大豆 りんご りんご |
| 9 金 | りんごパン | | | | りんご | パン | | 小麦 乳 大豆 豚肉 りんご |
| | 牛乳 | | 【牛乳】 | | | | | 乳 |
| | コーンポタージュ オムレツのデミグラスソース | 豆乳 卵 | | にんじん・パセリ | たまねぎ・とうもろこし | | ホワイトルウ 油 | 大豆 豚肉 卵 小麦 大豆 鶏肉 りんご |
| 12 月 | ご飯 | | | | | 【米】 | | |
| | 牛乳 | | 【牛乳】 | | | | | 乳 |
| | すまし汁 | かまぼこ・【豆腐】 | | にんじん | えのきたけ・ねぎ 干しいたけ | | | 大豆 小麦 |
| | ハンバーグのおろしだれ のりふりかけ | 鶏肉・豚肉 かつお節 | | | たまねぎ・だいこん | でんぷん・砂糖 じゃがいも | 油 | 鶏肉 豚肉 大豆 小麦 砂糖・でんぷん |
| 13 火 | わかめご飯 | | わかめ | | | 【米】 | | |
| | 牛乳 | | 【牛乳】 | | | | | 乳 |
| | 豚汁 | 【豚肉】・油揚げ・赤みそ 【豆腐】 | | にんじん | ごぼう・だいこん・ねぎ | さといも | 油 | 豚肉 大豆 |
| | ☆まぐろのりんごソース | まぐろ | | | りんご | でんぷん・砂糖 | 油 | りんご 小麦 大豆 |
| 14 水 | ご飯 | | | | | 【米】 | | |
| | 牛乳 | | 【牛乳】 | | | | | 乳 |
| | 親子煮 ☆ミンチカツ | 鶏肉・【卵】・かまぼこ 牛肉 | | にんじん | たまねぎ・グリーンピース 干しいたけ たまねぎ | 砂糖 砂糖・パン粉・小麦粉 でんぷん | 油 油 | 鶏肉 卵 小麦 大豆 牛肉 大豆 小麦 |
| 15 木 | ご飯 | | | | | 【米】 | | |
| | 牛乳 | | 【牛乳】 | | | | | 乳 |
| | B・Bカレー マカロニサラダ (ごまドレッシング) *愛知のみかんゼリー | 【牛肉】・【大豆】 マグロフレーク | | にんじん にんじん | たまねぎ・グリーンピース とうもろこし・きゅうり | じゃがいも マカロニ | カレールウ 油 ドレッシング | 牛肉 大豆 小麦 りんご 豚肉 バナナ 小麦 大豆 大豆 小麦 りんご ごま 卵 |

- ・ * 印のりんご、カットパインの空袋、納豆の空容器、愛知のみかんゼリーの空容器・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。 ◆は応募献立です。
- ・ 【 】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。)
- ・ 献立名に () で記載されている調味料は、小袋タイプです。
- ・ ◎印はセンターでドレッシングなどであててあります。 ☆印はセンターで揚げて調理してあります。
- ・ 1日、7日、12日、19日、23日、26日、27日、28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。
- ・ 国の指導により、配膳過程での感染防止のため、品数の少ない献立としています。



6日(火)の「さばの竜田あげの甘酢あえ」は浅井南小学校の児童が考えた献立です。



令和2年10月分 学校給食献立予定表



好き嫌いをなく食べよう

| 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) |
|-----|----------------------------|-----------------------------|-------------------------------|-------------------|--------------------------------------|------------------------------|--------------------|---------------------------------------|
| | | 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 | |
| 16金 | 中華めん | | | | | 【中華めん】 | | 小麦 |
| | 牛乳 | | 【牛乳】 | | | | | 乳 |
| | しょうゆラーメン | 【豚肉】・【焼き豚】 | | にんじん | メンマ・ねぎ・とうもろこし | | 油 | 豚肉 小麦 大豆 鶏肉 ゼラチン |
| | 焼きギョーザ | 豚肉・鶏肉 | | | キャベツ・たまねぎ・しょうが にんにく | 砂糖・でんぷん 小麦粉 | 油 | 豚肉 鶏肉 大豆 小麦 |
| | ◎もやしのナムル | | | | もやし・きゅうり | | ナムルの素 | ごま 大豆 鶏肉 豚肉 小麦 |
| 19月 | ご飯 | | | | | 【米】 | | |
| | 牛乳 | | 【牛乳】 | | | | | 乳 |
| | はくさいとベーコンのスープ | ベーコン | | にんじん・パセリ | たまねぎ・はくさい とうもろこし | | 油 | 豚肉 大豆 |
| | キャベツ入りつくね (お好みソース) | 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 もも りんご 大豆 小麦 豚肉 鶏肉 |
| | ◎いんげんのごま和え | | | さやいんげん | | 砂糖 | ごま | ごま 小麦 大豆 さば 乳 鶏肉 |
| 20火 | ご飯 | | | | | 【米】 | | |
| | 牛乳 | | 【牛乳】 | | | | | 乳 |
| | 肉じゃが | 【牛肉】・【豚肉】 | | にんじん・さやいんげん | たまねぎ・こんにゃく | じゃがいも・砂糖 | 油 | 牛肉 豚肉 小麦 大豆 |
| | ☆とびうおフライ (ソース) | とびうお | | | | パン粉・小麦粉 | 油 | 小麦 大豆 りんご 大豆 |
| | ◎和風サラダ | かまぼこ・かつお節 | | にんじん 【ほうれんそう】 | | 砂糖 | 油 | 小麦 大豆 |
| 21水 | 金芽ロウカット玄米ご飯 | | | | | 【米】 | | |
| | 牛乳 | | 【牛乳】 | | | | | 乳 |
| | 八宝湯 | 鶏肉・いか・えび 【うずら卵】 | | にんじん | はくさい・干しいたけ・ねぎ | でんぷん | 油 | 鶏肉 えび いか 卵 豚肉 小麦 大豆 |
| | ☆酢豚 | 【豚肉】 | | ピーマン・赤パプリカ | たまねぎ | 砂糖・でんぷん | 油 | 豚肉 小麦 大豆 |
| 22木 | スライスパン | | | | | スライスパン | | 小麦 乳 大豆 豚肉 |
| | 牛乳 | | 【牛乳】 | | | | | 乳 |
| | ビーフシチュー | 【牛肉】 | | にんじん | たまねぎ・マッシュルーム グリーンピース | じゃがいも | ハヤシルウ 油 | 牛肉 小麦 大豆 豚肉 りんご 鶏肉 |
| | 焼きフランクフルト | 豚肉 | | | | 砂糖 | 油 | 豚肉 |
| | ◎ブロッコリーのドレッシング和え いちごジャム | | | ブロッコリー | | | ドレッシング | 小麦 大豆 りんご 鶏肉 豚肉 |
| 23金 | ご飯 | | | | | 【米】 | | |
| | 牛乳 | | 【牛乳】 | | | | | 乳 |
| | 呉汁 | 【豚肉】・大豆・【豆腐】 ミックスみそ | | にんじん | だいこん・ねぎ・しょうが | さといも | 油 | 豚肉 大豆 |
| | ひじきのいため煮 *納豆 | マグロフレーク 納豆 | ひじき | にんじん | とうもろこし | 砂糖 | 油 | 大豆 小麦 大豆 小麦 |
| 26月 | ご飯 | | | | | 【米】 | | |
| | 牛乳 | | 【牛乳】 | | | | | 乳 |
| | けんちん汁 かつおのおかか煮 | 鶏肉・【豆腐】 かつお・かつお節 | | にんじん | ごぼう・だいこん・ねぎ こんにゃく しょうが | | 油・ごま油 砂糖・でんぷん | 鶏肉 大豆 ごま 小麦 大豆 小麦 |
| 27火 | ご飯 | | | | | 【米】 | | |
| | 牛乳 | | 【牛乳】 | | | | | 乳 |
| | わかめ汁 | かまぼこ・【豆腐】 油揚げ | わかめ | にんじん | えのきたけ・はくさい・ねぎ 干しいたけ | | | 大豆 小麦 |
| | 名古屋コーチンの照り焼き *カットパイ | 【鶏肉】 | | | しょうが カットパイ | 砂糖 | 油 | 鶏肉 大豆 小麦 |
| 28水 | 麦ご飯 | | | | | 【米】・大麦 | | |
| | 牛乳 | | 【牛乳】 | | | | | 乳 |
| | みそおでん さけの塩焼き | 【豚肉】・ほんべん 赤みそ さけ | | にんじん | だいこん・こんにゃく | さといも・砂糖 | 油 油 | 豚肉 大豆 さけ |
| 29木 | ご飯 | | | | | 【米】 | | |
| | 牛乳 | | 【牛乳】 | | | | | 乳 |
| | 秋野菜カレー フルーツのミルクゼリー和え | 合びき肉(牛肉・【豚肉】) 牛乳 | | にんじん | たまねぎ・【れんこん】 エリンギ みかん・パイナップル・もも | じゃがいも ミルクゼリーの素 | カレールーウ 油 | 牛肉 豚肉 小麦 大豆 りんご バナナ もも 乳 りんご |
| 30金 | 白玉うどん | | | | | 【白玉うどん】 | | 小麦 |
| | 牛乳 | | 【牛乳】 | | | | | 乳 |
| | 五目うどん ☆さつまいもと大豆の甘がらめ | 鶏肉・油揚げ・かまぼこ 【大豆】 | | にんじん | はくさい・ねぎ・干しいたけ | さつまいも・砂糖 でんぷん | 油 ごま・油 | 鶏肉 大豆 小麦 大豆 ごま |

- ・ * 印のりんご、カットパイの空袋、納豆の空容器、愛知のみかんゼリーの空容器・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。 ◆は応募献立です。
- ・ 【 】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。)
- ・ 献立名に()で記載されている調味料は、小袋タイプです。
- ・ ◎印はセンターでドレッシングなどであえてあります。 ☆印はセンターで揚げて調理してあります。
- ・ 1日、7日、12日、19日、23日、26日、27日、28日のおかずには、調味料に乳・卵・小麦・えび・かきを含むことがありますが、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。
- ・ 国の指導により、配膳過程での感染防止のため、品数の少ない献立としています。



好評献立のレシピを公開しています。