



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 えのきだけ・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・えのきだけ・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・えのきだけ 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。



