



# 令和3年11月分 学校給食献立予定表



はたらくひとにかんしゃしてたべよう

日曜	こんだてめい	おもにからだをつくるものになる		おもにからだのちょうしをととのえる		おもにエネルギーのもとになる		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)	中学年量を掲載	
		1ぐん	2ぐん	3ぐん	4ぐん	5ぐん	6ぐん		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
		さかな・にく・たまご まめ・まめせいひん	ぎゅうにゅう にゅうせいひん こさかな・かいそう	いろのこいやさい	そのたのやさい・くだもの・きのこ	こめ・パン・めん いも・さとう	ゆし・しゅじつ			
1月	ごはん ぎゅうにゅう とうにゅういりみそしる ★たこのからあげ *ヨーグルト	よくかんで たべよう! 「いいはのひ」にちなんで 【おいしい】にちなんで とうにゅう・【とうふ】 あぶらあげ・ミックスみそ たこ ヨーグルト	【ぎゅうにゅう】	にんじん	だいこん・えのきだけ・ねぎ	【こめ】		乳 大豆 乳 セラチン	646	28.0
2火	サンドイッチパンズパン ぎゅうにゅう さつまいものポタージュ ★しろみぎかなのポーションフライ ポイルキャベツ (とんかつソース)	ベーコン・とうにゅう ほき ほねにきき つけてね	【ぎゅうにゅう】	にんじん・パセリ	たまねぎ キャベツ	サンドイッチパンズパン さつまいも ホワイトルーフ あぶら パンこ・こむぎこ でんぷん あぶら	小麦 乳 大豆 乳 豚肉 大豆 小麦 りんご 大豆	707	25.9	
4木	ごはん ぎゅうにゅう エッグスープ グリルチキンのあかワインソースがけ	【ぶたにく】・【たまご】 とりにく	【ぎゅうにゅう】	にんじん・パセリ あかビーマン・にんじん	たまねぎ スッキーニ・きピーマン たまねぎ	【こめ】 でんぷん あぶら はちみつ あぶら	乳 豚肉 卵 牛肉 小麦 大豆 鶏肉 大豆 小麦	659	31.2	
5金	わかめごはん ぎゅうにゅう どんがらじる いもに *りんご	わかめ 【ぎゅうにゅう】 やまがたけんの きょうどりょうり こんだて たら・【とうふ】 しろみそ ぎゅうにく	【ぎゅうにゅう】	にんじん にんじん・さやいんげん	たまねぎ・はくさい えのきだけ・しょうが こんにゃく・ねぎ りんご	【こめ】	乳 大豆 牛肉 大豆 小麦 りんご	597	25.5	
8月	ごはん ぎゅうにゅう かぶのクリームスープ ハンバーグのきのこデミグラスソースがけ	【ぶたにく】 ベーコン・とうにゅう とりにく・ぶたにく	【ぎゅうにゅう】	にんじん	かぶ・たまねぎ たまねぎ・エリンギ マッシュルーム	【こめ】 じゃがいも こめこ・さとう あぶら	乳 豚肉 大豆 鶏肉 豚肉 大豆 小麦 牛肉	619	20.6	
9火	ごはん ぎゅうにゅう みぞれじる にしんのかんろに ◎ひじきときゅうりのささみあえ	【ぶたにく】 にしん ささみフレーク	【ぎゅうにゅう】	にんじん	えのきだけ・しめじだけ こんにゃく・ねぎ・だいこん しょうが きゅうり	【こめ】 あぶら さとう・でんぷん さとう ドレッシング	乳 豚肉 大豆 小麦 小麦 大豆 大豆 小麦 鶏肉 セラチン ごま	626	27.3	
10水	ちゅうかめん ぎゅうにゅう わふうとんこつラーメン ★あげギョーザ・3こ ◎きりぼししだいこんのナムル	【ぶたにく】 【やきぶた】・なると ぶたにく・とりにく だいたすこ きりぼししだいこん・きゅうり	【ぎゅうにゅう】	にんじん	キャベツ・ねぎ・メンマ キャベツ・たまねぎ・にんにく しょうが きりぼししだいこん・きゅうり	【ちゅうかめん】 あぶら でんぷん・さとう こむぎこ ナムルのもと	小麦 乳 豚肉 小麦 大豆 鶏肉 さば 豚肉 鶏肉 大豆 小麦 ごま ごま 大豆 鶏肉 豚肉 小麦	738	27.8	
11木	ごはん ぎゅうにゅう チンゲンサイととうふのちゅうかスープ チャーハンのぐ *いちごプリン	【ぶたにく】・【とうふ】 ベーコン・たまご いちごプリン	【ぎゅうにゅう】	にんじん・チンゲンサイ にんじん	もやし エリンギ・ねぎ	【こめ】 でんぷん あぶら ねぎあぶら ごまあぶら	乳 豚肉 大豆 鶏肉 小麦 豚肉 卵 りんご 大豆 ごま 大豆	593	21.0	
12金	むぎごはん ぎゅうにゅう B・Bカレー みかんゼリーあえ	【ぶたにく】 ぎゅうにく・【だいたす】	【ぎゅうにゅう】	にんじん	たまねぎ・グリーンピース ナタデココ・パイナップル・もも	【こめ】・おおむぎ じゃがいも 【みかんゼリー】	乳 牛肉 大豆 小麦 りんご パナナ もも	687	18.4	
15月	ごはん ぎゅうにゅう ぶたじる ★だいたすとうもろこしのてんぷら やさしいりかけ	【ぶたにく】・【とうふ】 あぶらあげ・あかみそ ぎょにくすりみ 【だいたす】・【とうふ】 かつおぶし	【ぎゅうにゅう】	にんじん にんじん・【まっちゃん】	ごぼう・だいこん・ねぎ とうもろこし	【こめ】 さといも あぶら やまいも・こめこ こむぎこ・さとう さとう	乳 豚肉 大豆 大豆 やまいも 小麦	676	22.3	

・ \* \_\_\_\_\_ するしのりんごのからぶくろ、ヨーグルト、いちごプリンのからようき・スプーンはぎょうしゃがかいしゅうします。

・ サラダは、なまやさいではなく、すべてゆでてしゅうします。

・ 【 】 のしょくひんはあいちけんさんのものをしゅうしています。

(てんこうなどにより、さんちがかわることがあります。)

・ ◎するしはセンターでドレッシングなどであえてあります。

・ ☆するしはセンターであげてちゅうりしてあります。

・ 5日、9日、16日、26日、29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



はたらくひとにかんしゃしてたべよう

日曜	こんだてめい	おもにからだをつくるもとになる		おもにからだのちょうしをととのえる		おもにエネルギーのもとになる		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)	中学年量を掲載		
		1ぐん	2ぐん	3ぐん	4ぐん	5ぐん	6ぐん		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	
16火	ごはん					【こめ】			鶏肉 大豆 小麦	623	23.8
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】								
	とりにくとだいこんのちゅうかに	とりにく・あつあげ		にんじん・チンゲンサイ	だいこん・たけのこ ほししいたけ	さとう	チーズ ねぎあぶら				
	おさかなはんぺんのちゅうかソース	ぎよにくすりみ		にんじん	キャベツ・とうもろこし・ねぎ	でんぷん・さとう	あぶら	大豆 小麦			
17水	クロスロールパン					クロスロールパン		小麦 乳 大豆	669	25.3	
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					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	あぶら	豚肉			
	ポロニアステーキ	とりにく・ぶたにく				でんぷん・さとう	あぶら	鶏肉 豚肉			
18木	ごはん					【こめ】			607	26.5	
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳			
	えびしんじょうのすいもの	えびしんじょう		にんじん	はくさい・えのきだけ・ねぎ	でんぷん		えび 豚肉 大豆 小麦 さば			
	きぬあつあげのだいすそぼろあん	だいす・とりにく 【だいすミート】				でんぷん・さとう	あぶら	大豆 鶏肉 小麦			
19金	ごはん			【だいこんば】		【こめ】			621	22.5	
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳			
	あいちのかきたまじる	【たまご】・とりにく かまぼこ		にんじん・【みつば】	えのきだけ・【はくさい】 ほししいたけ	でんぷん	あぶら	卵 鶏肉 小麦 大豆			
	☆あいちのこんさいコロッケ			【にんじん】	【ごぼう】	じゃがいも・さとう 【こめパンこ】 こめこ・でんぷん	あぶら	小麦 大豆 魚介類(※)			
22月	ごはん					【こめ】			661	26.9	
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳			
	よしのじる	【ぶたにく】・あつあげ		にんじん	だいこん・ねぎ	さといも・でんぷん	あぶら	豚肉 大豆 小麦			
	☆あげとりどんのぐ	とりにく		ピーマン	しょうが・ねぎ	でんぷん・さとう	あぶら	鶏肉 小麦 大豆			
24水	むぎごはん					【こめ】・おおむぎ			679	27.5	
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳			
	サンパール	【だいす】		にんじん・トマト	たまねぎ・レモン	レンズまめ・じゃがいも	あぶら	大豆			
	☆ぶたにくのカレーふうみからあげ	【ぶたにく】			にんにく	でんぷん・こめこ	マヨネーズふう ちようみりよう あぶら	豚肉 大豆 小麦			
25木	しらたまうどん					【しらたまうどん】		小麦	657	24.8	
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳			
	カレーなんばんうどん	とりにく・かまぼこ		にんじん	たまねぎ・ねぎ・ほししいたけ	でんぷん	カレールー あぶら	鶏肉 小麦 大豆			
	キャベツいりつくね	とりにく・ぶたにく かつおぶし			キャベツ・しょうが	でんぷん・さとう	あぶら	鶏肉 豚肉			
26金	ごはん					【こめ】			622	28.4	
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳			
	とりだんごじる	とりだんご		にんじん	はくさい・ねぎ・えのきだけ しらだき			鶏肉 大豆 小麦			
	さばのしおやき	さば					あぶら	さば			
29月	ごはん					【こめ】			593	33.2	
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳			
	ごじる	【ぶたにく】・だいすペースト 【とうふ】・ミックスマソ	わかめ	にんじん	だいこん・えのきだけ・ねぎ しょうが	さといも	あぶら	豚肉 大豆			
	たらのゆうあんだれ	たら			ゆず	さとう	あぶら	大豆 小麦			
30火	ごはん					【こめ】			702	21.5	
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳			
	にくじゃが	【ぶたにく】		にんじん・さやいんげん	こんにゃく・たまねぎ	じゃがいも・さとう	あぶら	豚肉 大豆 小麦			
	☆かぼちゃひきにくフライ	ぶたにく	わかめ	かぼちゃ	たまねぎ	パンこ・でんぷん こむぎこ・さとう	あぶら	豚肉 大豆 小麦			

・\* \_\_\_\_\_ するしりんのからぶくろ、ヨーグルト、いちごプリンからようき・スプーンはぎょうしゃがかいしゅうします。

・サラダは、なまやさいではなく、すべてゆでてしゅうします。

・【 】のしよくひんはあいちけんさんのものをしゅうしています。

(てんこうなどにより、さんちがかわることがあります。)

・◎するしはセンターでドレッシングなどであえてあります。

・☆するしはセンターであげてちようりしてあります。

・5日、9日、16日、26日、29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。

※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。

18日(木)の「えびしんじょうのすいもの」は、いわしなどのさかなからとただしをつかっています。だしのうまみをしっかりあじわってくださいね。

19日(金)は、「あいちをたべるがっこうきゅうしよくのひ」です。あいちけんてせいさんされたたべものをつかっています。かんしゃのきもちをわすれずにあじわってたべましょう。

11月24日は「和食の日」

