



# 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			
1月	ご飯					【米】		豚肉 卵 牛肉 小麦 大豆	775	35.3
	牛乳		【牛乳】							
	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			
	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	スッキーニ・黄ピーマン たまねぎ	はちみつ	油			
2火	わかめご飯		わかめ			【米】		大豆	744	30.1
	牛乳		【牛乳】							
	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					
	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			
4木	ご飯					【米】		大豆	811	31.8
	牛乳		【牛乳】							
	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			
	☆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			
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	864	31.3
	牛乳		【牛乳】							
	さつまいものポターージュ	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			
	☆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			
8月	ご飯					【米】		大豆	754	32.0
	牛乳		【牛乳】							
	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					
	☆たこのから揚げ	たこ				米粉・でんぷん	油			
9火	ご飯					【米】		鶏肉 大豆 小麦	719	26.8
	牛乳		【牛乳】							
	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 干ししいたけ	砂糖	チーク ねぎ油			
	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			
10水	麦ご飯					【米】・大麦		小麦 大豆 小麦 りんご パナナ	855	21.8
	牛乳		【牛乳】							
	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			
	みかんゼリー和え				ナタデココ・パイナップル・もも	【みかんゼリー】				
11木	ご飯					【米】		豚肉 大豆	737	23.4
	牛乳		【牛乳】							
	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			
	ハンバーグのきのこデミグラスソースがけ	鶏肉・豚肉			たまねぎ・エリンギ マッシュルーム	米粉・砂糖	油			
12金	中華めん					【中華めん】		小麦 大豆 鶏肉 さば	876	32.2
	牛乳		【牛乳】							
	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			
	☆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			
15月	ご飯					【米】		大豆 小麦 小麦	705	36.1
	牛乳		【牛乳】							
	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・えのきだけ・ねぎ しょうが	さといも	油			
	たらの幽庵だれ	たら			ゆず	砂糖	油			
◎ほうれんそうのごま和え			【ほうれんそう】	もやし	砂糖	ごま				

・ \* 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。

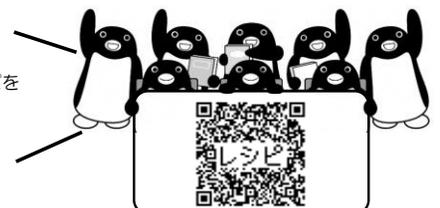
・ 【 】の食品は愛知県産のものを使用しています。(天候などにより、産地が変わることがあります。)

・ ◎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。

・ 2日、9日、15日、25日、30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) 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群(カルシウム) 牛乳・乳製品 小魚・海苔	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火	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		
17水	あいちのだいこん菜ご飯			【だいこんば】		【米】			738	25.7
	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】	えのきだけ・【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			
18木	ご飯					【米】			700	24.3
	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		
	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	805	28.9
	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		
	＊いちごプリン	いちごプリン						大豆		
22月	ご飯					【米】			701	29.0
	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・えのきだけ・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	カレー粉 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	麦ご飯					【米】・大麦			761	31.2
	牛乳		【牛乳】					乳		
	みぞれ汁	【豚肉】		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		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 ゼラチン ごま		
26金	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		
29月	ご飯					【米】			768	25.0
	牛乳		【牛乳】					乳		
	豚汁	【豚肉】・【豆腐】 油揚げ・赤みそ 魚肉すり身・【大豆】 【豆腐】		にんじん	ごぼう・だいこん・ねぎ	さといも	油	豚肉 大豆		
	☆大豆ととうもろこしの天ぷら			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		
	野菜ふりかけ	かつお節		ひろしまな だいこんば・かぼちゃ		砂糖				
30火	わかめご飯		わかめ			【米】			778	33.4
	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		

・＊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調理してあります。

・2日、9日、15日、25日、30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。

17日(水)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。



11月24日は「和食の日」