



# 令和元年10月分 学校給食献立予定表

すききらいをなくしましょう

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27品目)
		1ぐん さかな・にく・たまご まめ・まめせいひん	2ぐん ぎゅうにゅう にゅうせいひん こざかな・かいそう	3ぐん いろいろのこいやさい	4ぐん そのたのやさい・くだもの・きのこ	5ぐん こめ・パン・めん いも・さとう	6ぐん ゆし・しゅじつ	
1 火	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	トック	【ぶたにく】	わかめ	にんじん	たまねぎ・ほししいたけ・ねぎ にんにく	トック	あぶら	豚肉 鶏肉 大豆 小麦
	チンジャオロース	ぎゅうにく		ピーマン・にんじん あかパプリカ	たけのこ・エリンギ・にんにく	さとう・でんぷん	あぶら	牛肉 大豆 小麦
2 水	むぎごはん					【こめ】・おむぎ		
	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	たまねぎ	こんにやく じゃがいも・さとう	あぶら	豚肉 大豆 小麦
	いかねぎやき	ぎょにくすりみ・いか			ねぎ	でんぷん・やまいも	あぶら	いか やまいも
3 木	ごはん					【こめ】		
	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・えのきたけ	しらたき		鶏肉 大豆 小麦
	さばのしおやき	さば					あぶら	さば
	◎ほうれんそうのささみあえ	ささみフレーク		【ほうれんそう】			ドレッシング	鶏肉 大豆 ゼラチン 小麦 りんご 豚肉
4 金	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	チキンシチュー	とりにく・とうにゅう		にんじん	たまねぎ・ココナッツミルク	じゃがいも	ホワイトルウ あぶら	鶏肉 大豆 豚肉
	◆☆ぶたにくのインドふうからあげ	【ぶたにく】			にんにく	でんぷん	マヨネーズゆかりしょう油 あぶら	豚肉 大豆 小麦
7 月	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ゆばのすましじる	ゆば・【とうふ】		にんじん	はくさい・えのきたけ ほししいたけ・ねぎ		あぶら	大豆 小麦
	きぬあつあげのあまみそだれ	とうにゅう・あかみそ				でんぷん・さとう	あぶら	大豆 小麦
	*なっとう	なっとう						大豆 小麦
8 火	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	かいせんじる	のりボール・いか ほたてフレーク		にんじん	はくさい・ねぎ・しょうが	しらたき	あぶら	大豆 いか 小麦
	☆ポテトコロッケ	ぶたにく・ぎゅうにく		にんじん・パセリ	たまねぎ	じゃがいも・パンこ さとう・こむぎこ	あぶら	豚肉 牛肉 小麦 大豆
9 水	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ポークカレー	【ぶたにく】		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 あぶら	豚肉 大豆 小麦 りんご パナナ
	シャインマスカットゼリーあえ				ナタデココ・パイン	シャインマスカットゼリー		
10 木	りんごパン				りんご	パン		小麦 乳 大豆 豚肉 りんご
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ベーコンとピーツのコンソメスープ	ベーコン		にんじん・トマト	たまねぎ・ピーツ		あぶら	豚肉
	グリルチキンのワインソースがけ	とりにく		あかパプリカ・にんじん	ズッキーニ・きパプリカ たまねぎ	はちみつ	あぶら	鶏肉 大豆 小麦
	*ブルーベリーゼリー					ブルーベリーゼリー		
11 金	みかわあかどりごもくごはん	【とりにく】・あぶらあげ		にんじん	ごぼう・しいたけ	【こめ】	あぶら	鶏肉 大豆 小麦
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	じゃっばじる	たら・ミックスみそ		にんじん・【みつば】	かぶ・ねぎ		あぶら	大豆
	☆いかメンチ	たらすりみ・いか			【キャベツ】・しょうが	こむぎこ・でんぷん さとう・パンこ	あぶら	いか 小麦 大豆 さば
	*りんご			りんご				りんご
15 火	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ごじる	【ぶたにく】・【とうふ】 だいすべースト ミックスみそ		にんじん	だいこん・ねぎ・しょうが	さといも	あぶら	豚肉 大豆
	☆キャベツいりミンチカツ	ぎゅうにく・ぶたにく			【キャベツ】・たまねぎ	でんぷん・パンこ さとう・こむぎこ	あぶら	牛肉 豚肉 大豆 小麦
	◎いんげんのごまあえ		さやいんげん		さとう	ごま		ごま 小麦 大豆 さば 乳 鶏肉
16 水	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	はっぼうさい	【ぶたにく】・いか・えび 【うすらたまご】		にんじん・チンゲンサイ	たまねぎ・はくさい・たけのこ ほししいたけ	でんぷん・さとう	あぶら	豚肉 いか えび 卵 鶏肉 ごま 大豆 小麦
	☆あげギョーザ・3こ	ぶたにく		にら	キャベツ・たまねぎ・にんにく	パンこ・でんぷん さとう・こむぎこ	あぶら	豚肉 小麦 大豆

・ \* するしのりんご、シャインマスカットのからぶくろ、なっとうのからようき、ブルーベリーゼリーのからようき・スプーンはぎょうしゃがかいしゅうします。

・ ◆はおうほこんだてです。 ・サラダは、なまやさいではなく、すべてゆでてしようします。

・ 【 】のしょくひんはあいちけんさんのものをしようしています。(てんこうにより、さんちがかわることがあります。)

・ こんだてめいに ( ) できさいされているちょうみりょうは、こぶくろタイプです。

・ ◎するしはセンターでドレッシングなどであててあります。 ・ ☆するしはセンターであげてちょうりしてあります。

・ 1日、7日、18日、21日、31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。





# 令和元年10月分 学校給食献立予定表

すききらいをなくしましょう

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27品目)
		1ぐん	2ぐん	3ぐん	4ぐん	5ぐん	6ぐん	
		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 こざかな・かいそう	いろいろのいやさい	そのたのいやさい・くだもの・きのこ	こめ・パン・めん いも・さとう	ゆし・しじつ	
17 木	ちゅうかめん					【ちゅうかめん】		小麦
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	しおラーメン	【ぶたにく】・なると		にんじん	もやし・キャベツ・ねぎ とうもろこし		あぶら	豚肉 小麦 さば セラチン 大豆 鶏肉 こま
	☆とりにくのからあげ	とりにく			にんにく・しょうが	でんぷん	あぶら	鶏肉 大豆 小麦
	◎きりぼしだいこんのナムル				【きりぼしだいこん】 きゅうり		ナムルのもと	ごま 大豆 鶏肉 豚肉 小麦
18 金	きんめロウカットげんまいごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ミートボールのトマトにこみ	ミートボール・ベーコン		にんじん・トマト	たまねぎ・しめじだけ グリーンピース・にんにく		オリーブあぶら	鶏肉 大豆 豚肉 りんご
	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
21 月	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ぶたじる	【ぶたにく】・【とうふ】 あぶらあげ・あかみそ		にんじん	ごぼう・だいこん・ねぎ	さといも	あぶら	豚肉 大豆
	ひじきのいために	マグロフレーク	ひじき	にんじん	とうもろこし	さとう	あぶら	大豆 小麦
	たくあん				たくあん			小麦 大豆
23 水	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	エッグスープ	【ぶたにく】・【たまご】		にんじん・パセリ	たまねぎ	でんぷん	あぶら	豚肉 卵 牛肉 小麦 大豆
	★じゃがいもとウィンナーのコンソメいため	ウィンナー		にんじん・ピーマン	たまねぎ	じゃがいも	あぶら	豚肉 大豆
24 木	スライspan					スライspan		小麦 乳 大豆 豚肉
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	くりのポターージュ	とりにく	ぎゅうにゅう なまクリーム	にんじん・パセリ	たまねぎ	じゃがいも	ホワイトルウ くり・あぶら	鶏肉 乳 豚肉 大豆
	てりやきバーグサンド	とりにく・ぶたにく			たまねぎ	こめこ・さとう でんぷん	あぶら	鶏肉 豚肉 大豆 小麦
	コンソメキャベツ				キャベツ			鶏肉 小麦 大豆
	ココアパウダー					ココアパウダー		大豆
25 金	わかめごはん		わかめ			【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	すいとんじる	あぶらあげ		にんじん	はくさい・だいこん・ねぎ	すいとん		小麦 大豆
	☆いわしフライ	いわし				パンこ・こむぎこ さとう	あぶら	小麦 大豆
28 月	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	とうにゅういりみそしる	とうにゅう・【とうふ】 あぶらあげ・ミックスみそ		にんじん	だいこん・えのきたけ・ねぎ			大豆
29 火	しらたまうどん					しらたまうどん		小麦
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	カレーなんばんうどん	【ぶたにく】・かまぼこ		にんじん	たまねぎ・ねぎ・ほししいたけ	でんぷん	カレールウ あぶら	豚肉 大豆 小麦
	☆やさしいりとりてん	とりにく		ほうれんそう・にんじん	たまねぎ・キャベツ	こむぎこ・さとう	あぶら	鶏肉 小麦
30 水	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ちawanむしスープ	とりにく・【たまご】 かまぼこ		にんじん・【みつば】	えのきたけ・ほししいたけ	でんぷん	あぶら	鶏肉 卵 小麦 大豆
	さといものうまに	ぶたにく・いか		にんじん・さやいんげん		さといも・こんにゃく さとう	あぶら	豚肉 いか 大豆 小麦
31 木	むぎごはん					【こめ】・おむぎ		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	あきのすましじる	かまぼこ・【とうふ】		にんじん・【みつば】	えのきたけ・ほししいたけ			大豆 小麦
	さんまのゆずだれがけ	さんま			ゆず	さとう	あぶら	大豆 小麦

- ・ \* \_\_\_\_ するしのりんご、シャインマスカットのからぶくろ、なっとうのからようき、ブルーベリーゼリーのからようき・スプーンはぎょうしゃがかいしゅうします。
- ・ ◆はおうぼこんだてです。 ・ 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。(てんこうにより、さんちがかわることがあります。)
- ・ こんだてめいに ( ) できさいされているちょうみりょうは、こぶくろタイプです。
- ・ ◎しるしはセンターでドレッシングなどであえてあります ・ ☆しるしはセンターであげてちょうりしてあります。
- ・ 1日、7日、18日、21日、31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。

9が20にちからラグビーWカップがにほんでかいさいされ、かっくがしのぎをけするあつたたいをくりひろげています。いちのみやしは、ニュージーランドだいひょうチームのこうにんチームキャンプちとなつています。そのこうりゅうのいっかんとして、きゅうしょくでは、ニュージーランドでせいさんがさかんなピーツをつかったコンソメじたてのスープとワインをつかったソースをかけたチキンをていきょうします。こんかひのピーツはペーストじょうにしたものをスープにまぜてあります。とくちょうてきなきさいとあまみをたのしみしていただく。



好評献立のレシピを公開しています。

