



# 平成28年11月分 学校給食献立予定表

ア:アレルギーを起こしやすい原材料  
1日ごとのアレルギーが表示してありますので、各献立につきましては各学校にお問い合わせください。



かんしゃしてたべましょう

月	火	水	木	金	
<p>9日(水)の「きゅうりとささみのめんつゆあえ」は千秋中学校のせいとがかんがえたこんだてです。</p>	<b>1日</b> ごはん ぎゅうにゅう にくじゃが てりどり 【ぎゅうにゅう】ぎゅうにく とりにく いとこんにやく たまねぎ にんじん さやいんげんしょうが 【ごはん】じゃがいも さとう あぶら 乳 牛肉 大豆 小麦 鶏肉	<b>2日</b> ごはん ぎゅうにゅう ちゅうかコーンスープ チンジャオロース *ヨーグルト 【ぎゅうにゅう】ベーコン ギョーザ 【ごはん】もち じゃがいも にんじん たらこ ホールコーン ほししいたけ たけのこ ピーマン エリンギ あかパプリカ にんにく 【ごはん】あぶら さとう でんぶん ごまあぶら 乳 豚肉 ごま 鶏肉 大豆 小麦 牛肉 ゼラチン	<b>3日</b> ぶんかのひ 	<b>4日</b> むぎごはん ぎゅうにゅう だいこんのそぼろに キャベツいりつくね(おこのみソース) やさしいふりかけ 【ぎゅうにゅう】とりひきにく はんぺん キャベツいりつくね だいこん にんじん さやいんげん ほししいたけしょうが 【むぎごはん】さとう あぶら 乳 鶏肉 大豆 小麦 豚肉 ももりんご	
	<b>7日</b> ごはん ぎゅうにゅう のっぺいじる さばのみそに たくあん 【ぎゅうにゅう】とりにく あぶらあげ さばのみそに だいこん にんじん 【ねぎ】ほししいたけ たくあん 【ごはん】さといも でんぶん あぶら 乳 鶏肉 大豆 小麦 さば	<b>8日</b> サンドイッチパンズパン ぎゅうにゅう おまめのシチュー ハムカツパーガー(キャベツ・とんかつソース) 【ぎゅうにゅう】【ぶたにく】【だいず】 ハムカツ たまねぎ トマト キャベツ 【ごはん】さといも さとう あぶら サンドイッチパンズパン ひよこめめ レンズまめ じゃがいも あぶら 乳 小麦 大豆 豚肉 鶏肉 パナナ りんご	<b>9日</b> ごはん ぎゅうにゅう みそおでん あじフリッター・2こ ◎きゅうりとささみのめんつゆあえ◎ 【ぎゅうにゅう】いか はんぺん 【うずらたまご】 あかみそ あじフリッター ささみフレック こんぶ こんにやく だいこん にんじん きゅうり 【ごはん】さといも さとう あぶら ごまあぶら 乳 いか 大豆 卵 小麦 鶏肉 ゼラチン ごま さば	<b>10日</b> しらたまうどん ぎゅうにゅう ごもくあんかけうどん ベーコンのたまごやき *A. スイートポテト *B. とうにゅうパバロア 【ぎゅうにゅう】とりにく かまぼこ ベーコンのたまごやき とうにゅうパバロア はくさい にんじん えのきたけ 【ねぎ】 ほししいたけ しらたまうどん でんぶん あぶら スイートポテト 乳 小麦 鶏肉 大豆 卵 豚肉	<b>11日</b> ごもくごはん ぎゅうにゅう かきたまじる いかフライ ◎いんげんのごまあえ 【ぎゅうにゅう】【たまご】とりにく かまぼこ いかフライ にんじん えのきたけ 【みつば】ほししいたけ さやいんげん 【ごもくごはん】でんぶん あぶら ごま
	<b>14日</b> ごはん ぎゅうにゅう ちゃんこじる さのあまだれがけ あじつけのり 【ぎゅうにゅう】とりにく いかだんご えびだんご さけ 【あじつけのり】 はくさい えのきたけ にんじん しらたき 【ねぎ】 ほししいたけ 【ごはん】あぶら さとう 乳 鶏肉 いか えび 豚肉 大豆 小麦 さけ	<b>15日</b> わかめごはん ぎゅうにゅう どさんこじる ふんわりステーキのそぼろあんかけ 【ぎゅうにゅう】【ぶたにく】【どうふ】ミックスみそ ふんわりステーキ 【とりひきにく】 たまねぎ にんじん ホールコーン 【ねぎ】 【わかめごはん】じゃがいも あぶら さとう でんぶん 乳 豚肉 大豆 鶏肉 小麦	<b>16日</b> ごはん ぎゅうにゅう あきのかおりじる みかわあかどりのチキンカツ(あまみそ) ◎きりほしだいこんのごまずあえ◎ 【ぎゅうにゅう】かまぼこ 【どうふ】 【みかわあかどりのチキンカツ】あまみそ えのきたけ しめじたけ ほししいたけ ごぼう にんじん 【ねぎ】【きりほしだいこん】きゅうり 【ごはん】あぶら ごまあぶら さとう 乳 大豆 小麦 鶏肉 ごま	<b>17日</b> むぎごはん ぎゅうにゅう ポークカレー フルーツあんぱん アーモンドごさかな 【ぎゅうにゅう】かまぼこ 【どうふ】とりにく アーモンドごさかな たまねぎ にんじん グリンピース みかん もも パイン 【むぎごはん】じゃがいも あぶら あんぱんどうふ 乳 豚肉 小麦 大豆 りんご パナナ もも	<b>18日</b> さつまいもごはん ぎゅうにゅう ぶたじる ハンバーグのきのこあんかけ *りんご 【ぎゅうにゅう】【ぶたにく】【どうふ】あかみそ ハンバーグ ごぼう だいこん にんじん こんにやく 【ねぎ】 しめじたけ まいたけ えのきたけ りんご 【さつまいもごはん】さといも あぶら さとう でんぶん 乳 豚肉 大豆 鶏肉 小麦 りんご
	<b>21日</b> ごはん ぎゅうにゅう とうにゅういりみそする さんまのおろしだれ ◎うめかつおあえ◎ 【ぎゅうにゅう】とうにゅう 【どうふ】あぶらあげ ミックスみそ さんま かつおぶし だいこん にんじん えのきたけ 【ねぎ】 キャベツ もやし うめぼし 【ごはん】あぶら さとう 乳 大豆 小麦 りんご	<b>22日</b> ごはん ぎゅうにゅう はっぼうさい あげギョーザ・3こ 【ぎゅうにゅう】【ぶたにく】いか えび 【うずらたまご】ギョーザ たまねぎ にんじん はくさい チンゲンサイ たけのこ ほししいたけ 【ごはん】でんぶん さとう あぶら 乳 豚肉 いか えび 卵 鶏肉 ごま 大豆 小麦	<b>23日</b> きんろうかんしゃのひ 	<b>24日</b> ごはん ぎゅうにゅう すましじる くりいりちくぜんに 【ぎゅうにゅう】かまぼこ 【どうふ】とりにく にんじん えのきたけ 【ねぎ】ほししいたけ こんにやく ごぼう れんこん さやいんげん 【ごはん】くり さとう あぶら 乳 大豆 小麦 鶏肉	<b>25日</b> ちゅうかめん ぎゅうにゅう みそラーメン はるまき ◎きゅうりのナムル 【ぎゅうにゅう】【ぶたにく】ミックスみそ はるまき はくさい にんじん たけのこ たまねぎ ホールコーン 【ねぎ】にんにく きゅうり 【ちゅうかめん】あぶら 乳 小麦 豚肉 鶏肉 大豆 ごま
<b>28日</b> ごはん ぎゅうにゅう よしのじる わふうコロッケ 【ぎゅうにゅう】とりにく あつあげ だいこん にんじん 【ねぎ】 【ごはん】さといも でんぶん わふうコロッケ あぶら 乳 鶏肉 大豆 小麦	<b>29日</b> ごはん ぎゅうにゅう けんちんじる ひじきのいために 【ぎゅうにゅう】とりにく 【どうふ】ひじき マグロフレック こんにやく ごぼう だいこん にんじん 【ねぎ】 ホールコーン 【ごはん】ごまあぶら あぶら さとう 乳 鶏肉 大豆 ごま 小麦	<b>30日</b> ツイストロールパン ぎゅうにゅう さつまいものポタージュ とりにくのバーベキューソース ココアパウダー 【ぎゅうにゅう】ベーコン とうにゅう とりにく たまねぎ にんじん パセリ りんご レモン ツイストロールパン さつまいも あぶら でんぶん ココアパウダー 乳 小麦 大豆 豚肉 鶏肉 りんご	<p>11月16日は「あいちのあきをたべるがっこうきゅうしょくのひ」にちなんでこんだてです。</p> <p>あいちけんさんの「みかわあかどり」や「おわりちぼうのとくさんぶつ」のひとつ、「きりほしだいこん」がとうじょうします。しるものうらぶ「もみじ」や「いちよう」のかたちをしたかまぼこで、あきもかんじてください。</p> <p>こどものきほんてきせいしゅうかんのいくせい「はやね・はやあき・あきごはん」</p> <p>まいつき19日は「しよくいくのひ」～おうちでごはんのひ～これをきかいてきゅうしよくじかんやかていでしよくじかんに「しよく」についていろいろはなしあててみましょう。</p> <p>毎月19日</p>		

\* 赤: おもにからだをつくるものになる \* 緑: おもにからだのちょうしをととのえる \* 黄: おもにエネルギーのもとになる

\* \* スイートポテト、りんごのほうろそう、ヨーグルト、とうにゅうパバロアのからよき、スプーンはぎょうしゃがいしゅうします。

◆ おうぼこんだて

\* 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。

..ちさんちしょう..【 】のしよ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、さんちがへんこうすることがあります。

\* こんだてめいに( )でさいされしているちょうみりうは、こぶくろタイプです。

◎しるは、センターでドレッシングなどであててあります。

\* 1日、7日、15日、24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。

小学校家庭配布表(一宮市教育委員会学校給食課 北部)

好評献立のレシピを公開しています

