



# 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。



感謝して食べましょう

月	火	水	木	金	
1日(火)の「きゅうりとささみのめんつゆ和え」は千秋中学校の生徒が考えた献立です。	<b>1日</b> ご飯 牛乳 みそおでん あじフリッター・3個 ◎◆きゅうりとささみのめんつゆ和え◆ 【牛乳】いか はんぺん【うずら卵】赤みそ あじフリッター ささみフレーク 昆布 こんにゃく だいこん にんじん きゅうり 【ご飯】さといも さとう 油 ごま油 乳 いか 大豆 卵 小麦 鶏肉 ゼラチン ごま さば	<b>2日</b> ご飯 牛乳 すまし汁 栗入り筑前煮 【牛乳】かまぼこ【豆腐】鶏肉 にんじん えのきたけ【ねぎ】干しいたけ こんにゃく ごぼう れんこん さやいんげん 【ご飯】粟 さとう 油 乳 大豆 小麦 鶏肉	<b>3日</b> 文化の日 	<b>4日</b> ツイストロールパン 牛乳 さつまいものポターージュ 鶏肉のバーベキューソース ココアパウダー 【牛乳】ベーコン 豆乳 鶏肉 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 油 でんぶん ココアパウダー 小麦 乳 大豆 豚肉 鶏肉 りんご	
	<b>7日</b> ご飯 牛乳 のっぺい汁 和風コロッケ 味付けのり 【牛乳】鶏肉 油揚げ【味付けのり】	<b>8日</b> ご飯 牛乳 豚汁 ハンバーグのきのこあんかけ *りんご 【牛乳】【豚肉】【豆腐】赤みそ ハンバーグ 【牛乳】【卵】鶏肉 かまぼこ いかフライ 【牛乳】【豚肉】	<b>9日</b> 五目ご飯 牛乳 かきたま汁 いかフライ ◎いんげんのごま和え 【牛乳】【卵】鶏肉 かまぼこ いかフライ 【牛乳】【豚肉】	<b>10日</b> 麦ご飯 牛乳 ポークカレー フルーツ杏仁 【牛乳】【豚肉】	<b>11日</b> 白玉うどん 牛乳 五目あんかけうどん ベーコンの卵焼き *ヨーグルト 【牛乳】鶏肉 かまぼこ ベーコンの卵焼き ヨーグルト はくさい にんじん えのきたけ【ねぎ】 干しいたけ 白玉うどん でんぶん 油
	<b>14日</b> ご飯 牛乳 豆乳入りみそ汁 てりどり 【牛乳】豆乳【豆腐】油揚げ ミックスみそ 鶏肉 だいこん にんじん えのきたけ【ねぎ】 しょうが 【ご飯】油 さとう 乳 大豆 鶏肉 小麦	<b>15日</b> サンドイッチパンズパン 牛乳 お豆のシチュー ハムカツバーガー(キャベツ・とんかつソース) 【牛乳】【豚肉】【大豆】ハムカツ たまねぎ トマト キャベツ 【牛乳】【鶏肉】 だいこん にんじん さやいんげん 干しいたけ しょうが 【ご飯】さとう 油 小麦 乳 大豆 豚肉 鶏肉 パナナ りんご	<b>16日</b> ご飯 牛乳 だいこんのそぼろ煮 キャベツ入りつくね(お好みソース) 【牛乳】【鶏ひき肉】はんぺん キャベツ入りつくね だいこん にんじん さやいんげん 干しいたけ しょうが 【ご飯】さとう 油 乳 鶏肉 大豆 小麦 豚肉 もも りんご	<b>17日</b> 麦ご飯 牛乳 秋の香り汁 三河赤鶏のチキンカツ(甘みそ) ◎切干しだいこんのごま酢和え 【牛乳】【豆腐】【三河赤鶏のチキンカツ】 甘みそ かまぼこ えのきたけ しめじ たけのこ ごぼう にんじん【ねぎ】切干しだいこん きゅうり 【麦ご飯】油 ごま油 さとう 【中華めん】油 乳 大豆 小麦 鶏肉 ごま	<b>18日</b> 中華めん 牛乳 みそラーメン 春巻 ◎きゅうりのナムル 【牛乳】【豚肉】ミックスみそ 春巻 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 【牛乳】ベーコン 牛肉 乳 小麦 豚肉 鶏肉 大豆 ごま
	<b>21日</b> ご飯 牛乳 けんちん汁 ひじきのいため煮 *A: スイートポテト *B: 豆乳パバロア 【牛乳】鶏肉【豆腐】ひじき マグロフレーク 豆乳パバロア ごぼう だいこん にんじん【ねぎ】 ホールコーン こんにゃく 【ご飯】ごま油 油 スイートポテト さとう 乳 鶏肉 大豆 ごま 小麦	<b>22日</b> ご飯 牛乳 八宝菜 揚げギョーザ・4個 野菜ふりかけ 【牛乳】【豚肉】いか えび 【うずら卵】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 干しいたけ 【ご飯】油 さとう でんぶん 乳 豚肉 いか えび 卵 鶏肉 ごま 大豆 小麦	<b>23日</b> 勤労感謝の日 	<b>24日</b> さつまいもご飯 牛乳 ちゃんこ汁 さんまのおろしだれ アーモンド小魚 【牛乳】鶏肉 いか 団子 さんま アーモンド小魚 えび 団子 はくさい えのきたけ にんじん【ねぎ】 干しいたけ だいこん しらたき 【さつまいもご飯】さとう 油 乳 鶏肉 いか えび 豚肉 大豆 小麦	<b>25日</b> ご飯 牛乳 中華コーンスープ チンジャオロース 【牛乳】ベーコン 牛肉 はくさい もやし にんじん たら ホールコーン 干しいたけ たけのこ ビーマン エリンギ 赤パプリカ にんにく 【ご飯】油 さとう でんぶん ごま油 乳 豚肉 ごま 鶏肉 小麦 大豆 牛肉
<b>28日</b> ご飯 牛乳 吉野汁 さばのみそ煮 たくあん 【牛乳】鶏肉 厚揚げ さばのみそ煮 だいこん にんじん【ねぎ】たくあん 【ご飯】さといも でんぶん 油 乳 鶏肉 大豆 小麦 さば	<b>29日</b> わかめご飯 牛乳 どさんこ汁 ふんわりステーキのそぼろあんかけ 【牛乳】【豚肉】【豆腐】ミックスみそ【鶏ひき肉】 ふんわりステーキ たまねぎ にんじん ホールコーン 【ねぎ】 【わかめご飯】じゃがいも さとう 油 でんぶん 乳 豚肉 大豆 鶏肉 小麦	<b>30日</b> ご飯 牛乳 肉じゃが さけの甘だれがけ ◎梅かつお和え 【牛乳】牛肉 さけ かつお節 たまねぎ にんじん さやいんげん キャベツ もやし 梅干し 糸こんにゃく 【ご飯】じゃがいも さとう 油 乳 牛肉 大豆 小麦 さけ りんご	<b>11月17日は「愛知の秋を食べる学校給食の日」にちなんで献立です。</b> 愛知県の「三河赤鶏」や尾張地方の特産物のひとつ、「切干しだいこん」が登場します。汁物に浮かぶ「もみじ」や「いちろう」の形をしたかまぼこで、秋も感じてくださいね。 	子どもの基本的な生活習慣の育成 「早寝・早起き・朝ごはん」 毎月19日は「食育の日」 ～おうちでご飯の日～ これを機会に給食時間や家庭での食事時間に「食」についていろいろ話あってみましょう。 毎月19日	

\* 赤: おもに体をつくるものになる \* 緑: おもに体の調子をととのえる \* 黄: おもにエネルギーのもとになる

\* \* りんご、スイートポテトの包装紙、ヨーグルト、豆乳パバロアの空容器・スプーンは業者が回収します。

◆ 応募献立

\* サラダは、生野菜ではなく、すべてゆでて使用します。

..地産地消..【 】の食品は愛知県産のものを使用しています。

\* 天候により、産地を変更することがあります。

\* 献立名に( )で記載されている調味料は、小袋タイプです。

◎印は、センターでドレッシング等であえてあります。

\* 2日、8日、14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。

中学校家庭配布表(一宮市教育委員会学校給食課 南部)

好評献立のレシピを公開しています

