



平成29年9月分 学校給食献立予定表



朝食の大切さを理解しましょう

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27品目)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
		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	
4月	ご飯					【米】		
	牛乳		【牛乳】					乳
	ベジタブルスープ	ウインナー		にんじん・ブロッコリー	たまねぎ・とうもろこし	マカロニ	油	豚肉 小麦 大豆
	鶏肉のトマトソースがけ	鶏肉		トマト	たまねぎ・にんにく	砂糖	油	鶏肉 豚肉 大豆
	*フローズンヨーグルト		フローズンヨーグルト					乳
5火	ご飯					【米】		
	牛乳		【牛乳】					乳
	とうがんのかきたま汁	【卵】		にんじん	【とうがん】・はくさい 干ししいたけ・【ねぎ】	でんぷん		卵 大豆 小麦
	☆あじのしそ入りフライ (ソース)	あじ		【しそ】		小麦粉	油	小麦 りんご 大豆
6水	*ナン					ナン		小麦 大豆
	牛乳		【牛乳】					乳
	キーマカレー	合びき肉・【大豆】		にんじん・ブロッコリー	たまねぎ・にんにく		カレールー 油	牛肉 豚肉 大豆 小麦 りんご パナナ
	ミックスジュレ				もも・パイナップル・ナタデココ	アセロラジュレ ライチジュレ		りんご もも
7木	ご飯					【米】		
	牛乳		【牛乳】					乳
	ちゃんこ汁	鶏肉・たこボール		にんじん	はくさい・だいこん・えのきたけ 【ねぎ】・干ししいたけ		油	鶏肉 大豆 小麦
	豆腐バーグのごまみそだれ	豆腐・鶏肉・赤みそ			たまねぎ	でんぷん・砂糖	油・ごま	大豆 鶏肉 ごま 小麦
アーモンド小魚		かたくちいわし				アーモンド		
8金	ご飯					【米】		
	牛乳		【牛乳】					乳
	菊のすまし汁	かまぼこ・【豆腐】		にんじん・【みつば】	はくさい・えのきたけ			大豆 小麦 豚肉 さば
	☆れんこんサンドフライ	鶏肉			【れんこん】・たまねぎ 干ししいたけ	パン粉・でんぷん 小麦粉	油	鶏肉 小麦 大豆
しそ味ひじき		しそ味ひじき					小麦 大豆	
11月	ご飯					【米】		
	牛乳		【牛乳】					乳
	スタミナ汁	【豚肉】・油揚げ 【豆腐】・ミックスみそ		にんじん	たまねぎ・だいこん・【ねぎ】 にんにく		ごま・油	豚肉 大豆 ごま
	☆秋さけのフライ (ソース)	さけ				パン粉・小麦粉	油	さけ 小麦 大豆
	*パインゼリー				パインゼリー			りんご 大豆
12火	ご飯					【米】		
	牛乳		【牛乳】					乳
	牛丼	牛肉・かまぼこ		にんじん	しめじ・たまねぎ・【ねぎ】	しらたき・砂糖	油	牛肉 小麦 大豆
	ひじきサラダ (青じそドレッシング)	マグロフレーク	ひじき	にんじん	キャベツ・きゅうり とうもろこし	砂糖		小麦 大豆 りんご 小麦 大豆 豚肉
	冷凍みかん				冷凍みかん			
13水	中華めん					【中華めん】		小麦
	牛乳		【牛乳】					乳
	しょうゆラーメン	【豚肉】・【焼き豚】		にんじん	もやし・【ねぎ】・とうもろこし		油	豚肉 小麦 大豆 ゼラチン 鶏肉 ごま
	☆揚げギョーザ・4個	豚肉		にら	キャベツ・たまねぎ・にんにく	パン粉・小麦粉 でんぷん	油	豚肉 小麦 大豆
◎きゅうりのナムル				きゅうり		ナムルの素	小麦 ごま 大豆 鶏肉 豚肉	
14木	麦ご飯					【米】・大麦		
	牛乳		【牛乳】					乳
	沢煮わん	【豚肉】		にんじん	だいこん・ごぼう・【ねぎ】	こんにゃく	油	豚肉 小麦 大豆
	☆いかの天ぷら (天つゆ)	いか				小麦粉	油	いか 小麦 大豆 大豆 小麦 さば
	*なし				なし			
15金	ご飯					【米】		
	牛乳		【牛乳】					乳
	ハヤシライス	【豚肉】	生クリーム	にんじん	たまねぎ・グリーンピース	じゃがいも	ハヤシルウ 油	豚肉 小麦 大豆 りんご 鶏肉 乳
豆乳プリンのフルーツ和え	豆乳プリン			パイナップル・もも			大豆 もも	

・*印のナン、なし、おはぎの空袋、フローズンヨーグルト、パインゼリーの空容器・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。(天候により、産地が変わることがあります。)

・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。

・7日、12日、19日、25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。



好評献立のレシピを
公開しています



平成29年9月分 学校給食献立予定表



朝食の大切さを理解しましょう

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27品目)
		1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海そう	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂 種実	
19 火	ご飯					【米】		
	牛乳		【牛乳】					乳
	吉野汁	鶏肉・【厚揚げ】		にんじん	だいこん・【ねぎ】	さといも・でんぷん	油	鶏肉 大豆 小麦
	さんまの銀紙焼き	さんま・みそ				砂糖		大豆
20 水	わかめご飯		わかめ			【米】		
	牛乳		【牛乳】					乳
	秋なすとかぼちゃのみそ汁	【豆腐】・油揚げ ミックスみそ		かぼちゃ	【なす】・たまねぎ・【ねぎ】			大豆
	☆鶏肉の竜田揚げ	鶏肉			しょうが	でんぷん	油	鶏肉 大豆 小麦
	*おはぎ					おはぎ		大豆
21 木	ご飯					【米】		
	牛乳		【牛乳】					乳
	中華飯	【豚肉】・えび・いか 【うすら卵】		にんじん	たまねぎ・はくさい ヤングコーン・干しいたけ	砂糖・でんぷん	油・ごま油	豚肉 えび いか 卵 鶏肉 ごま 大豆 小麦
	ポイルシューマイ・2個	豚肉・鶏肉			たまねぎ・しょうが	小麦粉・でんぷん パン粉	ごま油	豚肉 鶏肉 小麦 ごま 大豆
	◎パンバンジー	ささみフレーク			きゅうり		ドレッシング	鶏肉 大豆 ゼラチン ごま 小麦
22 金	ご飯					【米】		
	牛乳		【牛乳】					乳
	肉じゃが	【豚肉】		にんじん・さやいんげん	たまねぎ	じゃがいも・砂糖 こんにゃく	油	豚肉 大豆 小麦
	さばの塩焼き	さば					油	さば
	五目つくだ煮	かつお節	昆布・わかめ のり・ひじき			砂糖		小麦 大豆
25 月	ご飯					【米】		
	牛乳		【牛乳】					乳
	豚汁	【豚肉】・【豆腐】 赤みそ		にんじん	ごぼう・だいこん・【ねぎ】	さといも・こんにゃく	油	豚肉 大豆
	手巻きごはん マグロフレークの甘辛煮	マグロフレーク		にんじん	えだまめ・とうもろこし しょうが	砂糖	油	大豆 小麦
	たくあん				たくあん			小麦 大豆
	手巻きのり		【手巻きのり】					
26 火	クロスロールパン					クロスロールパン		小麦 乳 大豆 豚肉
	牛乳		【牛乳】					乳
	ラタトゥイユ	ベーコン・ミートボール		かぼちゃ・にんじん トマト	たまねぎ・ズッキーニ・にんにく		オリーブオイル	豚肉 牛肉 鶏肉 小麦 大豆
	☆チーズ入りコロッケ		チーズ			じゃがいも・パン粉 小麦粉・でんぷん	油	乳 卵 大豆 小麦 豚肉
	◎フロッコリーのドレッシング和え			フロッコリー			ドレッシング	小麦 大豆 りんご 豚肉 鶏肉
	ココアパウダー					ココアパウダー		大豆
27 水	ご飯					【米】		
	牛乳		【牛乳】					乳
	湯葉のすまし汁	湯葉・【豆腐】		にんじん	はくさい・えのきたけ 干しいたけ・【ねぎ】			大豆 小麦
	さといものうま煮	鶏肉・いか		にんじん・さやいんげん		さといも こんにゃく・砂糖	油	鶏肉 いか 大豆 小麦
	野菜ふりかけ	かつお節		ひろしまな・きょうな だいこんば・かぼちゃ				
28 木	麦ご飯					【米】・大麦		
	牛乳		【牛乳】					乳
	トック入り卵スープ	鶏肉・【卵】		にんじん	もやし・干しいたけ・【ねぎ】	トック・でんぷん	油	鶏肉 卵 豚肉 大豆 小麦
	焼き肉丼	【豚肉】		にんじん・ピーマン	たまねぎ・エリンギ・にんにく	砂糖	油	豚肉 大豆 小麦 りんご もも ごま
29 金	ソフトめん					ソフトめん		小麦
	牛乳		【牛乳】					乳
	カレーソフトめん	【豚肉】・かまぼこ		にんじん	たまねぎ・もやし・【ねぎ】		カレーウ 油	豚肉 小麦 大豆
	☆白身魚のフリッター・3個	ホキ	【あおさ】 おきあみ			小麦粉・でんぷん	油	小麦 大豆
	◎こがね和え			ほうれんそう	とうもろこし	砂糖		大豆 小麦

・*印のナン、なし、おはぎの空袋、フローズンヨーグルト、パインゼリーの空容器・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。(天候により、産地が変わることがあります。)

・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。

・7日、12日、19日、25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。



「野菜料理コンテストいちのみや
～なすを食べよう～」レシピ募集中!!

締切
9月29日(金)(必着)
詳しくは市ウェブサイト
または、健康ひろば(9月1日発行)にて確認できます。

【問い合わせ先】
健康づくり課(中保健センター) 72-1121

