

| 10月12日(木) | | 10月13日(金) | | 10月16日(月) | | 10月17日(火) | | 10月18日(水) | | 10月19日(木) | | 10月20日(金) | |
|------------------|------|-----------------|------|-----------------|------|-----------------|-----|-----------------|-----|-----------------|-----|------------------|-----|
| 献立名/食品名 | グラム | 献立名/食品名 | グラム | 献立名/食品名 | グラム | 献立名/食品名 | グラム | 献立名/食品名 | グラム | 献立名/食品名 | グラム | 献立名/食品名 | グラム |
| 【牛乳】 | | 【牛乳】 | | 【牛乳】 | | 【牛乳】 | | 【牛乳】 | | 【牛乳】 | | 【牛乳】 | |
| 牛乳 | 206 | 牛乳 | 206 | 牛乳 | 206 | 牛乳 | 206 | 牛乳 | 206 | 牛乳 | 206 | 牛乳 | 206 |
| 【ごはん】 | | 【ミルク(コーヒー)】 | | 【ごはん】 | | 【ごはん】 | | 【ごはん】 | | 【ひじきごはん】 | | 【オリーブパン】 | |
| 金賞健康米 | 95 | ミルク(コーヒー) | 1本 | 金賞健康米 | 95 | 金賞健康米 | 95 | 金賞健康米 | 95 | 金賞健康米 | 80 | オリーブパン | 1個 |
| 【豚肉のごまみそ焼き】 | | 【おさつパン】 | | 【豚肉とキムチのいためもの】 | | 【焼きとり(塩味)】 | | 【鶏肉の醤油マヨネーズ焼き】 | | 鶏ひき肉 | | 【きのこのクリームシチュー】 | |
| 豚モモ(脂身付き) | 60 | おさつパン | 1個 | 豚モモ(脂身付き) | 60 | 鶏肉もも(皮付き) | 80 | 鶏肉もも(皮付き) | 90 | 油揚げ | 4 | 鶏肉もも(皮付き) | 60 |
| たまねぎ | 20 | 【鶏肉のプロバンス風】 | | にんにく | 0.01 | しょうが | 1.0 | たまねぎ | 20 | にんじん | 10 | 白ワイン | 1.0 |
| ピーマン | 10 | 鶏肉もも(皮付き) | 80 | なたね油 | 0.5 | 料理酒 | 1.0 | ピーマン | 10 | 干し椎茸 | 0.3 | ぶなしめじ | 10 |
| ごま(ねり) | 4.0 | 食塩 | 0.2 | たまねぎ | 40 | 食塩 | 0.2 | 料理酒 | 2.5 | 干ひじき | 4.0 | マッシュルーム(水煮) | 10 |
| 三温糖 | 1.2 | こしょう | 0.0 | ピーマン | 10 | 白ねぎ | 20 | 食塩 | 0.2 | うすくちしょうゆ | 4.0 | エリンギ | 10 |
| こいくちしょうゆ | 3.2 | 白ワイン | 1.0 | 白ねぎ | 8 | 【高野豆腐のそぼろあん】 | | こいくちしょうゆ | 3.0 | 料理酒 | 3.0 | ブロッコリー(冷凍) | 20 |
| 赤みそ | 2.5 | たまねぎ | 15 | ぶなしめじ | 10 | 高野豆腐 | 15 | エッグケア | 10 | 本みりん | 3.0 | じゃがいも | 30 |
| いりごま | 2.0 | にんにく | 0.2 | はくさい(キムチ漬) | 10 | 鶏ひき肉 | 20 | 【あっさりきゅうり】 | | なたね油 | 0.5 | たまねぎ | 30 |
| 【キャベツのゆかりあえ】 | | オリーブ油 | 2.0 | 料理酒 | 1.0 | グリーンピース(冷凍) | 3 | きゅうり | 50 | 削り節・こんぶだし | 100 | にんじん | 15 |
| キャベツ | 50 | トマト缶詰(ダイス) | 26 | コチジャン | 1.0 | 削り節・こんぶだし | 10 | にんじん | 10 | 【芋煮】 | | なたね油 | 0.5 |
| にんじん | 10 | 黄パプリカ | 5.0 | トウバンジャン | 0.2 | うすくちしょうゆ | 4.0 | 三温糖 | 1.0 | 和牛モモ(脂身付き) | 30 | アレルゲンフリーシチューフレーク | 9.0 |
| ゆかり | 0.8 | 赤ワイン | 2.0 | 本みりん | 1.0 | 本みりん | 3.0 | 穀物酢 | 2.0 | さといも(冷凍) | 40 | コンソメ | 0.3 |
| ごま油 | 0.8 | コンソメ | 0.2 | こいくちしょうゆ | 0.8 | 三温糖 | 3.0 | こいくちしょうゆ | 1.0 | にんじん | 15 | 【ささみサラダ】 | |
| 【じゃがいもとあつあげの煮もの】 | | 三温糖 | 1.6 | 【大根サラダ】 | | かたくり粉 | 1.0 | 【かきたま汁】 | | たまねぎ | 40 | チキンささみ水煮 | 20 |
| 鶏肉もも(皮付き) | 30.0 | 食塩 | 0.2 | だいこん | 30 | 【わかめのみそ汁】 | | 鶏卵除去食 | | 板こんにゃく | 15 | キャベツ | 40 |
| 料理酒 | 0.5 | ウスターソース | 0.6 | りょくとうもやし | 20 | 油揚げ | 7 | 鶏卵 | 20 | ぶなしめじ | 10 | きゅうり | 20 |
| じゃがいも | 35 | パセリ(乾) | 0.1 | にんじん | 10 | カットわかめ | 1 | とうふ | 40 | 白ねぎ | 10 | ピーマン | 7.0 |
| あつあげ | 40 | 【きゅうりとコーンのサラダ】 | | 三温糖 | 1.8 | えのきたけ | 5 | にんじん | 10 | 三温糖 | 3.5 | りんご酢 | 2.2 |
| たまねぎ | 40 | きゅうり | 50 | 食塩 | 0.2 | たまねぎ | 30 | たまねぎ | 30 | 本みりん | 1.0 | 三温糖 | 1.8 |
| にんじん | 15 | コーン(冷凍) | 10 | 米酢 | 1.2 | 葉ねぎ | 5 | こまつな(冷凍) | 10 | こいくちしょうゆ | 3.0 | 食塩 | 0.3 |
| さんどまめ(冷凍) | 10 | 三温糖 | 0.8 | 【ビーフンスープ】 | | 赤みそ | 8.5 | うすくちしょうゆ | 3.5 | 赤みそ | 5.0 | 黒こしょう | 0.2 |
| 三温糖 | 0.7 | 米酢 | 0.8 | ビーフン | 11 | 白みそ | 6.5 | 食塩 | 0.2 | だしこんぶ | 0.5 | 【ソファール元気ヨーグルト】 | |
| 本みりん | 0.7 | うすくちしょうゆ | 0.3 | はくさい | 20 | だしこんぶ | 0.5 | かたくり粉 | 1.5 | けずりぶし | 2.0 | ソファール元気ヨーグルト | 70 |
| 食塩 | 0.3 | なたね油 | 0.4 | にんじん | 15 | けずりぶし | 2.5 | だしこんぶ | 0.8 | 【小松菜のおろしあえ】 | | | |
| うすくちしょうゆ | 2.1 | 【押し麦のスープ】 | | にら | 5 | | | けずりぶし | 2.5 | こまつな | 40 | | |
| こいくちしょうゆ | 1.6 | おおむぎ(押麦) | 6 | 鶏がらだし | 2.0 | | | | | はくさい | 20 | | |
| けずりぶし | 0.8 | にんじん | 15 | うすくちしょうゆ | 2.0 | | | | | えのきたけ | 5 | | |
| | | キャベツ | 30 | 本みりん | 1.2 | | | | | だいこんおろし(冷) | 30 | | |
| | | たまねぎ | 30 | ごま油 | 1.0 | | | | | こいくちしょうゆ | 1.0 | | |
| | | なたね油 | 0.5 | 食塩 | 0.3 | | | | | 米酢 | 4.0 | | |
| | | 食塩 | 0.8 | | | | | | | 食塩 | 0.2 | | |
| | | こしょう | 0.02 | | | | | | | 三温糖 | 2.0 | | |
| | | コンソメ | 1.5 | | | | | | | 【洋なし(缶)】 | | | |
| | | | | | | | | | | 洋なし(缶) | 40 | | |
| エネルギー 805キロカロリー | | エネルギー 782キロカロリー | | エネルギー 666キロカロリー | | エネルギー 824キロカロリー | | エネルギー 799キロカロリー | | エネルギー 691キロカロリー | | エネルギー 763キロカロリー | |

加工品の原材料について

10月10日(火) ブルーベリーゼリー

| | |
|-----------|--|
| 原材料 | 糖類(異性化液糖・砂糖)、難消化性デキストリン、ブルーベリーピューレ、ブルーベリー果肉、ブルーベリー濃縮果汁、寒天、水、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、V.C、ピロリン酸鉄 |
| 表示対象アレルゲン | なし |

10月31日(火) 北海道かぼちゃプリン

| | |
|-----------|---|
| 原材料 | かぼちゃペースト、砂糖、水あめ、食物繊維(イヌリン)、ショートニング、粉あめ、ぶどう糖果糖液糖、豆乳加工品、食塩、ゲル化剤(増粘多糖類)、香料、着色料(カラメル)、乳化剤、着色料(カロチン)、水 |
| 表示対象アレルゲン | 大豆・ゼラチン |

10月25日(水) 栗のムース

| | |
|-----------|---|
| 原材料 | ショートニング、砂糖、水あめ、マーガリン、粉あめ、食物繊維(イヌリン)、ぶどう糖果糖液糖、栗あん、粉末状大豆たん白、ココアパウダー、ゼラチン、食塩、香料、ゲル化剤(増粘多糖類)、乳化剤、着色料(カロチノイド)、ピロリン酸第二鉄、水 |
| 表示対象アレルゲン | 大豆・ゼラチン |

献立表は学校ホームページでもご覧いただけます

今年度から学校給食献立表を学校のホームページへ掲載しています。右のQRコードを読み取っていただくと、直接ページに接続できます。ぜひご活用ください。

