

R 7 11 月 給 食 献 立 表

	5 日 (水)	6 日 (木)	7 日 (金)	10 日 (月)	11 日 (火)	12 日 (水)
献立名	全学年 おべんとうの日	すきやき 海藻サラダ ぱりんこ	しょうゆラーメン 揚げぎょうざ バナナ	全学年 おべんとうの日	全学年 おべんとうの日	【パン食】 ウインナーコルネ ミニ黒糖ツイストパン (黒糖クリームを練りこんだもの) 牛乳
備考		は し 携 行	は し 携 行		は し 携 行	※果物持参 果物のみ可
商品名	全学年 おべんとう	精白米 ぎゅう肉 にんじん たまねぎ はくさい 白ねぎ あつあげ 糸こんにゃく 削り節(だし) 油 しょうゆ 砂糖・みりん 海藻ミックス ツナ きゅうり 砂糖 酢・塩・しょうゆ ぱりんこ	★米粉平麺(フォー) ☆ぶた肉 ◇にんじん・きゃべつ ◇もやし・コーン ☆わかめ ◇白ねぎ・にんにく・しょうが ◇鶏がらスープの素 ☆塩・しょうゆ 揚げぎょうざ ★キャベツ・玉葱 ☆豚肉・豚油 ◇にら・しょうが 小麦粉・片栗粉・米粉 調味料・植物油脂 ☆揚げ油 ◇アレルギー品目 ★【小麦・大豆】 ◇レタス・ミニトマト ◇バナナ	全学年 おべんとう	全学年 おべんとう	【ウインナーコルネ】 小麦粉、ウインナー 砂糖、トマトケチャップ 発酵風味料、マーガリン ミックス粉、パン酵母 食塩、調味酢 ※一部に小麦、乳成分、 大豆、鶏肉、豚肉を含む ※工場では卵・ くるみを含む製品を 製造しています 【ミニ黒糖ツイスト】 小麦粉 黒糖クリーム 卵 砂糖 パン酵母 マーガリン 食塩 乳等を主要原料とする食品 ※一部に小麦、卵、 乳成分、大豆、を含む
		カロリー 480 kcal	カロリー 473 kcal			
		蛋白質 15.1 g	蛋白質 15.5 g			

☆印は赤色の食品〔血や肉のもととなる〕 ★印は黄色の食品〔熱や力のもとになる〕 ◇印は緑色の食品〔体の調子をととのえる〕

R 7 11 月 給 食 献 立 表

	13日(木)	14日(金)	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)
献立名	きのこのみそ汁 豚肉しぐれ煮 おかか和え 動物園ゼリー	七五三献立 赤飯 すまし汁 若鶏しょうゆ香り揚げ みかん	わかめごはん さつま芋のみそ汁 白菜の煮びたし クッピーラムネ	肉と野菜の煮物 中華風サラダ 動物園ゼリー	生姜入りみそ汁 ひじき煮 バナナ	豚丼 わかめスープ きゃべつサラダ ぱりんこ(のりしお)
備考	はし携行	はし携行	はし携行	はし携行	はし携行	はし携行 スプーン携行
商	精白米 しめじ・まいたけ えのき茸・ねぎ たまねぎ・にんじん うすあげ・わかめ みそ 削り節・煮干し(だし) ぶた肉 たまねぎ・しょうが 砂糖・みりん しょうゆ・酒 削り節(だし) きゃべつ にんじん・いんげん ちくわ 花かつお しょうゆ・みりん どうぶつえんゼリー	★精白米・もち米 ★あずき・塩 とうふ えのき茸・ねぎ しょうゆ・塩 削り節・だし昆布 若鶏しょうゆ香り揚げ 鶏肉 パン粉・小麦粉・でん粉 しょうゆ・みそ 砂糖・塩・酒 粉末卵白・鶏卵 しょうが・にんにく・揚げ油 アレルギー品目 【小麦・大豆・卵・乳・ごま】 ミニトマト レタス みかん	★精白米 ★わかめご飯の素 【アレルギー品目】 【ごま】 さつま芋 たまねぎ・にんじん うすあげ 生しいたけ ねぎ みそ 削り節・煮干し(だし) はくさい ぶた肉 にんじん・しめじ あつあげ 削り節(だし) 砂糖・しょうゆ・油 クッピーラムネ	★精白米 ぶた肉 ちくわ じゃがいも ★たまねぎ ◇にんじん ☆いんげん ◇しょうゆ・みりん ◇砂糖 ☆油 削り節(だし) はるさめ ツナ ◇きゅうり ☆にんじん もやし しょうゆ・酢・砂糖 ごま・ごま油 どうぶつえんゼリー	★精白米 ☆ぶた肉 ☆はくさい・生しいたけ ★たまねぎ・にんじん ◇うすあげ ◇しょうが・ねぎ ◇みそ 削り節(だし) ★煮干し(だし) ★ひじき とり肉 ☆うすあげ ☆にんじん ◇だいず水煮 ◇板こんにゃく ◇削り節し(だし) 砂糖・しょうゆ・みりん ★バナナ	★精白米 ☆豚肉 ◇たまねぎ ◇しめじ ◇削り節(だし) ☆砂糖 ◇しょうゆ・みりん ☆わかめ ◇たまねぎ・にんじん ◇ねぎ ◇しょうゆ・しお ☆削り節(だし) ☆きゃべつ ◇ツナ ◇きゅうり・にんじん ★ごま・ごま油 ★砂糖 ★しょうゆ・酢 ぱりんこ(のりしお)
品名						
	カロリー 470 kcal 蛋白質 14.5 g	カロリー 485 kcal 蛋白質 15.0 g	カロリー 483 kcal 蛋白質 14.6 g	カロリー 478 kcal 蛋白質 15.0 g	カロリー 476 kcal 蛋白質 14.8 g	カロリー 473 kcal 蛋白質 15.6 g

☆印は赤色の食品〔血や肉のもととなる〕 ★印は黄色の食品〔熱や力のもとになる〕 ◇印は緑色の食品〔体の調子をととのえる〕

R 7 11 月 給 食 献 立 表

	21日 (金)	25日 (火)	26日 (水)	27日 (木)	28日 (金)	
献立名	チキンチャップ 里芋とかぼちゃのみそ汁 パイン缶	けんちん汁 スナップエンドウソテー 三幸の揚げせん (塩味)	カレーライス フルーツポンチ	中華スープ 小松菜ごま味噌和え ハッピーターン	お誕生献立 さつま芋ご飯 豚汁 えびフライ みかん	
備考	は し 携 行	は し 携 行	は し 携 行 スプーン携行	は し 携 行	は し 携 行	
商 品 名	精白米 とり肉 たまねぎ いんげん ケチャップ ウスターソース 油 さといも かぼちゃ たまねぎ にんじん うすあげ ねぎ みそ 削り節・煮干し (だし) パイン缶	★精白米 ☆とり肉 ◇とうふ・うすあげ ◇だいこん・にんじん ◇さといも ◇ささがきごぼう・ねぎ ★生しいたけ 板こんにゃく ★しょうゆ ◇削り節 (だし) ◇スナップエンドウ ☆レンコン水煮 ◇ぶた肉 ☆オリーブオイル 塩・しょうゆ 三幸の揚げせん (塩味)	★精白米 ☆とり肉 ☆じゃがいも ◇にんじん ★たまねぎ ◇グリーンピース ◇カレールウ (バーモント) ◇にんにく ☆ パイン缶 みかん缶 ◇もも缶 ◇バナナ ☆レモン ★上白糖	★精白米 ☆とうふ ★とり肉 ◇たまねぎ ◇にんじん ◇もやし・ねぎ わかめ 削り節 (だし) しお・しょうゆ ◇ ◇こまつな ◇ささみ ◇もやし ◇にんじん ★みそ 砂糖・ごま油・ごま しょうゆ・しお ハッピーターン	★精白米・もち米 ★さつまいも・塩 ☆ ☆ぶた肉 ◇だいこん・にんじん ◇ささがきごぼう ◇板こんにゃく・ねぎ ◇うすあげ・みそ ◇削り節・煮干し (だし) えびフライ ◇えび・パン粉・小麦粉 ☆片栗粉・塩・砂糖 ◇卵白卵黄粉・脱脂粉乳・揚油 ◇アレルギー品目 ☆【えび・小麦・卵・乳】 ★レタス ミニトマト みかん	
	カロリー 479kcal 蛋白質 14.9g	カロリー 478kcal 蛋白質 14.5g	カロリー 478kcal 蛋白質 14.5g	カロリー 470kcal 蛋白質 14.8g	カロリー 482kcal 蛋白質 15.9g	

☆印は赤色の食品〔血や肉のもととなる〕 ★印は黄色の食品〔熱や力のもととなる〕 ◇印は緑色の食品〔体の調子をととのえる〕