

令和5年度 11月 給食献立表(B献立)

小城市学校給食センター

日	献立名	★牛乳	献立材料名						栄養価 小学校 中学校 (kca)	アレルギー特定原材料 8品目を含む食品表示 (えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 くるみ)	
			(赤) 主に体を作るものになる		(緑) 主に体の調子を整えるものになる		(黄) 主にエネルギーのものになる				その他
			1群 卵・肉・魚・大豆	2群 牛乳・海藻・ 小魚	3群 緑黄色野菜	4群 淡色野菜・ 果物・きのこ	5群 穀類・いも類	6群 油脂類			
1 水	小型ミルクパン						★小型ミルクパン				
	和風スパゲティ	○	とりに肉		にんじん こまつな	キャベツ 玉ねぎ 干しいたけ しめじ えのき にんにく	★スパゲティ	オリーブ油	ワイン 塩 こしょう しょうゆ 昆布茶	570	スパゲティ (小麦)
	ポテトサラダ		ツナ		にんじん	玉ねぎ きゅうり	じゃがいも	マヨネーズ (卵なし)	塩 こしょう	790	
2 木	ごはん						米			580	
	あじのオニオンマヨ焼き	○	あじ		パセリ	玉ねぎ		マヨネーズ (卵なし)	酒 塩 こしょう		
	3種の根菜きんぴら		さつまあげ	くわわかめ	にんじん 絹さや	ごぼう れんこん	こんにゃく さとう	ごま オリーブ油	塩 みりん しょうゆ	700	さつまあげは、特定原材料を含みません
	白菜ときのこのどろみスープ		ぶた肉 どうふ		にんじん ねぎ	白菜、玉ねぎ しょうが えのき 干しいたけ	かたくりこ	ごま油	酒 塩 しょうゆ とりがらだし		
6 月	ごはん						米			660	
	さばの竜田揚げ	○	さば			しょうが	米粉 かたくりこ	油	酒 しょうゆ		
	蒸し野菜				ブロッコリー にんじん	キャベツ れんこん		★クリームごまドレッシング		800	クリームごまドレッシングは、特定原材料を含みません
	豚汁		ぶた肉 みそ		にんじん ねぎ	大根 ごぼう 玉ねぎ	さつまいも こんにゃく	油	酒		
7 火	ごはん						米				
	さつまいも入りカレー	○	とりに肉		にんじん	玉ねぎ しめじ にんにく しょうが りんごビューレ	さつまいも	油	酒 醤油 ★カレー (フレーク) アルゲンターレ-カレー コーヒー こしょう ケチャップ ウスターソース ワイン	650	カレールー (フレーク) (小麦)
	フルーツミックス					みかん、もも、アロエ	アセロラジュレ			790	
8 水	食パン						★食パン			580	国産鶏の照り焼きパティ (小麦)
	鶏の照り焼きハンバーグ	○	★国産鶏のてりやきパティ								
	キャベツのソテー				赤ピーマン	キャベツ れんこん エリンギ		油	塩 こしょう	770	
9 木	ごはん						米				
	プルコギ	○	ぶた肉		にんじん こまつな	にんにく、玉ねぎ	春雨 さとう かたくりこ	油 ごま ごま油	酒 しょうゆ みりん コチュジャン	550	
	中華和え					キャベツ もやし きゅうり きくらげ	さとう	ごま油	しょうゆ す	670	
10 金	豆腐とわかめのスープ		どうふ	わかめ	にんじん ねぎ	白菜、たけのこ			酒 塩、こしょう しょうゆ 中華味 とりがらだし		
	食パン						★食パン			610	白身魚フライ (小麦)
	白身魚のフライ	○	★白身魚フライ(ホキ)					油			
	1食タルタルソース						タルタルソース (卵なし)			800	
13 月	ほうれん草とコーンのソテー				ほうれん草	キャベツ コーン		油	塩 こしょう しょうゆ		
	ミネストローネ		ぶた肉 ミックスビーンズ		にんじん パセリ	玉ねぎ にんにく セロリ	じゃがいも さとう	オリーブ油	ワイン トマトソース ケチャップ 塩 こしょう とりがらだし		
	ごはん						米			570	
	ふりかけ(ひじきぱっぱ)	○							ふりかけ(ひじきぱっぱ)		
14 火	じゃがいもと厚揚げの煮物	○	厚揚げ ぶた肉		にんじん さやいんげん	しょうが 玉ねぎ 干しいたけ	じゃがいも さとう こんにゃく	油	酒 みりん しょうゆ 昆布かつおだし	690	野菜いっぱいドレッシング (和風) は、特定原材料を含みません
	りっちゃんの元気サラダ		かつお節	昆布	ほうれん草 にんじん	キャベツ きピーマン			野菜いっぱいドレッシング (和風)		
	ごはん						米				
15 水	タイピーエン	○	ぶた肉 ★うずら卵 かまぼこ		にんじん 絹さや	白菜 玉ねぎ ゆでたけのこ きくらげ しょうが	春雨	油	酒 塩 こしょう しょうゆ オイスターソース がらスープ (ホキ&洋)	590	うずら卵 (卵) かまぼこは、特定原材料を含みません
	ギョーザ		★ぎょうざ							750	ぎょうざ (小麦)
	ひき肉とチンゲンサイの炒め物		とりミンチ		チンゲン菜 にんじん	もやし にんにく	じゃがいも	ごま ごま油 油	酒 塩 こしょう しょうゆ		
15 水	ミルクパン						★ミルクパン				
	さが大豆と鶏のトマト煮	○	とりに肉 ゆで大豆		にんじん ブロッコリー トマト水煮	玉ねぎ しめじ れんこん にんにく	じゃがいも さとう	オリーブ油	トマトピューレ ケチャップ ワイン コンソメ 塩	640	
	コールスローサラダ					キャベツ きゅうり コーン 玉ねぎ		マヨネーズ (卵なし)	塩 こしょう	910	ヨーグルト (乳)
ヨーグルト				★ヨーグルト							

【食物アレルギーに関すること】

- ※ 食物アレルギー等に対応が必要な場合は、毎回、献立表を確認してください。
- ※ ★印は、特定原材料(8品目)(えび、かに、くるみ、小麦、卵、乳、そば、落花生(ピーナッツ))について表示しています。しょうゆ、コンソメなどの調味料の小麦の表示はしていません。
- ※ パンは、小麦、乳、木の実(クルミ、アーモンド)を含みます。
- ※ そば、落花生、キウイフルーツは、給食で使用しません。

令和5年度 11月 給食献立表(B献立)

小城市学校給食センター

日	献立名	★牛乳	献立材料名						栄養価 小学校 中学校 (kcal)	アレルギー特定原材料 8品目を含む食品表示 (えびかに小麦そば 卵乳落花生くるみ)		
			(赤) 主に体を作るものとなる		(緑) 主に体の調子を整えるものとなる		(黄) 主にエネルギーのもととなる				その他	
			1群 卵・肉・魚・大豆	2群 牛乳・海藻・小魚	3群 緑黄色野菜	4群 淡色野菜・ 果物・きのこ	5群 穀類・いも類	6群 油脂類				
16 木	ごはん					米			640			
	冬野菜の煮物	牛肉 ぶた肉		ねぎ	れんこん ごぼう 干ししいたけ	さといも こんにやく さとう	油	しょうゆ 酒 みりん かつおだし				
	梅肉あえ			アスパラガス にんじん	キャバツ きゅうり 梅干し	さとう		しょうゆ			770	
	さかのり みかん		焼きのり		みかん							
17 金	コッペパン					★コッペパン			680			
	いちごジャム					いちごジャム						
	鶏のりんごソース焼き	とり肉			にんにく りんご	さとう		酒 塩 こしょう チャツネ しょうゆ				
	粉ふきいも ABCスープ	ツナ ぶた肉		にんじん 小松菜 にんじん	コーン えだまめ キャバツ 玉ねぎ だいこん	じゃがいも ★アルファベットマカロニ	油 桐油	塩 こしょう ワイン 塩 こしょう しょうゆ とりがらだし			780	マカロニ(小麦)
20 月	ごはん					米			580			
	豚と大根のしょうが炒め	ぶた肉		さやいんげん ねぎ	だいこん しょうが	さとう かたくりこ	油	酒 塩 こしょう みりん しょうゆ				
	ゆかり和え 厚揚げのみそ汁		厚揚げ みそ	にんじん ねぎ	キャバツ もやし 白菜 なす			しょうゆ ゆかり 昆布かつおだし			700	
21 火	ごはん					米			590			
	鶏のごまだれ照り焼き	とり肉			しょうが にんにく	さとう	ごま	酒 みりん しょうゆ				
	しらたきとひじきの 甘辛炒め	ぶた肉	ひじき	にんじん こまつな		しらたき さとう	ごま油	しょうゆ みりん			630	
さかのりのすまし汁	とうふ	のり	にんじん ねぎ	玉ねぎ もやし えのき			酒 塩 しょうゆ 昆布かつおだし					
22 水	小型ミルクパン					★小型ミルクパン			610	スパゲティ(小麦) ウィンナー、とんかつソース、りんごゼリーは、特定原材料を含みません		
	ナポリタンスパゲティ	ウィンナー		にんじんピーマン トマト水煮	玉ねぎ マッシュルーム にんにく	★スパゲティ さとう	桐油	トマトピューレ ケチャップ とんかつソース(レストラン用) 塩 こしょう				
	海藻サラダ りんごゼリー	チキンささみ	海藻ミックス わかめ		キャバツ きゅうり		ごま	青じそドレッシング			840	
24 金	小型ミルクパン					★小型ミルクパン			560	うどん(小麦) カレー(小麦) かんきつドレッシング、豆乳ムースは、特定原材料を含みません		
	カレーうどん	ぶた肉 油揚げ かつお節		にんじん ねぎ	にんにく しょうが 玉ねぎ しめじ	★うどん	油	酒 塩 ★カレールー(フレイク) アレルゲンフリー カレーフレーク みりん カレーこ 昆布かつおだし				
	大根磯サラダ 豆乳ムース(中学校のみ)	かつお節	わかめ のり		だいこん きゅうり			かんきつドレッシング 豆乳ムース			820	
27 月	ごはん					米			570	いわしのおかか煮、さつまあげは、特定原材料を含みません		
	いわしのおかか煮	いわしのおかかに										
	もやし炒め のっぺい汁	さつまあげ とり肉 厚揚げ		小松菜 にんじん ねぎ	もやし 玉ねぎ だいこん しめじ		油 ごま油	塩 こしょう しょうゆ 酒 塩 しょうゆ みりん 昆布かつおだし			690	
28 火	ごはん					米			590			
	シシリアンライス(肉)	ぶた肉 みそ			玉ねぎ しょうが にんにく	さとう	油	酒 しょうゆ みりん				
	シシリアンライス(野菜) 1食マヨネーズ 中華スープ			赤ピーマン	キャバツ きゅうり			塩 マヨネーズ(卵なし)			700	
29 水	ミルクパン					★ミルクパン			670	野菜コロッケ(小麦) ウィンナー、とんかつソース、シチューホワイトフレイクN、植物シユレドチーズは、特定原材料を含みません。		
	コロッケ					★野菜コロッケ	油					
	野菜のソース炒め クリームシチュー	ウィンナー とり肉 豆乳 植物シユレドチーズ		にんじん にんじん パセリ	キャバツ 玉ねぎ 白菜 玉ねぎ		油 桐油	とんかつソース(レストラン用) 塩 こしょう アレルギーフリーホワイトフレイクN ワイン 塩 こしょう コンソメ			910	
30 木	ごはん					米			590			
	鮭のもみじ焼き	さけ		にんじんペースト				マヨネーズ(卵なし) 酒 こしょう				
	卵の花の炒り煮 じゃがいものみそ汁	おから とり肉 油揚げ みそ		にんじん ねぎ にんじん ほうれん草	玉ねぎ 白菜 ごぼう 玉ねぎ なめこ	さとう じゃがいも	油	酒 みりん しょうゆ 昆布茶 昆布かつおだし			700	

【食物アレルギーに関すること】
 ※ 食物アレルギー等に対応が必要な場合は、毎回、献立表を確認してください。
 ※ ★印は、特定原材料(8品目)(えび、かに、くるみ、小麦、卵、乳、そば、落花生(ピーナッツ))について表示しています。
 しょうゆ、コンソメなどの調味料の小麦の表示はしていません。
 ※ パンは、小麦、乳、木の实(クルミ、アーモンド)を含みます。
 ※ そば、落花生、キウイフルーツは、給食で使用しません。