



11月分予定献立表



日	こんだて名 主食 飲み物 おかず	アレルゲン物質 全28品目中	使用材料名			栄養価	
			赤色の食品 体(骨や血や肉)をつくる もとになる	黄色の食品 エネルギー(体や脳が働く力)の もとになる	緑色の食品 体の調子を整える もとになる	上段:小 下段:中	たんぱく 質 (g)
1 水	ごはん			ごはん			
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				656 22.0
	ワタンスープ	小麦 鶏肉	鶏肉 なた	ワタンスープ	人参 玉ねぎ もやし いら 生姜		
	はるまき	小麦 豚肉		春巻き 油			845 26.8
2 木	★キムチチャーハンのぐ	豚肉 ごま りんご	ウィンナー	油	生姜 人参 竹の子 キムチ コーン		
	コッパン	小麦 乳 大豆		コッパン			
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				636 23.1
	コーンスープ	豚肉	ウィンナー	じゃがいも	人参 玉ねぎ コーン		
6 月	ハンバーグ てりやきソース	大豆 鶏肉 豚肉	ハンバーグ	砂糖 でん粉	生姜		
	あんぱん	乳 もも		杏仁豆腐	パインアップル みかん もも		
	ごはん			ごはん			644 24.8
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				
7 火	えのきのすましじる	大豆	豆腐 わかめ		人参 えのきたけ		
	かぼちゃひきにくフライ	小麦 大豆 豚肉	かぼちゃ挽肉フライ	油			
	ソイどんのぐ	小麦 大豆 豚肉	豚肉 大豆	油 砂糖 カレールウ			855 31.2
	ごはん			ごはん			
8 水	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				644 21.4
	みそけんちんじる	大豆 鶏肉	鶏肉 みそ 豆腐 油揚げ	油 じゃがいも	ごぼう 人参 大根 こんにゃく		
	ミートコロッケ ソース	小麦 大豆 牛肉		ミートコロッケ 油			786 25.3
	★キャベツときゅうりのしおこんぶあえ	ごま	昆布	ごま ごま油	キャベツ きゅうり		
9 木	【ちゅうかめん】	小麦		中華めん			
	【ジョア プレーン】	乳	ジョア				
	かんとんめんじる	豚肉	豚肉	ごま油 でん粉	にんにく 生姜 人参 玉ねぎ 竹の子 いら		
	コーンフライ	小麦 大豆		コーンフライ 油			703 24.7
10 金	はくさいのおひたし			砂糖	白菜 小松菜		
	ごはん			ごはん			
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				629 22.3
	さつまいものシチュー	小麦 乳	牛乳 スキムミルク	油 さつまいも クリームシチュー	人参 玉ねぎ コーン グリンピース		
11 土	フーヨーハイあんかけ	卵 小麦 大豆	フーヨーハイ	砂糖 でん粉			
	パインライス				パインアップル		787 27.0
	ごはん			ごはん			
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				713 33.7
12 日	★じぶに	小麦 鶏肉	鶏肉 竹輪	砂糖 ふ でん粉 油	干し椎茸 人参 竹の子 小松菜		
	さばのいしるやき	大豆 さば	さばのいしる漬				913 42.2
	★さざえべし	大豆	あさり 油揚げ	油 砂糖	人参 生姜 竹の子 枝豆		
	ごはん			ごはん			
13 月	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				589 23.6
	こまつなともやしのみそじる	大豆	豆腐 みそ	じゃがいも	もやし 小松菜		
	やきフランク おろしソース	豚肉	ウィンナー	砂糖 でん粉	大根		
	いんげんとコーンのソテー	鶏肉	鶏肉	油	人参 いんげん コーン		778 30.7
14 火	わかめごはん			わかめご飯			
	【コーヒーぎゅうにゅう】	乳	コーヒー牛乳				
	コンソメスープ	豚肉	ウィンナー	じゃがいも	人参 玉ねぎ ほうれん草		
	からあげ(2コ)	鶏肉	鶏肉	油 でん粉			883 26.9
15 水	★ごぼうサラダ	卵 ごま			ごぼうサラダ コーン		
	しよくパン	小麦 乳 大豆		しよくパン			
	ごまパテ	ごま		ごまパテ			
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				614 23.1
16 木	ミネストローネ	大豆 鶏肉	鶏肉 大豆	じゃがいも 油	にんにく 人参 玉ねぎ トマト キャベツ		
	やつがしらコロッケ ソース	小麦 大豆 鶏肉		やつがしらコロッケ 油			723 27.5
	★りんご	りんご			りんご		
	ごはん			ごはん			
17 金	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				589 22.5
	チキンカレー	小麦 鶏肉	鶏肉	油 じゃがいも カレールウ	にんにく 人参 玉ねぎ		
	ほうれんそうとコーンのソテー	豚肉	ウィンナー	油	ほうれん草 人参 コーン		
	★ミニフィッシュ		ミニフィッシュ				754 26.9
18 土	ごはん			ごはん			
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				678 24.9
	とうふとわかめのすましじる	大豆	豆腐 わかめ		干し椎茸 人参 ほうれん草 長ねぎ		
	ゼリーフライ	小麦 大豆	ゼリーフライ	油			840 30.3
19 日	★こぎつねずしのぐ	卵 鶏肉 大豆 ごま	鶏肉 油揚げ 炒り卵	油 砂糖 ごま	人参 枝豆		
	ごはん			ごはん			
	【ジョア ストロベリー】	乳	ジョア				
	ごじる	大豆	大豆 みそ 油揚げ		人参 大根 長ねぎ かぼちゃ		
20 月	マサバのねぎしおやき	さば ごま	マサバのねぎ塩漬				756 34.2
	★かためし	鶏肉	鶏肉 竹輪	油 砂糖	人参 ごぼう しめじ こんにゃく		
	【ソフトめん】	小麦		ソフトめん			
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				686 25.8
21 火	しのだうどんじる	大豆 豚肉	豚肉 なた 油揚げ	砂糖	人参 ほうれん草 長ねぎ		
	みそポテト		みそ	じゃがいも 砂糖 油			872 32.1
	ちぐさいため	卵 豚肉	ウィンナー 炒り卵		人参 キャベツ もやし ほうれん草		
	ごはん			ごはん			
22 水	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				567 23.0
	ほうれんそうとだいこんのみそじる	大豆	豆腐 みそ あさり		ほうれん草		
	とうふハンバーグあんかけ	大豆 鶏肉 豚肉	豆腐ハンバーグ	砂糖 でん粉			741 28.8
	★まめまめサラダ	大豆	大豆	中華ドレッシング	枝豆 こんにゃく 人参		
23 木	ごはん			ごはん			
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				707 27.0
	かきたまじる	卵 大豆	豆腐 卵	でん粉	人参 えのきたけ ほうれん草		
	やさしいコロッケ ソース	小麦 大豆		野菜コロッケ 油			870 32.8
24 金	さんしょくそぼろ	卵 豚肉	豚肉 炒り卵	砂糖	生姜 枝豆		
	ごはん			ごはん			
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				539 22.3
	にくだんごのスープ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉	ミートボール	春雨	人参 玉ねぎ もやし 小松菜		
25 土	ポークしゅうまい (小2中3コ)	小麦 豚肉	ポークしゅうまい				709 28.1
	ほうれんそうとツナのソテー		ツナ	油	人参 いんげん ほうれん草		
	ごはん			ごはん			
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				609 24.0
26 日	はくさいなべ	豚肉	豚肉	油	人参 大根 白菜		
	★フライビーンズ	大豆	大豆	はちみつ 砂糖 でん粉 油			777 29.4
	みかん				みかん		
	ごはん			ごはん			
27 月	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				621 23.7
	子どもパン	小麦 乳 大豆		子どもパン			
	ジャーマンスープ	豚肉	ウィンナー	じゃがいも	人参 玉ねぎ コーン		
	★しろごまつくねあんかけ(2コ)	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま	白ごまつくね	砂糖 でん粉			816 30.4
28 火	★ゆでやさしい			イタリアンドレッシング	人参 キャベツ 枝豆		
	給食回数 19回						632 24.1
	月間平均栄養価						801 29.7

※ 都合により食材が変更になる場合があります。ご了承ください。
 ※ ★はかみかみメニューです。意識して“よくかんで”食べる日にしましょう！
 ※ ♪の日は、先割れスプーンがつかます。
 ※ ☺の日は、おわんが2こつかます。
 ※ 【】のものは、学校配送品です。
 ※ 使用材料をすべて載せているわけではありません。アレルゲン等ご家庭でも注意していただき、ご不明な点がありましたら学校給食センターまでお問い合わせください。
 羽生市学校給食センター 048-565-3010

今月の特別献立は
 10日(金) 石川県郷土料理献立
 15日(水) 川俣小リクエスト献立

お知らせ
 ・学校給食の食材は、出荷などの時点で放射線量の検査が行われ、安全性が確認されているものを使用しております。食材の産地は、羽生市のホームページに掲載しております。
 ・アレルゲン物質は、食品に含まれているものを記載しています。調味料のアレルゲン物質は記載していませんのでご了承ください。

