



11月分予定献立表



日	こんだて名 主食 飲み物 おかず	アレルギー物質		使用材料名			栄養価	
		全28品目中		赤色の食品 体(骨や血や肉)をつくる もとなる	黄色の食品 エネルギー(体や脳が働く力)の もとなる	緑色の食品 体の調子を整える もとなる	上段:小 エネルギー (kcal)	下段:中 たんぱく (g)
1 金	ごはん			ごはん			666	26.2
	きゅうにゅう じゃがいもそぼろに いわしのしょうがに	乳 豚肉	牛乳 豚肉	じゃがいも 油 砂糖 でんぷん いわしの生姜煮		玉ねぎ たけのこ 人参 クリンピース	853	32.1
	キャベツのソテー	豚肉 鶏肉	ハム	油		キャベツ 人参 コーン		
5 火	ごはん			ごはん			576	19.9
	【ジョア(フレンチ)】 ごまつなごもやしのみそしる	乳 大豆	ジョア 豆腐 みそ	じゃがいも コーンフライ 油		小松菜 もやし	755	25.8
	コーンフライ ★ソイ豆のぐ	小麦 大豆 小麦 大豆 豚肉	豚肉 大豆	油 砂糖 カレールウ		人参		
6 水	ごはん			ごはん			632	22.4
	あじうけり きゅうにゅう	乳 牛乳	味付けのり 牛乳					
	★あきのみかくじる ★やつかしらコロッケ ソース きゅうりのピリからいため	鶏肉 小麦 大豆 鶏肉 りんご 豚肉	鶏肉 かまぼこ みそ 豚肉	さつまいも 八ッ頭コロッケ 油 ごま油 砂糖		人参 ごぼう しめじ 大根 こんにゃく ねぎ きゅうり にんにく 生姜	791	26.5
7 木	ごはん			ごはん			529	22.2
	きゅうにゅう コンソメスープ たらこのハーブやき コールスローサラダ	乳 鶏肉 豚肉 小麦 乳 大豆 豚肉 卵	牛乳 ベーコン たらバジルソース漬け	じゃがいも 油		人参 玉ねぎ しめじ パセリ	673	27.2
	チキンライス 「きゅうしよくしつのにちようび」 きゅうにゅう	大豆 鶏肉 乳	チキンライス 牛乳	コールスロードレッシング		キャベツ きゅうり 人参 コーン		
8 金	ごはん			ごはん			648	18.8
	ジュテームスープ 「しよくどうかつむり」 スクランブルエッグ 「きゅうしよくしつのにちようび」	小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉 りんご 卵 乳 小麦 大豆 鶏肉	牛乳 ベーコン スクランブルエッグ	さつまいも 油 バター シチュールウ		人参 かぼちゃ りんご 玉ねぎ	834	22.7
	トマトケチャップ 「きゅうしよくしつのにちようび」 イタリアンサラダ			卵は半熟風の見た目ですが、 しっかり加熱しています。		イタリアンドレッシング ブロッコリー きゅうり キャベツ コーン		
11 月	ごはん			ごはん			620	24.3
	きゅうにゅう マーボー豆腐 むしきょうざ(2こ) ★りんご	乳 大豆 鶏肉 豚肉 小麦 大豆 鶏肉 豚肉 りんご	牛乳 豆腐 豚肉 大豆 みそ ぎょうざ	油 ラー油 ごま油 砂糖 でん粉		生姜 にんにく 人参 干し椎茸 たけのこ ねぎ りんご	795	30.3
	ごはん			ごはん				
12 火	きゅうにゅう やさいとたまごのスープ かれのいたたあげ キャベツのしおこんぶあえ	乳 卵 鶏肉 豚肉 小麦 ごま	牛乳 卵 ベーコン かれの竜田揚げ 塩昆布	油 でん粉 油 ごま ごま油		人参 玉ねぎ しめじ ほうれん草 キャベツ きゅうり	586	23.5
	【ソフトめん】 きゅうにゅう にくうどんじる みそポテト いんげんといかのソテー	小麦 乳 大豆 豚肉 いか	牛乳 豚肉 油揚げ みそ いか	ソフトめん		人参 しめじ ほうれん草 ねぎ 生姜 いんげん 人参 コーン にんにく	640	25.4
	ごはん			ごはん			572	22.8
15 金	きゅうにゅう しょうゆとんじる どうふハンバーグ おろしソースかけ ★はなやさいのごまじょうゆあえ	乳 大豆 豚肉 大豆 鶏肉 ごま	牛乳 豚肉 豆腐 豆腐ハンバーグ	じゃがいも 油 砂糖 でん粉 ごまじょうゆドレッシング		ごぼう 大根 しめじ 大根 ブロッコリー カリフラワー	724	27.5
	ごはん			ごはん			607	23.8
	きゅうにゅう さつまいもじる さばのふかやねぎだれやき ごまびたし	乳 大豆 鶏肉 さば ごま ごま	牛乳 鶏肉 豆腐 みそ さば深谷ねぎ香り漬け	さつまいも		人参 こんにゃく ねぎ ほうれん草 人参	770	28.9
19 火	ごはん			ごはん			607	20.8
	きゅうにゅう ごじる ゼリーフライ ソース ★かてめしのぐ	乳 大豆 小麦 大豆 りんご 鶏肉	牛乳 大豆 油揚げ みそ 鶏肉 ちくわ	ゼリーフライ 油 油 砂糖		人参 大根 かぼちゃ ねぎ 人参 ごぼう 干し椎茸 しらすたき	747	24.8
	ごはん			ごはん			601	25.6
20 水	きゅうにゅう にらたまごスープ ヤンニョムチキン メンマのソテー	乳 卵 大豆 鶏肉 鶏肉 ごま	牛乳 豆腐 鶏肉酒・塩漬け	でん粉 でん粉 油 砂糖 ごま 油		にら 人参 えきのたけ ねぎ にんにく メンマ 小松菜 もやし	757	29.6
	ライスボールパン きゅうにゅう ★ミネストローネ ほうれんそうグラタン コーンサラダ	小麦 乳 大豆 乳 大豆 豚肉 小麦 乳 りんご	牛乳 ウインナー 大豆 ほうれん草グラタン	ライスボールパン じゃがいも 油		人参 玉ねぎ にんにく パセリ キャベツ きゅうり コーン	586	20.3
	ごはん			ごはん			621	19.3
22 金	きゅうにゅう ポークカレー ごまつなごワインナーのソテー おこめどうにゅうの(ババロア(あかんソース))	乳 小麦 豚肉 大豆 りんご 豚肉 大豆	牛乳 豚肉 ウインナー	じゃがいも 油 カレールウ 油 お米と豆乳のババロア		人参 玉ねぎ にんにく 小松菜 人参	786	23.4
	ごはん			ごはん			608	21.6
	きゅうにゅう ★うちまめじる カツオカツ スタミナあぶらげごはんのぐ	乳 大豆 小麦 大豆 鶏肉 大豆	牛乳 打ち豆 みそ カツオカツ 厚揚げ 鶏肉	じゃがいも 油 ごま油 砂糖		人参 ごぼう 小松菜 ねぎ にんにく	792	27.2
26 火	ごはん			ごはん			545	23.4
	きゅうにゅう はくさいなべ あつやきたまご ごまつなごツナのびたし	乳 豚肉 卵 さば	牛乳 豚肉 厚焼き卵 ツナ	油 油 砂糖		白菜 人参 大根 ねぎ 生姜 小松菜 人参 もやし	693	28.4
	【ちゅうがめん】 【ジョア(ストロベリー)】 みそラーメンじる ★はるまき ★きりぼしだいごんのナムル	小麦 乳 豚肉 鶏肉 大豆 小麦 大豆 鶏肉 ごま 大豆 鶏肉 豚肉	ジョア 豚肉 みそ	油 ごま油 春巻き 油 ナムルドレッシング		きくらげ 人参 玉ねぎ もやし にら にんにく 生姜 ナムルドレッシング 切り干し大根 人参 小松菜	632	22.8
27 水	ごはん			ごはん			779	27.9
	しょうパン チョコレートパテ きゅうにゅう ワッテルソーイ ハンバーグ トマトソースかけ アスパラガスのソテー	小麦 乳 大豆 乳 小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉 大豆 鶏肉 豚肉 りんご 豚肉	牛乳 生クリーム ウインナー	食パン チョコレートパテ じゃがいも シチュールウ バター 油 ハンバーグ 砂糖		人参 玉ねぎ コーン ブロッコリー パセリ トマト アスパラガス 人参 コーン	665	31.8
	ごはん			ごはん			647	21.6
29 金	きゅうにゅう ★ちくぜんに ミートコロッケ ソース ★りんご	乳 鶏肉 小麦 乳 大豆 鶏肉 りんご りんご	牛乳 鶏肉 さつま揚げ ちくわ	さといも 砂糖 油 ミートコロッケ 油		ごぼう 人参 干し椎茸 こんにゃく いんげん りんご	784	25.4

市制70周年
お祝い献立

物語メニュー

彩の国ふるさと献立

福井県
郷土料理献立

岩瀬小
リクエスト献立

アレルギー献立

※ 都合により食料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つつかます。
 ※ 【】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。アレルギー等ご家庭でも注意していただき、ご不明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

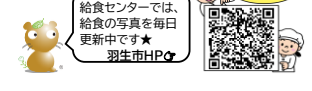
原因食物	除去する必要のない調味料・だし・添加物等
鶏卵	卵殻カルシウム
牛乳	乳糖・乳糖生成カルシウム
小麦	しょうゆ・酢・みそ
大豆	大豆油・しょうゆ・みそ
ゴマ	ゴマ油
魚類	かつおだし・いりこだし・魚しょう
肉類	エキス

月間平均栄養価

610	23.0
769	28.0

今月の特別献立は

- 6日(水) 市制70周年お祝い献立
- 8日(金) 物語メニュー献立
- 19日(火) 彩の国ふるさと献立
- 25日(月) 福井県郷土料理献立
- 27日(水) 岩瀬小リクエスト献立
- 28日(木) ヘルギー献立



食材の産地は、羽生市のホームページに記載しています。