



# 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 じゃがいもをそぼろに いわしのしょうがに	乳 豚肉	牛乳 豚肉	じゃがいも いわしの生姜煮	油 砂糖 でんぷん	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(フレーン)】 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		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	コーンフライ 油 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 ★あきのみかくじる	乳 豚肉	味付けのり 牛乳 豚肉 かまぼこ みそ			さつまいも 人参 ごぼう しめじ 大根 こんにゃく ねぎ	791	26.5
	★やつかしらコロッケ ソース きゅうりのピリからいため	小麦 大豆 鶏肉 りんご 豚肉	豚肉			八つ頭コロッケ 油 ごま油 砂糖		
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	小麦 乳 大豆 豚肉 豚肉	牛乳 ベーコン			人参 玉ねぎ しめじ パセリ	673	27.2
	コーンスローサラダ	卵				たらバジルソース漬け		
8 金	ごはん				ごはん		648	18.8
	チキンライス 「きゅうしよくしつのにちようび」	大豆 鶏肉	オムライスにしたべよう! チキンライス			キャベツ きゅうり 人参 コーン		
	きゅうにゅう ジュテームスープ 「しよくどうかつむり」	乳 小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉 りんご	牛乳			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
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)	乳 大豆 鶏肉 豚肉	牛乳 豆腐 豚肉 大豆 みそ			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	795	30.3
	★りんご	りんご	ぎょうざ			りんご		
12 火	ごはん				ごはん		586	23.5
	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	乳 卵 鶏肉 豚肉	牛乳 卵 ベーコン			油 でん粉 人参 玉ねぎ しめじ ほうれん草	751	28.7
	キャベツのしおこんぶあえ	小麦 ごま	かれの竜田揚げ 塩昆布			ごま ごま油 人参 玉ねぎ しめじ ほうれん草		
13 水	ごはん				ごはん		640	25.4
	【ソフトめん】 きゅうにゅう にくうどんじる	小麦 乳	牛乳			人参 しめじ ほうれん草 ねぎ 生姜	810	31.7
	みそポテト いんげんといかのソテー	大豆 豚肉 いか	豚肉 油揚げ みそ いか			油 人参 人参 コーン にんにく		
15 金	ごはん				ごはん		572	22.8
	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	乳 大豆 豚肉	牛乳 豚肉 豆腐			じゃがいも 油 人参 大根 しめじ 大根	724	27.5
	★はなやさいのごまじょうゆあえ	大豆 鶏肉 ごま	豆腐ハンバーグ			ごまじょうゆドレッシング フロッキー カリフラワー		
18 月	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	乳 大豆 鶏肉	牛乳 鶏肉 豆腐 みそ			さつまいも 人参 こんにゃく ねぎ	770	28.9
	ごまびたし	さば ごま ごま	さば深谷ねぎ香り漬け			ごま ほうれん草 人参		
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	乳 大豆	牛乳 大豆 油揚げ みそ			人参 大根 かぼちゃ ねぎ	747	24.8
	★かてめしのぐ	小麦 大豆 りんご 豚肉	ゼリーフライ 油 油 砂糖			人参 ごぼう 干し椎茸 しらす		
20 水	ごはん				ごはん		601	25.6
	きゅうにゅう にらたまごスープ ヤンニョムチキン	乳 卵 大豆 鶏肉	牛乳 豆腐			でん粉 人参 えきのたけ ねぎ にんにく	757	29.6
	メンマのソテー	豚肉 ごま	鶏肉酒・塩漬			でん粉 油 砂糖 ごま 油		
21 木	ごはん				ごはん		586	20.3
	ライスボールパン きゅうにゅう ★ミネストローネ	小麦 乳 大豆 乳	牛乳			ライスボールパン		
	ほうれんそうグラタン コーンサラダ	大豆 豚肉 小麦 乳	ウインナー 大豆 ほうれん草グラタン			じゃがいも 油 人参 玉ねぎ にんにく パセリ	683	23.3
22 金	ごはん				ごはん		621	19.3
	きゅうにゅう ポークカレー ごまつなごウインナーのソテー	乳 小麦 豚肉 大豆 りんご	牛乳 豚肉			じゃがいも 油 カレールウ 人参 玉ねぎ にんにく 小松菜 人参	786	23.4
	おこめとうにゅうの(ババロア(あかんソース))	豚肉 大豆	ウインナー			油 お米と豆乳のババロア		
25 月	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	乳 大豆	牛乳 打ち豆 みそ			じゃがいも 人参 ごぼう 小松菜	792	27.2
	★スタミナあぶらげごはんのぐ	小麦 大豆 豚肉 大豆	カツオカツ 厚揚げ 鶏肉			油 ごま油 砂糖		
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	乳 豚肉	牛乳 豚肉			油 人参 人参 大根 ねぎ 生姜	693	28.4
	ごまつなごツナのひたし	卵 さば	厚焼き卵 ツナ			油 砂糖 小松菜 人参 もやし		
27 水	ごはん				ごはん		632	22.8
	【ちゅうがめん】 【ジョア(ストロベリー)】 みそラーメンじる	小麦 乳	ジョア			人参 人参 玉ねぎ もやし にら にんにく 生姜	779	27.9
	★はるまき ★きりほしだいごんのナムル	小麦 大豆 鶏肉 ごま 大豆 鶏肉 豚肉	豚肉 みそ			油 ごま油 春巻き 油 ナムルドレッシング		
28 木	ごはん				ごはん		665	31.8
	しょうパン チョコレートパテ きゅうにゅう	小麦 乳 大豆 乳	食パン チョコレートパテ					
	ワッフルソイ 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 鶏肉 豚肉 大豆 鶏肉 豚肉 りんご 豚肉	鶏肉 牛乳 脱脂粉乳 生クリーム ウインナー			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 フロッキー パセリ トマト アスパラガス 人参 コーン	834	40.1
29 金	ごはん				ごはん		647	21.6
	きゅうにゅう ★ちくぜんに ミートコロッケ ソース	乳 豚肉	牛乳 鶏肉			人参 人参 干し椎茸 こんにゃく いんげん	784	25.4
	★りんご	小麦 乳 大豆 鶏肉 りんご りんご	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		

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

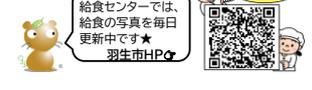
原因食物	除去する必要のない調味料・だし・添加物等
鶏卵	卵殻カルシウム
牛乳	乳糖・乳糖生成カルシウム
小麦	しょうゆ・酢・みそ
大豆	大豆油・しょうゆ・みそ
ゴマ	ゴマ油
魚類	かつおだし・いりこだし・魚しょう
肉類	エキス

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) アレルギー献立



食材の産地は、羽生市のホームページに記載しています。