

令和4年10月分 鶏卵アレルギー対応食予定献立表

小学校

刈谷市学校給食センター

日 曜	献立名 <small>主食 牛乳 主菜 副菜 その他の順</small>	赤 主に体の組織をつくる食品		緑 主に体の調子を整える食品		黄 主にエネルギーになる食品	
		たんぱく質	無機質	ビタミン		炭水化物	脂質
		<small>魚・肉・卵 豆・豆製品</small>	<small>牛乳・乳製品 小魚・海そう</small>	<small>緑 黄色 野菜</small>	<small>その他の野菜 果物・きのこ</small>	<small>米・パン・めん 芋・砂糖</small>	<small>油脂・種実類</small>
3月	ごはん	牛乳	飲用牛乳			ごはん	
	いかのかりん揚げ	いか			しょうが	さとう でんぶん	こめあぶら
	なめこと生揚げのみそ汁	なまあげ まめみそ		こまつな	だいこん なめこ	さといも	
	キャベツのカラフルあえ	かつおぶし		ひろしまな きょうな だいこんばにんじん かぼちゃ ほうれんそう	キャベツ うめ とうもろこし		
4火	ごはん	牛乳	飲用牛乳			ごはん	
	肉だんごととうがんのあったかスープ	きりたんぽこ		にんじん	とうがん はくさい しょうが	でんぶん	
	かぼちゃコロッケ			かぼちゃ		パンこ こむぎこ	こめあぶら
	ひじきとじゃこのふりかけ	まぐろ かつおぶし	しらすぼし ひじき	あかパプリカ こまつな		さとう	だいずあぶら
5水	野菜たっぷり海鮮タンメン (ラーメン・野菜たっぷり海鮮タンメンのスープ)	ぶたにく いか えび	飲用牛乳	チンゲンサイ にんじん	はくさい もやし たけのこ きくらげ	ラーメン	
	ショーロンポー	ぶたにく			キャベツ たまねぎ たけのこ しいたけ	はるさめ ショーロンポーのかわ	
	大根サラダ			ほうれんそう	だいこん		ドレッシング
	【ぶどうヨーグルト】		ヨーグルト				
6木	チキンピラフ (麦ご飯・チキンピラフの具)	とりにく	飲用牛乳	ピーマン	たまねぎ とうもろこし にんにく マッシュルーム	むぎごはん	バター
	白身魚の香草焼き	ホキ		バジル			こめあぶら
	野菜と大豆のトマト煮	ポークウインナー だいず		にんじん トマト	たまねぎ	じゃがいも さとう	
	秋の香りくり混ぜご飯 (麦ご飯・秋の香りくり混ぜご飯の具)	とりにく	飲用牛乳	にんじん	しめじ えのきたけ ほししいたけ	むぎごはん くり さとう	
7金	愛知の肉団子(2個)	とりにく ぶたにく		にんじん	たまねぎ れんこん ほししいたけ		
	秋野菜の白みそ汁	あぶらあげ こめみそ		こまつな	だいこん はくさい	さといも	
	【ずんだもち】					ずんだもち	
	ごはん	牛乳	飲用牛乳			ごはん	
11火	まぐろとレバーの黒酢がらめ	とりレバー まぐろ				さとう でんぶん こめこ	こめあぶら
	じゃが芋のそぼろ煮	ぶたにく		にんじん	こんにやく えだまめ たまねぎ	じゃがいも さとう	
	大根のごましそあえ			あかじそ	だいこん		ごま
	サンドイッチロールパン	牛乳	飲用牛乳			サンドイッチロールパン	
12水	スラッピージョー	ぶたにく		あかパプリカ	たまねぎ マッシュルーム	パンこ さとう	
	ポテトスープ		ぎゅうにゅう なまクリーム	にんじん パセリ	たまねぎ	マッシュポテト じゃがいも	バター ベシヤメルソース
	フルーツの蒲郡みかんゼリーあえ				おうとう パイナップル みかん	みかんゼリー	
	ごはん	牛乳	飲用牛乳			ごはん	
13木	にじますの甘露煮		にじます			さとう	
	けんちん汁	とうふ あぶらあげ		にんじん こまつな ねぎ	こんにやく ごぼう だいこん		ごまあぶら
	さつま芋のごまあえ				えだまめ	さつまいも さとう	ごま
	ごはん	牛乳	飲用牛乳			ごはん	
14金	豆腐のキムチチゲ	ハム とうふ あわせみそ		にら	キャベツ えのきたけ はくさいキムチ		
	チャプチェ	ぶたにく		にんじん	たまねぎ にんにく ほししいたけ	はるさめ さとう	こめあぶら ごま
	みかん				みかん		
	ごはん	牛乳	飲用牛乳			ごはん	
17月	ちくわの利休揚げ	ちくわ				こむぎこ	ごま こめあぶら
	さつま汁	とりにく むぎみそ あぶらあげ		にんじん ねぎ	だいこん ごぼう	さといも	
	大豆と小魚の甘辛煮	刈谷市産だいず	こぎかないわし			さとう	こめあぶら

鶏卵アレルギー対応食については太字で表記してあります。

食材については細心の注意を払って、安全確保に努めています。材料などの入荷状況により献立を変更することがあります。

【 】は卓上容器に入った調味料です。

小学校

18 火	ご飯 牛乳		飲用牛乳		ごはん	
	生揚げのオイスターソースいため	ぶたにく なまあげ		チンゲンサイ にんじん	たまねぎ たけのこ しめじ	さとう でんぶん ごまあぶら
	野菜しゅうまい (2個)	さかなすりみ		にんじん	たまねぎ とうもろこし エリンギ しめじ ひらたけ	しゅうまいのかわ
	ひよこ豆と枝豆のサラダ	ひよこまめ			キャベツ えだまめ	ドレッシング
19 水	きつねカレーうどん 牛乳 (白玉うどん・きつねカレーうどんの汁)	とりにく かまぼこ あぶらあげ	飲用牛乳	にんじん ねぎ	たまねぎ	しらたまうどん でんぶん カレールウ
	白菜とりんごの青菜あえ	かつおぶし		ひろしまな きょうな だいこんば	はくさい りんご	さとう さつまいも さとう ごまあぶら ごま
	大学芋					
20 木	ご飯 牛乳		飲用牛乳		ごはん	
	かれいフライの和風マリネソース	かれい		ピーマン あかパプリカ	たまねぎ	パンこ こむぎこ さとう ごまあぶら
	秋野菜と高野豆腐の卵とじ(卵を除去)	とりにく たまご こうやどうふ		にんじん ねぎ	たまねぎ ごぼう しめじ	じゃがいも さとう
もやしとほうれん草のいそ香あえ		のり	ほうれんそう	もやし	さとう	
21 金	ご飯 牛乳		飲用牛乳		ごはん	
	れんこんバーグのもみじおろしかけ	ぶたにく とりにく ぎゅうにく		にんじん	れんこん たまねぎ だいこん しめじ しいたけ	パンこ さとう
	野菜の豆乳みそ汁	あぶらあげ とうにゅう あわせみそ		かぼちゃ こまつな	はくさい たまねぎ	
里芋サラダ				えだまめ とうもろこし	さといも ドレッシング	
24 月	五穀ご飯 牛乳		飲用牛乳		ごこくごはん	
	秋の恵みストロガノフ	ぶたにく ぶたレバー	だつしふんにゅう	にんじん パセリ	たまねぎ にんにく マッシュルーム しめじ エリンギ	バター ハヤシルウ デミグラスソース
	じゃが芋のごまサラダ				えだまめ とうもろこし りんご	じゃがいも ごま ドレッシング
25 火	ご飯 牛乳		飲用牛乳		ごはん	
	かぼちゃコロッケ(五目厚焼き卵の代替)			かぼちゃ		パン粉 小麦粉 米油
	根菜のそぼろみそ煮	とりにく だいず なまあげ まめみそ		にんじん さやいんげん	こんにやく だいこん ごぼう とうもろこし えだまめ	さといも さとう だいずあぶら ごまあぶら
ツナとひじきのいため煮	まぐろ ちくわ	ひじき				
26 水	ナン 牛乳		飲用牛乳		ナン	
	きのことひよこ豆のチキンカレー	とりにく ひよこまめ		トマト にんじん	たまねぎ しょうが にんにく マッシュルーム しめじ エリンギ	ごまあぶら コーンオイル カレールウ
	コロッケ				たまねぎ	じゃがいも パンこ こむぎこ ごまあぶら
	れんこんとキャベツのサラダ				れんこん キャベツ えだまめ とうもろこし	ドレッシング
27 木	ご飯 牛乳		飲用牛乳		ごはん	
	さけの竜田揚げ切り干し大根あんかけ	さけ		にんじん	えだまめ しょうが きりぼしだいこん	さとう でんぶん ごまあぶら
	野菜と生揚げのつゆたく煮	とりにく なまあげ		にんじん こまつな	たまねぎ ほししいたけ	じゃがいも
キャベツの昆布あえ		こんぶ		キャベツ	ごまあぶら	
28 金	ご飯 牛乳		飲用牛乳		ごはん	
	マーボー大根	ぶたにく なまあげ まめみそ		ねぎ	だいこん たまねぎ しょうが にんにく ほししいたけ	さとう でんぶん ごまあぶら
	揚げぎょうざ (2個)	ぶたにく		にら	キャベツ たまねぎ にんにく	ぎょうざのかわ ごまあぶら
華風あえ			にんじん チンゲンサイ	キャベツ	はるさめ さとう ごまあぶら	
31 月	ご飯 牛乳		飲用牛乳		ごはん	
	さけ団子の豆乳みそちゃんこ	さけだんご やきどうふ とうにゅう あわせみそ		チンゲンサイ にんじん	キャベツ にんにく えのきたけ	ごま
	じゃが芋のカレーきんぴら	ハム		ピーマン		じゃがいも さとう ごまあぶら
みかん				みかん		