

令和3年 10月分 鶏卵アレルギー対応食予定献立表

中学校

刈谷市学校給食センター

日／曜	献立名 主食 牛乳 主菜 副菜 その他 の順	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
		1 群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2 群 牛乳・乳製品 小魚・海そう	3 群 緑黄色野菜	4 群 その他の野菜 果物・きのこ	5 群 米・パン・めん 芋・砂糖	6 群 油脂・種実類
1 金	ご飯 牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	鶏肉のねぎ塩焼き	鶏肉		ねぎ			
	ツナ入り豆じゃが	まぐろ 大豆		にんじん	こんにゃく 玉ねぎ 枝豆 しょうが	じゃが芋 砂糖	大豆油
	わかめともやしのごま酢あえ		わかめ	トマト	もやし	砂糖	ごま
4 月	ご飯 牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	高野豆腐のうま煮	鶏肉 ちくわ 高野豆腐		さやいんげん にんじん	こんにゃく ごぼう 大根 玉ねぎ ししいたけ	砂糖	
	れんこんサンドフライ	鶏肉			れんこん 玉ねぎ 干しいたけ	パン粉 小麦粉	米油
	小松菜のいそ香あえ		のり	小松菜	もやし	砂糖	
5 火	ご飯 牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	マーボー豆腐	豚肉 豆腐 赤みそ		にんじん ねぎ	玉ねぎ たけのこ しょうが にんにく	でん粉 砂糖	ごま油
	焼きぎょうざ（3個）	鶏肉 豚肉		にら	キャベツ 玉ねぎ	ぎょうざの皮	
	切り干しで中華サラダ				切り干し大根 きゅうり	砂糖	ごま ごま油
6 水	りんごパン 牛乳		飲用牛乳			りんごパン	
	白身魚のカレー焼き	ホキ					米油
	ポトフ	豚肉 ウインナー		にんじん	大根 玉ねぎ しめじ	じゃが芋	
	ほうれん草とコーンのサラダ			ほうれん草	キャベツ とうもろこし		ドレッシング
7 木	ご飯 牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	かれいフライのレモン煮	かれい			レモン果汁	砂糖 パン粉 小麦粉	米油
	大根と豚肉の煮物	豚肉 生揚げ		にんじん 小松菜	こんにゃく 大根 しょうが	砂糖	
	ひじきサラダ		ひじき		枝豆 とうもろこし	砂糖	ドレッシング
8 金	ご飯 牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	ハンバーグのにんじんソースかけ	豚肉 鶏肉		にんじん ねぎ	大根 玉ねぎ	砂糖	
	生揚げと里芋のみそ汁	生揚げ 赤みそ	わかめ		玉ねぎ ごぼう	里芋	
	小松菜としらすのふりかけ	かつお節	しらす干し	小松菜		砂糖	ごま ごま油
	プチブルーベリーゼリー				ゼリー		
11 月	ご飯 牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	鶏肉とレバーの黒酢がらめ	鶏レバー 鶏肉				砂糖 でん粉	米油
	チンゲンサイの中華スープ	えび 豆腐		にんじん チンゲンサイ	たけのこ 玉ねぎ 干しいたけ	はるさめ でん粉	
	大豆もやしときゅうりのナムル				きゅうり 大豆もやし しょうが		ごま油
12 火	ご飯 牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	いわしの八丁みそ煮	いわし 八丁みそ		ねぎ			
	じゃがいものそぼろ煮	鶏肉		さやいんげん にんじん	こんにゃく 玉ねぎ	じゃが芋 砂糖	
	切り干し大根とベーコンのいため物	ベーコン			切り干し大根 れんこん エリンギ	砂糖	
13 水	五目ラーメン （ラーメン・五目ラーメンの汁） 牛乳	豚肉 なんと巻	飲用牛乳	にんじん ねぎ	玉ねぎ もやし 干しいたけ たけのこ しょうが	ラーメン	
	あじフライ	あじ				パン粉 小麦粉	米油
	海そうサラダ		わかめ 茎わかめ 昆布 赤角又 白袋ふのり		キャベツ とうもろこし		ドレッシング
	【ヨーグルト】		ヨーグルト				
14 木	ご飯 牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	愛知の鶏豚肉団子（3個）	鶏肉 豚肉			玉ねぎ しょうが		
	かき玉汁(卵を除去)	かまぼこ 卵 豆腐		ほうれん草	白菜	でん粉	
	ごぼうサラダ			にんじん	ごぼう とうもろこし		米油 ドレッシング
15 金	ご飯 牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	ちくわの利休揚げ	ちくわ				小麦粉	ごま 米油
	豚汁	豚肉 赤みそ		ねぎ	大根 白菜 ごぼう しめじ	里芋	
	ひじきのいため煮	油揚げ まぐろ	ひじき	にんじん	枝豆	砂糖	米油 大豆油

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。

中学校

18 月	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)	牛乳	鶏肉	鶏肉	にんじん	しめじ	麦ご飯	
	さばの塩焼き		さば				くり 砂糖	米油
	彩り汁		かまぼこ 油揚げ		小松菜	大根 白菜 えのきたけ		
	おさつスティック						おさつスティック	
19 火	五穀ご飯	牛乳		飲用牛乳			五穀ご飯	
	鶏肉ときのこのカレー		鶏肉		にんじん トマト	玉ねぎ しょうが しいたけ エリンギ しめじ マッシュルーム にんにく		カレールウ コーン油
	じゃが芋のごまサラダ					枝豆 とうもろこし	じゃが芋	ごま ドレッシング
	りんご					りんご		
20 水	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	
	フランクフルトソーセージ		フランクフルトソーセージ					米油
	個袋ケチャップ							
	ポテトスープ		鶏肉	牛乳 生クリーム	にんじん パセリ	玉ねぎ しめじ キャベツ きゅうり とうもろこし	じゃが芋	ベシヤメルソース ドレッシング
21 木	わかめご飯	牛乳		飲用牛乳 わかめ			ご飯	
	いわしの八丁みそ煮(ねぎ入り厚焼き 卵の代替)		いわし 八丁みそ		ねぎ			
	野菜とがんとどきのうま煮		鶏肉 大豆	ひじき	にんじん	こんにゃく 枝豆 玉ねぎ たけのこ 干しいたけ ごぼう	砂糖	
	アーモンドあえ				ほうれん草	キャベツ もやし	砂糖	アーモンド
22 金	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	わかさぎの南蛮漬け			わかさぎ	ねぎ		砂糖 でん粉	米油
	実だくさん汁		鶏肉 油揚げ 赤みそ 白みそ	わかめ	にんじん 小松菜	こんにゃく 大根 白菜		
	かぼちゃの煮物				かぼちゃ		砂糖	米油
25 月	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	さけの西京焼き		さけ 白みそ					
	ちゃんこ煮		鶏肉団子 焼き豆腐		にんじん さやいんげん	こんにゃく 玉ねぎ しめじ キャベツ ごぼう しょうが	砂糖	
	大根の柿酢あえ				ほうれん草 にんじん	大根 柿	砂糖	
26 火	えびピラフ (麦ご飯・えびピラフの具)	牛乳	えび	飲用牛乳		とうもろこし 玉ねぎ	麦ご飯	米油
	白身魚のカレー焼き(パンプキンアンサン ブルエッグの代替)		ホキ					米油
	鶏肉と大豆のトマト煮		鶏肉 ベーコン 大豆		にんじん トマト	玉ねぎ しめじ	じゃが芋 砂糖	
	角チーズ			チーズ				
27 水	ソフトめんの肉みそかけ (ソフトめん・肉みそ)	牛乳	豚肉 大豆 赤みそ	飲用牛乳	にんじん ねぎ	玉ねぎ たけのこ 干しいたけ	ソフトめん でん粉 砂糖	
	さつま芋の天ぷら						さつま芋 小麦粉	米油
	福神あえ					福神漬け キャベツ		
	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
28 木	豚肉と野菜の中華煮		豚肉 いか		にんじん チンゲンサイ	たけのこ 白菜 玉ねぎ 干しいたけ	砂糖 でん粉	ごま油
	コーンしゅうまい(2個)		魚すり身			玉ねぎ とうもろこし	しゅうまいの皮	
	みかん					みかん		
	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
29 金	鶏肉と根菜のみそ煮		鶏肉 赤みそ		さやいんげん にんじん	こんにゃく れんこん 大根 ごぼう	砂糖	
	かぼちゃコロッケ				かぼちゃ		パン粉 小麦粉	米油
	キャベツのごまゆかり				赤じそ	キャベツ		ごま