

令和3年 12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 水	ソフトめんビーンズカレーソース 牛乳 (ソフトめん・ビーンズカレーソース)	豚肉 大豆	飲用牛乳 脱脂粉乳	にんじん	玉ねぎ 枝豆	ソフトめん	カレールウ
	コールスローサラダ			にんじん	キャベツ とうもろこし		ドレッシング
	りんご				りんご		
2 木	ご飯 牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	さばの塩焼き	さば					米油
	実だくさんみそ汁	鶏肉 油揚げ 赤みそ 白みそ	わかめ	にんじん	こんにゃく 大根 玉ねぎ えのきたけ	じゃが芋	
3 金	刈谷市産キャベツのごまゆかり			赤じそ	刈谷市産キャベツ		ごま
	ご飯 牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	コーンしゅうまい(2個)	魚すり身 豆腐			玉ねぎ とうもろこし	しゅうまいの皮	
6 月	みそ野菜いため	豚肉 生揚げ 赤みそ		にんじん チンゲンサイ	キャベツ たけのこ にんにく しょうが	砂糖 でんぶん	米油
	小松菜のごまソースあえ	まぐろ		小松菜	もやし	砂糖	ねりごま 大豆油
	ご飯 牛乳		飲用牛乳			ご飯	
7 火	豆腐のオイスターソースいため	豚肉 豆腐		にんじん	玉ねぎ たけのこ	砂糖 でんぶん	ごま油
	さつま芋のあめ煮					さつま芋 砂糖	米油
	白菜と切り干し大根のシャキシャキナムル！	まぐろ		にんじん	白菜 切り干し大根		ごま油 大豆油
8 水	ご飯 牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	ちくわのいそ辺揚げ	ちくわ	青のり粉			小麦粉	米油
	肉じゃが	豚肉		にんじん	こんにゃく 玉ねぎ 枝豆	じゃが芋 砂糖	
9 木	かぶと小松菜のサラダ			小松菜	かぶ もやし		ドレッシング
	ミルクロールパン 牛乳		飲用牛乳			ミルクロールパン	
	鶏肉のハーブ焼き	鶏肉		バジル パセリ			
10 金	コーンスープ	ベーコン	牛乳	にんじん	玉ねぎ とうもろこし		ポタージュの素
	海そうサラダ		わかめ 荳わかめ 昆布 赤角又 白袋のり		キャベツ きゅうり		
	【マンゴープリン】					マンゴープリン	
11 土	ご飯 牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	わかさぎの唐揚げ		わかさぎ			米粉 でんぶん	米油
	刈谷市産大根のみそ煮	豚肉 赤みそ		さやいんげん にんじん	こんにゃく 刈谷市産大根	里芋 砂糖	
12 日	キャベツとほうれん草のごまドレッシングあえ			ほうれん草	キャベツ		ドレッシング
	そばろご飯 牛乳 (麦ご飯・そばろご飯の具)	鶏肉	飲用牛乳	ピーマン	しょうが 玉ねぎ 干ししいたけ	麦ご飯 砂糖	
	さばの塩焼き(五目厚焼き卵の代替)	さば					米油
13 月	団子汁	かまぼこ		にんじん 小松菜	白菜 えのきたけ	じゃがもちボール	
	【ヨーグルト】		ヨーグルト				
	ご飯 牛乳		飲用牛乳			ご飯	
14 火	いわしの梅煮	いわし			梅肉		
	冬野菜と生揚げのみそ汁	生揚げ 赤みそ		にんじん 小松菜	白菜 大根		
	れんこんとキャベツのサラダ				れんこん キャベツ 枝豆 とうもろこし		ドレッシング
15 水	ご飯 牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	チキン竜田揚げ	鶏肉				小麦粉 でんぶん	米油
	ニラみそスープ	ハム 油揚げ ミックスみそ		にら	もやし キャベツ 玉ねぎ しめじ しょうが にんにく		ごま油
16 木	にんじんしりしり	まぐろ		にんじん			米油 大豆油
	肉うどん 牛乳 (白玉うどん・肉うどんの汁)	豚肉 油揚げ	飲用牛乳	小松菜	玉ねぎ ごぼう 白ねぎ しょうが 干ししいたけ	白玉うどん 砂糖	
	和風コロッケ			にんじん	れんこん	じゃが芋 小麦粉 パン粉	米油
17 金	刈谷市産白菜のごま酢あえ			にんじん	刈谷市産白菜 大根	砂糖	ごま

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

16 木	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	鶏肉のハーブ焼き(ほうれん草入りオムレツの代替)	鶏肉		バジル パセリ				
	ハヤシシチュー	豚肉		脱脂粉乳	にんじん	グリーンピース 玉ねぎ	じゃが芋	ハヤシルウ
	ブロッコリーのツナサラダ	まぐろ			ブロッコリー	キャベツ とうもろこし		ドレッシング 大豆油
17 金	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	さんまのおろし煮	さんま				大根		
	鶏肉とじゃが芋の煮物	鶏肉 はんぺん			にんじん 小松菜	玉ねぎ	じゃが芋 砂糖	
	キャベツ昆布			塩昆布		キャベツ		ごま油
20 月	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	キャベツ入りメンチカツ	牛肉 豚肉				キャベツ 玉ねぎ	パン粉 小麦粉	米油
	チンゲンサイと生揚げの中華煮	豚肉 生揚げ			チンゲンサイ にんじん	白菜 たけのこ しめじ	でんぷん	ごま油
	みかん					みかん		
21 火	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	ぶりの三河みりん焼き	ぶり						
	かぼちゃの豆乳みそ汁	油揚げ 豆乳 ミックスみそ			かぼちゃ	キャベツ 玉ねぎ しめじ		
	刈谷市産白菜のゆず香あえ				にんじん	刈谷市産白菜 ゆず果皮 ゆず果汁	はちみつ 砂糖	
22 水	小型ミルクロールパン	牛乳		飲用牛乳			小型ミルクロールパン	
	ハンバーグのトマトソースかけ	豚肉 鶏肉			トマト	玉ねぎ	砂糖	米油
	コンソメスープ	ベーコン			にんじん	パセリ かぶ 玉ねぎ	じゃが芋	
	刈谷市産ブロッコリーのサラダ				刈谷市産ブロッコリー	キャベツ とうもろこし		ドレッシング
	【クリスマスデザート】						ケーキ	