

令和2年11月分 予定献立表（19回）

特別支援学校

刈谷市学校給食センター

日 曜	こんだて名 並び順：主食・牛乳、主菜、副菜、その他	    主に体をつくる もとなる食品	    主に体の調子を整えるもとなる食品	    主にエネルギーの もとなる食品	1食 kcal 小・中 高
2月	ごはん ぎゅうにゅう	飲用ぎゅうにゅう		ごはん	623
	はっぼうさい	ぶたにく いか えび	チンゲンサイ にんじん たけのこ たまねぎ はくさい	でんぶん	685
	ショーロンポー	ショーロンポー			
4水	きりぼしでちゅうかサラダ		きりぼしだいこん きゅうり	さとう ごまあぶら	
	カレーなんばん ぎゅうにゅう (ソフトめん・カレーなんばんのしる)	飲用ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ あぶらあげ	にんじん たまねぎ ねぎ もやし しめじ	ソフトめん でんぶん カールルウ	693
	れんこんサンドフライ みかん		れんこんサンドフライ みかん	こめあぶら	762
5木	刈谷南中学校 リクエスト 献立 わかめごはん ぎゅうにゅう	飲用ぎゅうにゅう		わかめごはん	685
	チキンたつたあげ	チキンたつたあげ		こめあぶら	753
	キムチなべ	ぶたにく とうふ あかみそ	にら にんじん はくさい えのきたけ はくさいキムチ		
6金	ごはん ぎゅうにゅう	飲用ぎゅうにゅう		ごはん	695
	さんまのみぞれに	さんまのみぞれに			
	とりじゃが	とりにく なまあげ	ほししいちけ にんじん たまねぎ いんげん	じゃがいも さとう	765
9月	きりぼしだいこんのすのもの		きりぼしだいこん こまつな	さとう	
	ごはん ぎゅうにゅう	飲用ぎゅうにゅう		ごはん	682
	とうふのオイスターソースいため	ぶたにく とうふ	チンゲンサイ にんじん たまねぎ たけのこ	さとう でんぶん ごまあぶら	750
10火	あいちのしそりとりはるまき	あいちのしそりとりはるまき		こめあぶら	
	もやしとほうれんそうのこうみサラダ		ほうれんそう もやし	ドレッシング	
	ごはん ぎゅうにゅう	飲用ぎゅうにゅう		ごはん	
11水	ハンバーグのてりやきソースかけ	ハンバーグ	しょうが にんにく	さとう ごまあぶら でんぶん	657
	みだくさんじる	とりにく とうふ わかめ あかみそ しるみそ	はくさい かりやしさんだいこん たまねぎ ねぎ こんにゃく		723
	さともサラダ プチようなしゼリー		えだまめ コーン	さとも ドレッシング プチようなしゼリー	
12木	ごはん ぎゅうにゅう	飲用ぎゅうにゅう		ごはん	671
	ペンネボロネーゼ	ぶたにく ベーコン	にんじん たまねぎ セロリ パセリ にんにく トマト	マカロニ オリーブあぶら こむぎこ	738
	かれいフライ	かれいフライ		こめあぶら	
13金	まめこサラダ	だいず	にんじん こぼろ えだまめ	ドレッシング	678
	ごはん ぎゅうにゅう	飲用ぎゅうにゅう		ごはん	746
	さけのバターしょうゆやき	さけのバターしょうゆやき			
16月	やさいのたまごとし	とりにく はんぺん たまご	いんげん にんじん たけのこ たまねぎ	じゃがいも さとう	692
	だいこんのゆかりあえ	だいこん ゆかり			761
	ごはん ぎゅうにゅう	飲用ぎゅうにゅう		ごはん	
17火	とりにくとレバーのケチャップあえ	とりレバー とりにく		でんぶん こめあぶら さとう	692
	チンゲンサイとなまあげのちゅうかに	ぶたにく なまあげ	チンゲンサイ にんじん はくさい たけのこ しめじ	ごまあぶら でんぶん	761
	りんご		りんご		
11月16日(月)～20日(金)は『 地元食の食材を食べよう週間 』です。 週間中は、愛知県産や刈谷市産の食材を使った料理がたくさん登場します。太字＝愛知県産食材 ☆印＝刈谷市産食材					
16月	あいちけんさんぎゅうにくのどくせいヒンパ ぎゅうにゅう (きんめがまいひんぱあいちけんさんぎゅうにくのどくせいヒンパの)	飲用ぎゅうにゅう あいちけんさんぎゅうにく	ほうれんそう にんにく もやし ほししいちけ	☆きんめがまいひんぱ ごま ごまあぶら さとう	686
	しゅうまい (2こ)	しゅうまい			754
	ちゅうかスープ	とうふ なんとまき	にんじん たまねぎ ねぎ きくらげ	はるさめ	
17火	かまごおりみかんプチゼリー			かまごおりみかんプチゼリー	
	ごはん ぎゅうにゅう	飲用ぎゅうにゅう		☆ごはん	644
	ぶりのみかわみりんやき	ぶりのみかわみりんやき			708
17火	かりやしさんげんまいだんごじる	かまぼこ	はくさい にんじん こまつな	☆かりやしさんげんまいだんご さとも	
	くきわかめのきんぴら	くきわかめ	にんじん こぼろ れんこん こんにゃく	ごま ごまあぶら こめあぶら さとう	
こんだての見方 [] : 卓上物 【 】 : 業者配送 太字 : 新献立 ◆ : 我が家のじまん料理					

《給食で使用する魚は、できるかぎり骨が気にならないものを使用していますが骨が残っていることがあります。気をつけて食べましょう。》

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。
献立表および食材の産地は、刈谷市のホームページに掲載しています。[刈谷市ホームページ⇒くらしの情報⇒教育⇒給食センター]
[携帯電話サイト用 URL : <http://www.city.kariya.lg.jp/mobile/index.html> 教育⇒給食センター]

毎月19日は食育の日～おうちでごはんの日～



特別支援学校

18 水	いもかわうどん (きしめん・いもかわうどんのしる)	ぎゅうにゅう 飲むぎゅうにゅう とりく かまぼこ あぶらあげ	にんじん たまねぎ ねぎ ☆かりやさんしいたけ	きしめん さとう でんぶん	661
	かりやのさといもコロッケ			☆かりやのさといもコロッケ こめあぶら	727
	りっちゃんのサラダ	ハム しおこんぶ けずりぶし	キャベツ きゅうり トマト にんじん コーン	こめあぶら さとう	
	プチももゼリー			プチももゼリー	
19 木	ごはん	飲むぎゅうにゅう		☆ごはん	724
	なごやコーチンのはちようみそからあげ	なごやコーチン はちようみそ	しょうが	でんぶん こめあぶら	
	はちはいじる 名古屋コーチンを使っているよ	とうふ あぶらあげ ちくわ	にんじん ほししいたけ ねぎ	☆かりやさんさといも	796
20 金	きつあえ		きく キャベツ れんこん	ねりま さとう	
	ごはん	飲むぎゅうにゅう		☆ごはん	
	しろみざかなのこうそうやき	しろみざかなのこうそうやき		こめあぶら	649
	たっぷりたまねぎとあいちゃんさんぎゅうにくのストロガノフ	あいちゃんさんぎゅうにく だっしふんにゅう	パセリ たまねぎ マッシュルーム	ハヤシルウ デミグラスソース	714
24 火	えびかおるやさいソテー	えび	にんじん キャベツ ほうれんそう コーン	こめあぶら	
	和食の日	愛知県産牛肉を使っているよ			
	ごはん	飲むぎゅうにゅう		ごはん	630
	さばのはちようみそに	さばのはちようみそに			
25 水	ちくぜんに	とりく	いんげん にんじん ごぼう たけのこ れんこん こんにゃく	なまふ かりやさんさといも さとう	693
	いそかあえ	のり	キャベツ こまつな	さとう	
	朝日中学校 リクエスト 献立				
	りんごパン	飲むぎゅうにゅう		りんごパン	683
26 木	いかフライのレモンに	いかフライ	レモンかじゅう	こめあぶら さとう	
	コーンスープ	ベーコン きゅうにゅう	パセリ たまねぎ コーン	ポターージュのもと	751
	アーモンドあえ		にんじん ほうれんそう もやし	アーモンド さとう	
	ごはん	飲むぎゅうにゅう		ごはん	654
27 金	パンキンアンサンブルエッグ	パンキンアンサンブルエッグ			719
	やさいとりにくのトマトに	とりく だいず	たまねぎ にんじん れんこん トマト しめじ	じゃがいも さとう	
	かぶとブロッコリーのサラダ		かぶ ブロッコリー キャベツ コーン	ドレッシング	
	ごはん	飲むぎゅうにゅう		ごはん	676
30 月	いわしのみそカレーぎんかみやき	いわしのみそカレーぎんかみやき			743
	だいこんとぶたにくのもの	ぶたにく なまあげ	こんにゃく にんじん こまつな かりやさんだいこん しょうが	さとう	
	ひじきサラダ	ひじき	キャベツ コーン	ドレッシング	
	ごはん	飲むぎゅうにゅう		ごはん	682
30 月	れんこん入りつくね	れんこん入りつくね			750
	◆トトロけんちん汁	住吉 小学校6年生 野村 壮一朗くんの 我が家のじゃま料理です。	にんじん ごぼう だいこん こまつな こんにゃく しょうが	さといも ごまあぶら でんぶん	
	ほうれんそうのおかかあえ	けずりぶし	ほうれんそう はくさい にんじん	さとう	
	【ぶどうヨーグルト】	ぶどうヨーグルト			

～県産牛肉等学校給食提供推進事業～



新型コロナウイルス感染症の影響を受けた畜産農家や食肉業者の方々を支援するため、愛知県産牛肉と名古屋コーチンを使用した献立を実施します。



<日程>

- 16日(月)「愛知県産牛肉の特製ビビンバ」
- 19日(木)「名古屋コーチンの八丁みそ唐揚げ」
- 20日(金)「たっぷり玉ねぎと愛知県産牛肉のストロガノフ」

あせごはん
にも
おすすり!

給食メニュー

【茎わかめのきんぴら】

材料 (4人分)

茎わかめ	30 g
にんじん	30 g
ごぼう	50 g
れんこん	30 g
こんにゃく	40 g
いりごま	2 g
米油	小さじ 1/2
ごま油	小さじ 1/2
砂糖	小さじ 2
しょうゆ	小さじ 2
みりん	小さじ 1
和風だし	ひとつまみ
一味唐辛子	お好みで

作り方

- ① にんじんは長さ2cm程度の千切りにする。れんこんは2mm幅のいちょう切り、ごぼうはさがきにしてそれぞれ水にさらし、こんにゃくは細切りにし軽くゆでてあくを抜く。
- ② フライパンに米油を入れて温め、にんじん、ごぼう、れんこんを入れて炒める。
- ③ 茎わかめ、こんにゃくを入れ、和風だし、しょうゆ、みりん、砂糖、お好みで一味唐辛子を入れて炒める。
- ④ いりごま、ごま油を入れて軽く混ぜたら出来上がり。

★11月17日(火)の給食に登場します。お楽しみに♪



※給食センターでは、大量調理のため料理をアレンジして提供します。