

令和5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 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
		魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ	米・パン・めん 芋・砂糖	油脂・種実類
2月	チキンピラフ (麦ご飯・具)	牛乳	とりこ		たまねぎ どうもろこし マッシュルーム にんにく	むぎごはん	こめあぶら
	白身魚香味フライ	ホキ		バジル パセリ		パンこ こむぎこ	こめあぶら
	ミネストローネ	ベーコン		にんじん トマト	えだまめ キャベツ たまねぎ	マカロニ じゃがいも さとう	
	ご飯	牛乳	飲用牛乳			ごはん	
3火	けんちんしのだ		とうふ あぶらあげ たらすりみ	ひじき	にんじん		
	[甘みそ]		あまみそ				
	じゃが芋のそぼろ煮		とりこ はんぺん	にんじん さやいんげん	たまねぎ	じゃがいも さとう	
	しそきゅうり			あかじそ	きゅうり		
4水	野菜たっぷり海鮮タンメン (ラーメン・スープ)	牛乳	ぶたにく えび いか	飲用牛乳	チンゲンサイ にんじん	はくさい もやし	ラーメン
	コロッケ					たまねぎ	じゃがいも パンこ こむぎこ
	ひじきサラダ		ひじき			えだまめ どうもろこし	さとう
	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ごはん
5木	生揚げと大根のいため煮		ぶたにく なまあげ		こまつな にんじん	だいこん	さとう
	じゃが芋のカレーきんぴら				ピーマン	たまねぎ	じゃがいも さとう
	みかん					みかん	
	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ごはん
6金	鶏肉と根菜のみそ煮		とりこ まめみそ		にんじん さやいんげん	こんにゃく だいこん ごぼう れんこん しめじ	さとう
	ちくわのカレー揚げ		ちくわ				こむぎこ
	さつま芋のごまあえ					さつま芋 さとう	ごま
	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ごはん
10火	いわしの梅煮		いわし			ばいりこ	
	野菜と生揚げのつゆだく煮		とりこ なまあげ		こまつな にんじん	たけのこ たまねぎ	じゃがいも
	切り干し大根のごま酢あえ					きりぼしだいこん きゅうり	さとう
	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ごはん
11水	ナン						ナン
	鶏肉ときのこのカレー		とりこ		にんじん トマト	たまねぎ しょうが しめじ えのきたけ にんにく	こめあぶら カレールウ
	かぼちゃコロッケ				かぼちゃ		パンこ こむぎこ
	れんこんサラダ					れんこん キャベツ どうもろこし	ドレッシング
12木	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ごはん
	いかフライ		いか			パンこ こむぎこ	こめあぶら
	[ソース]						
	たっぷりキャベツの中華煮		ぶたにく かまぼこ		にんじん チンゲンサイ	キャベツ たまねぎ しょうが しめじ	でんぶん
13金	ひよこ豆と枝豆の中華サラダ		ひよこまめ			えだまめ きゅうり	さとう
	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ごはん
	ごぼう入りつくね(2個)		とりこ			たまねぎ ごぼう しょうが	
	里芋と豆腐のみそ汁		とうふ まめみそ		にんじん こまつな	たまねぎ はくさい	さといも
16月	海そうサラダ			かいそう		キャベツ どうもろこし	
	アーモンド入り小魚			こざかな(いわし)			アーモンド
	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ごはん
	さばの塩焼き		さば				
16月	高野豆腐のいり煮		とりこ はんぺん ごうやどうふ		にんじん さやいんげん	こんにゃく ごぼう	じゃがいも さとう
	もやしとほうれん草のお浸し		かつおぶし		ほうれんそう	もやし	さとう

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

	ごはん 牛乳		飲用牛乳			ごはん	
17 火	マーボー大根 焼きぎょうざ(2個) チンゲンサイのバンバンジーサラダ	ぶたにく とうふ まめみそ とりにく ぶたにく とりにく		ねぎ にら チンゲンサイ	だいこん たまねぎ しょうが にんにく ほししいたけ キャベツ たまねぎ きゅうり	さとう でんぶん ぎょうざのかわ こめあぶら ドレッシング	ごまあぶら
18 水	あんかけうどん (白玉うどん・汁) さつま芋のアーモンドがらめ 小松菜のおかかあえ	とりにく かまぼこ あぶらあげ かつおぶし	飲用牛乳	にんじん こまつな にんじん	はくさい しろねぎ さつまいも さとう さとう	しらたまうどん でんぶん さとう こめあぶら アーモンド	
19 木	ごはん さけバーグのもみじおろしかけ タイピーエン【熊本県】(うずら卵を除去) ざぜん豆【熊本県】	牛乳 さけ たらすりみ ぶたにく うずらたまご えび だいず	飲用牛乳	あおじそ にんじん にんじん チンゲンサイ こんぶ	たまねぎ れんこん だいこん はくさい たまねぎ ほししいたけ しょうが さとう	ごはん さとう はるさめ さとう	ごまあぶら
20 金	五穀ごはん 秋の恵みストロガノフ ポテトサラダ りんご	牛乳 ぶたにく	飲用牛乳			ごこくごはん	
				にんじん パセリ にんじん	たまねぎ にんにく マッシュルーム しめじ きゅうり りんご	バター デミグラスソース ハヤシルウ ドレッシング	
23 月	ごはん 生揚げのオイスターソースいため 野菜しゅうまい(2個) キャベツとほうれん草のナムル	牛乳 ぶたにく なまあげ たらすりみ	飲用牛乳	チンゲンサイ にんじん ねぎ にんじん ほうれんそう	たまねぎ たまねぎ とうもろこし エリンギ しめじ ひらたけ しょうが キャベツ しょうが	ごはん さとう でんぶん しゅうまいのかわ ごまあぶら	
24 火	ごはん さんまのおろし煮 キャベツたっぷり豆乳みそ汁 彩り野菜キンピラ	牛乳 さんま とりにく とうふ とうにゅう あわせみそ	飲用牛乳			ごはん	
				にんじん にんじん ピーマン ねぎ	だいこん キャベツ えのきたけ れんこん	さといも ごま ごまあぶら	
25 水	サンドイッチロールパン スラッピージョー 白身魚の香草焼き(ほうれん草入りオムレツの代替) じゃが芋のクリームスープ	牛乳 ぶたにく ホキ	飲用牛乳		たまねぎ たまねぎ キャベツ えだまめ	サンドイッチロールパン パンこ さとう 米油	
26 木	ごはん チーズミンチカツ 鶏じゃが にんじんサラダ	牛乳 ぶたにく とり はんぺん まぐろ	飲用牛乳	チーズ さやいんげん にんじん	たまねぎ ほししいたけ こんにゃく たまねぎ きゅうり とうもろこし	ごはん パンこ こむぎこ じゃがいも さとう さとう	こめあぶら だいいずあぶら こめあぶら
27 金	秋の香りくり混ぜごはん (麦ごはん・具) かわいいフライのレモン煮 里芋のみそ汁	牛乳 とりにく かわいい なまあげ あわせみそ	飲用牛乳	にんじん こまつな	しめじ えのきたけ ほししいたけ レモンかじゅう たまねぎ だいこん	むぎごはん くり さとう パンこ こむぎこ さとう さといも	
30 月	ごはん まぐろとレバーのケチャップあえ チンゲンサイと生揚げの中華煮 切り干しで中華サラダ	牛乳 とりレバー まぐろ ぶたにく なまあげ	飲用牛乳		しょうが はくさい もやし しめじ きりぼしだいこん きゅうり	ごはん でんぶん こめこ さとう でんぶん さとう ごま	こめあぶら ごまあぶら ごま
31 火	ごはん ハンバーグのきのこあんかけ 豚肉と大根のみそ煮 キャベツの昆布あえ	牛乳 ぶたにく とりにく ぶたにく まめみそ	飲用牛乳		たまねぎ えのきたけ しめじ エリンギ キャベツ	ごはん さとう さといも さとう	こめあぶら