

令和5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		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
2月	チキンピラフ (麦ご飯・具) 牛乳	鶏肉	飲用牛乳		玉ねぎ とうもろこし マッシュルーム にんにく	麦ご飯	米油
	白身魚香味フライ	ホキ		バジル パセリ		パン粉 小麦粉	米油
	ミネストローネ	ベーコン		にんじん トマト	枝豆 キャベツ 玉ねぎ	マカロニ じゃが芋 砂糖	
	角チーズ		チーズ				
3火	ご飯 牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	けんちんしのだ	豆腐 油揚げ たらすり身	ひじき	にんじん			
	[甘みそ]	甘みそ					
	じゃが芋のそぼろ煮	鶏肉 はんぺん		にんじん さやいんげん	玉ねぎ	じゃが芋 砂糖	
4水	しそきゅうり			赤じそ	きゅうり		
	野菜たっぷり海鮮タンメン (ラーメン・スープ) 牛乳	豚肉 えび いか	飲用牛乳	チンゲンサイ にんじん	白菜 もやし	ラーメン	
	コロッケ				玉ねぎ	じゃが芋 小麦粉 小麦粉	米油
	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
5木	ご飯 牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	生揚げと大根のいため煮	豚肉 生揚げ		小松菜 にんじん	大根	砂糖	米油
	じゃが芋のカレーきんぴら			ピーマン	玉ねぎ	じゃが芋 砂糖	米油
	みかん				みかん		
6金	ご飯 牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	鶏肉と根菜のみそ煮	鶏肉 豆みそ		にんじん さやいんげん	こんにゃく 大根 ごぼう れんこん しめじ	砂糖	
	ちくわのカレー揚げ	ちくわ				小麦粉	米油
	さつま芋のごまあえ					さつま芋 砂糖	ごま
10火	ご飯 牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	いわしの梅煮	いわし			梅肉		
	野菜と生揚げのつゆたく煮	鶏肉 生揚げ		小松菜 にんじん	たけのこ 玉ねぎ	じゃが芋	
	切り干し大根のごま酢あえ				切り干し大根 きゅうり	砂糖	ごま
11水	ナン 牛乳		飲用牛乳			ナン	
	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 しめじ えのきたけ にんにく		米油 カレールー
	かぼちゃコロッケ			かぼちゃ		パン粉 小麦粉	米油
	れんこんサラダ				れんこん キャベツ とうもろこし		ドレッシング
12木	ご飯 牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	いかフライ	いか				パン粉 小麦粉	米油
	[ソース]						
	たっぷりキャベツの中華煮	豚肉 かまぼこ		にんじん チンゲンサイ	キャベツ 玉ねぎ しょうが しめじ	でん粉	ごま油
13金	ひよこ豆と枝豆の中華サラダ	ひよこ豆			枝豆 きゅうり	砂糖	ごま ごま油
	ご飯 牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	ごぼう入りつくね(3個)	鶏肉			玉ねぎ ごぼう しょうが		
	里芋と豆腐のみそ汁	豆腐 豆みそ		にんじん 小松菜	玉ねぎ 白菜	里芋	
16月	海そうサラダ		海そう		キャベツ とうもろこし		
	【ヨーグルト】		ヨーグルト				
	ご飯 牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	さばの塩焼き	さば					
16月	高野豆腐のいり煮	鶏肉 はんぺん 高野豆腐		にんじん さやいんげん	こんにゃく ごぼう	じゃが芋 砂糖	
	もやしとほうれん草のお浸し	かつお節		ほうれん草	もやし	砂糖	

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

17 火	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	マーボー大根		豚肉 豆腐 豆みそ		ねぎ	大根 玉ねぎ しょうが にんにく 干しいたけ	砂糖 でん粉	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	ごま油
	チンゲンサイのパンパンジーサラダ		鶏肉		チンゲンサイ	きゅうり		米油 ドレッシング
18 水	あんかけうどん (白玉うどん・汁)	牛乳	鶏肉 かまぼこ 油揚げ	飲用牛乳	にんじん	白菜 白ねぎ	白玉うどん でん粉 砂糖	
	さつま芋のアーモンドがらめ						さつま芋 砂糖	米油 アーモンド
	小松菜のおかかあえ		かつお節		小松菜 にんじん	もやし	砂糖	
19 木	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	さけバーグのもみじおろしかけ		さけ たらすり身		青じそ にんじん	玉ねぎ れんこん 大根	砂糖	
	タイピーエン【熊本県】(うずら卵を除去)		豚肉 うずら卵 えび		にんじん チンゲンサイ	白菜 玉ねぎ 干しいたけ しょうが	はるさめ	ごま油
	ざぜん豆【熊本県】		大豆	昆布			砂糖	
20 金	五穀ご飯	牛乳		飲用牛乳			五穀ご飯	
	秋の恵みストロガノフ		豚肉	脱脂粉乳	にんじん パセリ	玉ねぎ にんにく マッシュルーム しめじ		バター デミグラスソース ハヤシルウ
	ポテトサラダ				にんじん	きゅうり	じゃが芋	ドレッシング
	りんご					りんご		
23 月	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	生揚げのオイスターソースいため		豚肉 生揚げ		チンゲンサイ にんじん ねぎ	玉ねぎ	砂糖 でん粉	ごま油
	野菜しゅうまい(3個)		たらすり身		にんじん	玉ねぎ どうもろこし エリンギ しめじ ひらたけ しょうが	しゅうまいの皮	
	キャベツとほうれん草のナムル				ほうれん草	キャベツ しょうが		ごま油
24 火	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	さんまのおろし煮		さんま			大根		
	キャベツたっぷり豆乳みそ汁		鶏肉 豆腐 豆乳 合わせみそ	わかめ	にんじん	キャベツ えのきたけ		
	彩り野菜キンピラ				にんじん ピーマン ねぎ	れんこん	里芋	ごま ごま油
25 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	
	スラッピージョー		豚肉			玉ねぎ	パン粉 砂糖	
	白身魚の香草焼き(ほうれん草入りオムレツの代替)		ホキ		バジル			米油
	じゃが芋のクリームスープ			脱脂粉乳 生クリーム 粉チーズ	にんじん	玉ねぎ キャベツ 枝豆	じゃが芋 マッシュポテト	
26 木	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	チーズミンチカツ		豚肉	チーズ		玉ねぎ	パン粉 小麦粉	米油
	鶏じゃが		鶏肉 はんぺん		さやいんげん	干しいたけ こんにゃく 玉ねぎ	じゃが芋 砂糖	
	にんじんサラダ		まぐろ		にんじん	きゅうり どうもろこし	砂糖	大豆油 米油
27 金	秋の香りくり混ぜご飯 (麦ご飯・具)	牛乳	鶏肉	飲用牛乳	にんじん	しめじ えのきたけ 干しいたけ	麦ご飯 くり 砂糖	
	かれいフライのレモン煮		かれい			レモン果汁	パン粉 小麦粉 砂糖	米油
	里芋のみそ汁		生揚げ 合わせみそ		小松菜	玉ねぎ 大根	里芋	
30 月	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	まぐろとレバーのケチャップあえ		鶏レバー まぐろ			しょうが	でん粉 米粉 砂糖	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 もやし しめじ	でん粉	ごま油
	切り干し中華サラダ					切り干し大根 きゅうり	砂糖	ごま
31 火	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	ハンバーグのきのこあんかけ		豚肉 鶏肉			玉ねぎ えのきたけ しめじ エリンギ	砂糖	米油
	豚肉と大根のみそ煮		豚肉 豆みそ		にんじん ねぎ	こんにゃく 大根	里芋 砂糖	
	キャベツの昆布あえ			昆布		キャベツ		ごま油