

# 令和5年 11 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
1 水	豚肉とトマトのスパゲティー (ソフトめん・ソース)	豚肉	飲用牛乳	トマト にんじん ピーマン	玉ねぎ しめじ	ソフトめん 砂糖	
	コロッケ				玉ねぎ	じゃが芋 小麦粉 パン粉	米油
	ブロッコリーのサラダ			ブロッコリー	キャベツ		
2 木	ご飯		飲用牛乳			ご飯	
	レバー入りつくね(2個)	鶏肉 鶏レバー			玉ねぎ しょうが		
	さつま芋のみそ汁	油揚げ 合わせみそ		ねぎ	玉ねぎ 白菜 えのきたけ	さつま芋	
	青菜の納豆あえ	納豆 かつお節		ほうれん草 にんじん		砂糖	
6 月	にんじんご飯 (麦ご飯・具)	鶏肉	飲用牛乳	にんじん	こんにやく 干しいたけ	麦ご飯 砂糖	
	さばの八丁みそ煮	さば 八丁みそ					
	すいとん汁	豆腐		小松菜	白菜 大根	すいとん	
7 火	ご飯		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	
8 水	りんご				りんご		
	黒ロールパン		飲用牛乳			黒ロールパン	
	いかフライのレモン煮	いか			レモン果汁	パン粉 小麦粉 砂糖	米油
	コーンスープ	ベーコン	牛乳	にんじん パセリ	玉ねぎ とうもろこし	じゃが芋	バター ポタージュの素
	海そうサラダ		海そう		キャベツ きゅうり		
【ガトーショコラ】					ガトーショコラ		
9 木	ご飯		飲用牛乳			ご飯	
	子持ちししゃもフライ(3個)		子持ちししゃも			パン粉 小麦粉	米油
	[ソース]						
	高野豆腐のいり煮	鶏肉 はんぺん 高野豆腐		にんじん	こんにやく 枝豆 ごぼう	じゃが芋 砂糖	
10 金	ほうれん草とツナのごまあえ	まぐろ		ほうれん草	キャベツ	砂糖	大豆油 ごま
	ご飯		飲用牛乳			ご飯	
	ビビンバの具	豚肉		ほうれん草	もやし にんにく 干しいたけ	砂糖	ごま ごま油
13 月	にんじんしゅうまい(3個)	たらすり身		にんじん	玉ねぎ	しゅうまいの皮	
	中華スープ	ベーコン 豆腐		チンゲンサイ ねぎ	白菜 とうもろこし えのきたけ	はるさめ	
	ご飯		飲用牛乳			ご飯	
14 火	若鶏の八丁みそ唐揚げ	鶏肉 八丁みそ			しょうが	でん粉	米油
	八杯汁	ちくわ 豆腐		にんじん ねぎ	大根 干しいたけ	里芋	
	キャベツとわかめの三杯酢		わかめ		キャベツ きゅうり	砂糖	
	ご飯		飲用牛乳			ご飯	
14 火	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
	刈谷市産大根のみそ煮	はんぺん 生揚げ 豆みそ		にんじん さやいんげん	こんにやく 刈谷市産大根	じゃが芋 砂糖	
	おかかあえ	まぐろ かつお節		ほうれん草	もやし	砂糖	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

15 水	芋川うどん (きしめん・汁)	牛乳	鶏肉 かまぼこ 油揚げ	飲用牛乳	にんじん 小松菜	大根 玉ねぎ 刈谷市産しいたけ	きしめん 砂糖 でん粉	
	レバー入りつくね(2個)(厚焼き卵の代替)		鶏肉 鶏レバー			玉ねぎ しょうが		
	刈谷市産里芋のサラダ					枝豆 とうもろこし	刈谷市産里芋	ドレッシング
16 木	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	ひきずり		鶏肉 かまぼこ 焼き豆腐		ほうれん草 にんじん ねぎ	こんにゃく 白菜	生ふ 砂糖	米油
	刈谷の里芋コロッケ					玉ねぎ	刈谷市産里芋 マッシュポテト パン粉 小麦粉	米油
	刈谷市産大豆の昆布豆		刈谷市産大豆	昆布		刈谷市産切り干し大根	砂糖	
	プチ蒲郡みかんゼリー						ゼリー	
17 金	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	ぶりの照り焼き(富山)		ぶり					米油
	キャベツたっぷり豆乳みそ汁		豆乳 合わせみそ		にんじん ねぎ	キャベツ こんにゃく 玉ねぎ	じゃが芋	
20 月	おすわい(富山)		油揚げ	ひじき	にんじん	大根	砂糖	
	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	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
	マーボー豆腐		豚肉 豆腐 豆みそ		にんじん ねぎ	玉ねぎ たけのこ しょうが にんにく	砂糖 でん粉	ごま油
	もやしときゅうりのナムル					もやし きゅうり		ごま油
【さつま芋とくりのタルト】						さつま芋とくりのタルト		
21 火	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	ハンバーグのおろしソース		豚肉 鶏肉			玉ねぎ 大根	砂糖	
	じゃが芋のみそ汁		鶏肉 豆腐 合わせみそ	わかめ	にんじん ねぎ	白菜	じゃが芋	
	ご飯がすすむ! きりぼし大根のカレーいため		まぐろ		にんじん	れんこん 刈谷市産切り干し大根	砂糖	大豆油 米油
22 水	ミルクロールパン	牛乳		飲用牛乳			ミルクロールパン	
	鶏肉の塩レモン焼き		鶏肉			レモン果汁		米油
	野菜と大豆のトマト煮		ポークウインナー 大豆		にんじん トマト	玉ねぎ	じゃが芋 砂糖	
	ブロッコリーともやしのごまサラダ				ブロッコリー	もやし とうもろこし		ごま ドレッシング
27 月	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	いわしの煮付け		いわし			しょうが		
	豚肉とじゃが芋のうま煮		豚肉 生揚げ		にんじん 小松菜	玉ねぎ	じゃが芋 砂糖	
	まめまめサラダ		大豆 ひよこ豆 青いんげん豆 赤いんげん豆			キャベツ とうもろこし		ドレッシング
28 火	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	豆腐のオイスターソースいため		豚肉 豆腐		チンゲンサイ にんじん	玉ねぎ	砂糖 でん粉	ごま油
	春巻き		豚肉		にんじん にら	キャベツ もやし エリンギ	春巻きの皮	米油
刈谷市産大根ときゅうりのナムル					刈谷市産大根 きゅうり しょうが		ごま油	
29 水	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	さけのみぞれ銀紙焼き		さけ			大根		
	筑前煮 みかん		鶏肉 生揚げ		にんじん さやいんげん	こんにゃく ごぼう たけのこ れんこん	刈谷市産里芋 砂糖	
30 木	金芽玄米ご飯	牛乳		飲用牛乳			金芽玄米ご飯	
	ひよこ豆のカレーシチュー		豚肉 ひよこ豆		にんじん 赤パプリカ	玉ねぎ エリンギ しょうが にんにく	じゃが芋	カレールー
	キャベツ入りメンチカツ(オムレツの代替)		牛肉 豚肉			キャベツ 玉ねぎ	パン粉 小麦粉	米油
	福神あえ					キャベツ 福神漬け		ごま