

# 令和5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 金	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	鶏肉とレバーの黒酢がらめ		鶏レバー 鶏肉			しょうが	でん粉 砂糖	米油
	なめこと生揚げのみそ汁		生揚げ 豆みそ		にんじん ねぎ	なめこ	里芋	
	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	
4 月	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	ちくわのカレー揚げ		ちくわ				小麦粉	米油
	野菜と鶏団子の塩ちゃんこ		鶏肉団子 豆腐 油揚げ		チンゲンサイ	大根 白菜 にんにく えのきたけ		ごま
	にんじんしりしり		まぐろ		にんじん	もやし		大豆油 米油
5 火	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	いわしの八丁みそ煮		いわし 八丁みそ		ねぎ			
	豆じゃが		豚肉 大豆		にんじん	枝豆 こんにやく 玉ねぎ	じゃが芋 砂糖	
	キャベツの赤じそあえ				赤じそ	キャベツ		
6 水	広東風ラーメン (ラーメン・スープ)	牛乳	豚肉 いか	飲用牛乳	チンゲンサイ にんじん	白菜	ラーメン でん粉	
	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
	刈谷市産ブロッコリーともやしの中華サラダ				刈谷市産ブロッコリー	もやし		ドレッシング
	角チーズ			チーズ				
7 木	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	豆腐の中華煮		豚肉 豆腐		にんじん ねぎ	切り干し大根 玉ねぎ にんにく	でん粉 砂糖	ごま油
	小松菜のナムル				小松菜	もやし		ごま ごま油
	みかん					みかん		
8 金	金芽玄米ご飯	牛乳		飲用牛乳			金芽玄米ご飯	
	いかフリッター(2個)(ほうれん草入りオム レツの代替)		いか	おきあみ あおさ			小麦粉	大豆油 米油
	玉ねぎたっぷりきのこハヤシ		豚肉 豚レバー	脱脂粉乳	トマト パセリ	玉ねぎ しめじ		バター デミグラスソース ハヤシルウ
	豆っこサラダ		大豆		にんじん	ごぼう キャベツ		ドレッシング
11 月	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	たらのみそマヨ銀紙焼き		たら 米みそ				砂糖	ドレッシング
	ほっぺたころりん みりん煮込み!		鶏肉		にんじん さやいんげん	こんにやく ごぼう たけのこ れんこん		
	海そうサラダ			海そう		キャベツ とうもろこし		
12 火	わかめご飯	牛乳		わかめ 飲用牛乳			ご飯	
	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
	豚汁		豚肉 豆腐 油揚げ 豆みそ 米みそ		にんじん ねぎ	こんにやく 大根 ごぼう	里芋	
	アーモンドあえ 【マンゴープリン】				にんじん ほうれん草	もやし	砂糖	アーモンド マンゴープリン
13 水	きつねカレーうどん (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 ねぎ	玉ねぎ	白玉うどん でん粉	カレールウ
	刈谷市産大豆のコロッケ		刈谷市産大豆 豚肉		にんじん		じゃが芋 マッシュポテ パン粉 米粉 小麦粉	米油
	切り干し大根とひじきのツナあえ		まぐろ	ひじき		切り干し大根 キャベツ もやし	砂糖	大豆油
	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
14 木	ぶりのたまりしょうゆ漬け		ぶり					米油
	めった汁(石川県)		豚肉 豆腐 こうじみそ 米みそ		にんじん ねぎ	こんにやく れんこん しめじ	さつま芋	
	あいませ(石川県)		油揚げ 打ち豆		にんじん	大根 ごぼう	砂糖	米油

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 金	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	わかさぎの唐揚げ			わかさぎ			でん粉 米粉	米油
	みそ煮込みおでん(うずら卵を除去)	うずら卵 ちくわ 生揚げ 豆みそ			にんじん	こんにゃく 大根	砂糖	
	刈谷市産白菜とチンゲンサイの昆布あえ			昆布	チンゲンサイ	刈谷市産白菜		ごま油
18 月	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	生揚げと白菜のマーボー	豚肉 生揚げ 豆みそ			にんじん いら	白菜 もやし しょうが にんにく 干ししいたけ	はるさめ 砂糖 でん粉	ごま油
	さつま芋の甘辛がらめ						さつま芋 砂糖	米油
	刈谷市産大根のバンバンジーサラダ	鶏肉			ほうれん草	刈谷市産大根		米油 ドレッシング
19 火	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	さばの竜田揚げ	さば					でん粉	米油
	豆乳かぼちゃ汁	油揚げ 豆乳 合わせみそ			かぼちゃ にんじん 小松菜	大根		
	刈谷市産白菜のゆず香あえ				にんじん	刈谷市産白菜 ゆずの皮 ゆず果汁	はちみつ 砂糖	
20 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	
	刈谷市産キャベツたっぷりシーフード焼きそば	いか ちくわ			にんじん チンゲンサイ	刈谷市産キャベツ しょうが	中華そば	米油
	肉団子の甘辛煮(2個)	鶏肉 豚肉 牛肉				玉ねぎ	砂糖 りんごジュース	
	フルーツのりんごゼリーあえ					パイナップル みかん	りんごゼリー	
21 木	チキンライス (麦ご飯・具)	鶏肉		飲用牛乳	にんじん	玉ねぎ 枝豆 とうもろこし	麦ご飯	バター
	根菜のコンソメスープ	ベーコン			にんじん 小松菜	大根 玉ねぎ	じゃが芋	
	刈谷市産カリフラワーとキャベツのツナサラダ	まぐろ				刈谷市産カリフラワー キャベツ		大豆油 ドレッシング
	【カップケーキ】						カップケーキ	