



学校給食予定献立表



平成30年度 第531号

だて歴史の杜食育センター

月		火		水		木		金																																									
献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名																																								
塩分・脂質平均栄養価は 1杯分-Kcal 塩分g 脂質g 低学年 633 2.4 21.5 中学年 669 2.5 22.1 高学年 704 2.7 22.7 中学生 780 3.0 24.4			●牛乳は毎日つきます。 ●食器は定数どおり入れ、上向きにしてコンテナに入れてください。 ●お玉、トング、ごはんへらは食具専用かこの中に入れてください。 ●スプーンはメニューに合わせてつきます。同じ方向に入れて止め、スプーン専用かごに入れてください。 ●はしは毎日持参してください。 ●都合により献立の一部が変更される場合があります。 ※材料上段数字は、エネルギー (Kcal)、下がたんぱく質です。 ※お魚には骨が付いている場合もあります。ささらないように取り除くなど注意して食べましょう。		11月分の 給食費口座振替日は、 11月30日(金)になります。 ※残高不足にご注意ください。			1 コッパン キャベツのスープ ビーフコロッケ マカロニサラダ	(低)703 (中)712 (高)722 (中学)818 低25.0 中25.7 高26.1 中学29.5 キハバ、人参、玉葱、しめじ水煮、オリーブオイル、しょうゆ、マヨネーズ、コン(原材料の一部に豚肉を含む)ウイン(原材料の一部に鶏肉、豚肉を含む)、にんにく、オリーブオイル、食塩、こしょう、パセリ ジャがいも、牛蒡、玉葱、乾燥マッシュポテト、砂糖、大豆油、しょうゆ、食塩、香辛料、パン粉、米粉、小麦粉、水 マカロニ、キハバ、玉葱、人参、コーン、まぐろ水煮(まぐろ、食塩)ノンメグマヨネーズ、食塩、こしょう	2 ごはん 中華スープ ひじき餃子 豚肉の野菜炒め	(低)647 (中)689 (高)729 (中学)778 低25.0 中25.9 高26.9 中学28.4 キハバ(原材料の一部に大豆、小麦、豚肉を含む)、人参、もやし、長ねぎ、わかめ、白ごま、食塩、こしょう、しょうゆ、マヨネーズ(原材料の一部に小麦、大豆、豚肉、鶏肉、魚介類、ごまを含む)、しょうゆ 豚肉、キハバ、ひじき、豚脂、鶏肉、長ねぎ、でん粉、ごま油、砂糖、しょうゆ、生姜、椎茸、お好み焼き、食塩、かつおだし、こしょう、小麦粉、水 味付け豚肉(原材料の一部に豚肉、大豆、小麦、りんご、ごまを含む)、キハバ、人参、青ピーマン、厚揚げ、にんにく、生姜、清酒、こしょう、オリーブオイル、醤油(原材料の一部に小麦、大豆、りんごを含む)	5 ごはん 味噌おでん 豆腐ハンバーグ (小袋ソース) こんにゃくのポン酢和え	(低)598 (中)647 (高)693 (中学)746 低20.2 中21.5 高22.4 中学24.0 ジャがいも、板こんにゃく、人参、大根、ミニ野菜揚げ(原材料の一部に大豆を含む)焼き豆腐、三温糖、みりん、みそ、しょうゆ 鶏肉、豆腐、豚脂、玉ねぎ、パン粉、人参、豚肉、ひじき、でん粉(でん粉)、砂糖、食塩、香辛料 柚子香りこんにゃく(原材料の一部に小麦、大豆を含む)、きゅうり、ポン酢(原材料の一部に小麦、大豆、さばを含む)	6 ごはん ワンタンスープ 麻婆なす もやしナムル	(低)563 (中)607 (高)651 (中学)705 低21.9 中22.7 高23.6 中学25.2 たんぱく肉ワンタン(原材料の一部に小麦、卵、大豆、豚肉を含む)、人参、長ねぎ、もやし、鶏ガラスープ、生姜、みりん、食塩、こしょう 塩ラーメンスープ(原材料の一部に鶏肉、豚肉、小麦、大豆、ごまを含む) なす、豚ひき肉、長ねぎ、人参、ごま油、にんにく、生姜、麻婆豆腐の素(原材料の一部に小麦、大豆、鶏肉、豚肉を含む) もやし、きゅうり、ささみ水煮(ささみ、食塩、重曹)中華ドレッシング(原材料の一部に小麦、大豆、りんご、ごま、鶏肉を含む)	7 茹でうどん 肉うどん 大学いも	(低)626 (中)641 (高)655 (中学)724 低21.7 中22.6 高23.6 中学26.8 豚肉、人参、長ねぎ、刻み揚げ、もやし、カットわかめ、白ごま、清酒、みりん、関西風だし(原材料の一部に小麦、大豆を含む)、食塩 さつまいも、白ごま、大学芋用たれ(原材料の一部に小麦、大豆を含む)	8 スライスパン グラタン風煮 ハーブチキン キャベツとツナのサラダ	(低)732 (中)756 (高)777 (中学)877 低29.4 中29.8 高30.6 中学33.6 マカロニ、人参、玉葱、コン、ウイン(原材料の一部に鶏肉、豚肉、大豆を含む)、生クリーム、チーズ、牛乳、シチュー、ベジタブルソース、こしょう 鶏肉、砂糖、液体塩こうじ、食塩、植物油、酢、香辛料、たんぱく加水分解物、加工でんぷん、重曹 キャベツ、まぐろ水煮(まぐろ、食塩)、人参、玉葱ドレッシング(原材料の一部に小麦、大豆を含む)	9 麦入りごはん ポークカレー (乳アレルギー対応) ヨーグルト和え	(低)634 (中)691 (高)747 (中学)839 低19.7 中21.1 高22.8 中学25.3 豚肉、ライスポテト、玉葱、人参、大豆乳クリーム、にんにく、カレールウ、赤ワイン、ウスターソース、トマトピューレ、フライドオニオン、チキンコンソメ、食塩、しょうゆ みかん缶、ノボ缶、りんご缶、ヨーグルト、上白糖、カクテルゼリー(原材料の一部にりんご、もも、大豆を含む)	12 ごはん けんちん汁 ぶりフライ 海藻サラダ	(低)649 (中)696 (高)743 (中学)799 低22.9 中24.2 高25.4 中学27.2 里芋、つきこんにゃく、長ねぎ、人参、豆腐、ごぼう、鶏肉、刻み揚げ、みりん、しょうゆ、かつおだし ぶり、パン粉(小麦粉、ショートニング、イースト)、砂糖、食塩、乳化剤、(イースト)、バクテリオン(でん粉)、植物性たんぱく質、植物性油脂、食塩、おとう糖、クアターゲル、こしょう きゅうり、人参、海藻ミックス(ひじき、茎わかめ、ぶどう糖、昆布)、和風ドレッシング(原材料の一部に小麦、大豆、りんごを含む)	13 ごはん ちゃんこ鍋風 若鶏のしそ天ぷら なめたけ和え	(低)685 (中)736 (高)783 (中学)853 低24.9 中26.4 高27.9 中学30.7 豚肉、白菜、しらたき、刻み揚げ、しめじ水煮、長ねぎ、鶏肉、豆腐(原材料の一部に鶏肉、豚肉、小麦、大豆を含む)、ごぼう、清酒、みりん、だし、かつおだし、しょうゆ、味噌、オリーブオイル(原材料の一部に小麦、大豆、ごまを含む) 鶏肉、小麦粉、植物油、大豆油、食塩、でん粉、しょうゆ、卵白、しそ、香辛料、砂糖、みりん、大豆粉、全卵粉、揚げ油(原材料の一部に鶏肉、小麦、大豆、卵を含む) ほうれん草、もやし、焼きちくわ(原材料の一部にえび、かに、小麦、大豆、豚肉を含む)、しょうゆ、なめ茸(原材料の一部に小麦、大豆を含む)	14 茹でラーメン しょうゆラーメン アメリカンドッグ (小)2ヶ (中)3ヶ (小袋ケチャップ)	(低)571 (中)579 (高)588 (中学)702 低26.1 中27.1 高28.0 中学32.6 キハバ(原材料の一部に大豆、小麦、豚肉を含む)、もやし、長ねぎ、なるとう、オリーブオイル(原材料の一部に小麦を含む)、かつおだし、チキンスープ、こしょう、しょうゆ、マヨネーズ(原材料の一部に小麦、大豆、豚肉、鶏肉、魚介類、ごまを含む) 小麦粉、魚肉すり身、揚げ油(パーム油)、砂糖、でん粉、パン粉、植物油、粉末状植物性たんぱく質、ベークパウダー、食塩、こしょう、かつおだし、醸造酢、酵母エキス	15 コッパン スープラビオリ キーマカレー風 コロッケ コーンソテー	(低)615 (中)623 (高)632 (中学)724 低20.7 中21.1 高21.4 中学24.4 ボーケレビ(原材料の一部に小麦、豚肉を含む)、ショウガペースト(原材料の一部に豚肉を含む)、キハバ、人参、玉葱、ジャがいも、にんにく、白ワイン、パセリ、オリーブオイル、しょうゆ、マヨネーズ、食塩、こしょう 植物性たんぱく質、玉葱、人参、小麦粉、ショートニング、豚肉、りんご、オリーブオイル、でん粉、還元水あめ、植物油、水、おとう糖、クアターゲル、砂糖、食塩、かつおだし、オリーブオイル、肉、肉、香辛料 人参、とうもろこし、えんどう豆、バター、しょうゆ、食塩、こしょう、サラダ油	16 ごはん 大根と油揚げの味噌汁 ツナそぼろ 糸かまサラダ	(低)661 (中)706 (高)749 (中学)804 低27.0 中28.3 高29.4 中学31.2 豚肉、大根、刻み揚げ、長ねぎ、カットわかめ、かつおだし、みそ ツナ油漬(原材料の一部に大豆を含む)、人参、ごぼう、生姜、白ごま、三温糖、みりん、清酒、ノンメグマヨネーズ、食塩、こしょう キハバ、きゅうり、糸かま(こちら、昆布エキス、かつおだし、でん粉、みりん、食塩、砂糖、酵母エキス、加工でん粉)、梅干、梅干ドレッシング(原材料の一部に小麦、大豆、ごま、豚肉、鶏肉、オリーブを含む)	19 ごはん ごま味噌汁 さんまの削り節煮 ごぼうのマヨ和え	(低)578 (中)633 (高)687 (中学)760 低20.4 中21.9 高23.4 中学26.1 豚肉、大根、人参、長ねぎ、刻み揚げ、白ごま、練りごま、豆腐、かつおだし、みそ さんま、砂糖、しょうゆ、みりん、混合削り節、コンソメ、昆布エキス、和風だし、水(原材料の一部に大豆、小麦、さばを含む) きゅうり、ごぼう、人参、糸かま(こちら、昆布エキス、かつおだし、でん粉、みりん、食塩、砂糖、酵母エキス、加工でん粉)、ノンメグマヨネーズ、食塩、こしょう	20 麦入りごはん ハッシュドポーク りんご	(低)603 (中)662 (高)717 (中学)792 低20.0 中21.4 高22.9 中学25.3 豚肉、玉葱、人参、しめじ水煮、バター、にんにく、赤ワイン、ウスターソース、トマトケチャップ、パン粉(原材料の一部に小麦を含む)、デパートケチャップ(原材料の一部に豚肉、小麦、乳、バナナ、大豆、りんご、鶏肉を含む) 壮瞥産りんご	21 ごはん 中華丼 人参入りしゅうまい (小)1ヶ (中)2ヶ	(低)545 (中)594 (高)661 (中学)750 低25.7 中27.6 高34.3 中学34.7 豚肉、むぎ麦、花衣、うずら卵、たけのこ、玉葱、人参、白菜、生姜、鶏ガラスープ、オリーブオイル、清酒、こしょう、オリーブオイル、塩ラーメン(原材料の一部に豚肉、鶏肉、りんご、小麦、大豆を含む) 玉葱、魚肉すり身、人参、豚脂、でん粉、水、砂糖、食塩、ごま油、こしょう、小麦粉	22 スライスパン きのごしチュー おみやぎ 網焼ハンバーグ コールスローコーンサラダ	(低)767 (中)794 (高)817 (中学)931 低28.2 中28.9 高29.7 中学33.1 しめじ水煮、まいたけ水煮、玉葱、人参、ショウガペースト(原材料の一部に豚肉を含む)、コン、オリーブオイル、バター、牛乳、生クリーム、チーズ、ノンメグマヨネーズ、シチュー、食塩、こしょう 鶏肉、玉葱、ペースト状植物性たんぱく質、パン粉、豚脂、粒状植物性たんぱく質、マーガリン、しょうゆ、牛肉エキス、食塩、オリーブオイル、オリーブオイル、生姜、砂糖、香辛料、ぶどう糖、乾燥卵白、水あめ、清酒、オリーブオイル キハバ、きゅうり、コーン、柑橘ドレッシング	26 ごはん こん菜汁 めぐみ鶏チキン電田揚げ	(低)613 (中)656 (高)700 (中学)750 低22.9 中24.1 高25.1 中学26.8 鶏肉、大根、人参、ごぼう、つきこんにゃく、長ねぎ、刻み揚げ、みりん、かつおだし、しょうゆ 鶏肉、還元水あめ、しょうゆ、しょうゆのみ、食塩、酵母エキス、香辛料、でん粉、小麦粉、米粉、粉末状植物性たんぱく質、香辛料、植物油、揚げ油(なたね油、パーム油)	27 ごはん 五色煮 さんまの生姜煮	(低)612 (中)662 (高)711 (中学)774 低27.2 中28.8 高30.3 中学32.8 さつまいも、つきこんにゃく、たけのこ、人参、さやいんげん、豚肉、ミニ野菜揚げ(原材料の一部に大豆を含む)、三温糖、清酒、かつおだし、しょうゆ さんま、水あめ、生姜、しょうゆ、砂糖、醤油調味料、増粘剤、アミノ酸 大根、きゅうり、コン、まぐろ水煮(まぐろ、食塩)、青じそドレッシング(原材料の一部に小麦、大豆、りんご、豚肉を含む)	28 茹でスパゲティ 岩のりクリーム スパゲティ ハッシュポテト (小袋ケチャップ)	(低)649 (中)668 (高)684 (中学)743 低26.4 中27.3 高28.4 中学31.5 鶏肉、玉葱、コン、しめじ水煮、いわのり、ショウガペースト(原材料の一部に豚肉を含む)、バター、牛乳、チーズ、白ワイン、チキンコンソメ、ベジタブルソース、オリーブオイル、食塩、こしょう 馬鈴薯、玉葱、米粉、食塩、揚げ油	29 コッパン チキンとマカロニのスープ サラダステーキ ミニトマト 2ヶ	(低)541 (中)551 (高)559 (中学)651 低24.3 中24.9 高25.6 中学29.5 キハバ、人参、玉葱、7A7Bハッシュマカロニ、ミックスベジタブル(大豆、いんげんまめ)、鶏肉、バター、オリーブオイル、にんにく、チキンコンソメ、オリーブオイル、食塩、こしょう キハバ、玉葱、人参、7A7Bハッシュマカロニ、植物油、粒状大豆たんぱく質、粉末状大豆たんぱく質、食塩、でん粉、魚介エキス、酵母エキス、香辛料 ミニトマト	30 ごはん じゃがベーコン ソフトイカフライ 2ヶ ブロッコリーサラダ	(低)692 (中)744 (高)789 (中学)857 低25.3 中26.2 高27.1 中学29.4 ジャがいも、玉葱、人参、ベーコン(原材料の一部に卵、乳、豚肉、大豆を含む)、さやいんげん、三温糖、みりん、清酒、かつおだし、しょうゆ いかに、小麦粉、7A7Bハッシュマカロニ、粉末状植物性たんぱく質、食塩、全卵、重曹、含有物、たんぱく加水分解物、香辛料、植物油 ブロッコリー、まぐろ水煮(まぐろ、食塩)、コーンクリームドレッシング



給食費口座振替日