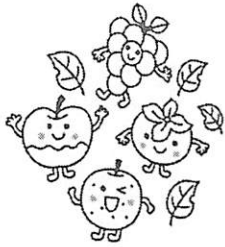


10月分予定献立表

10月



月

	火	水	木	金
	1	2	3	4
	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳
	ごはん	ごはん	パン	マーボーどん
	キャベツとあつあげのために	※つくだに(まぐるこんぶ)	パンネのポロネーゼ	○みそ さとう ○ぶたにく しょうゆ ○どりにく トウバンジャン ○とうふ デンメンジャン ★たまねぎ ちゅうかだし ★にんじん かたくりこ ★ながねぎ ★しょうが
	ちくわのいそべあげ	※あげだしどうふ(わふうあんかけ)	ツナサラダ	フルーツポンチ
	○ちくわ ちくわ ○あおのり	○※あげだしどうふ さとう ★ねぎ さけ ★しょうが みりん ★しょうゆ かたくりこ	○ツナ す ★きりぼしだいこん しょうゆ ★キャベツ さとう ★きゅうり しお	○ゼリー ★パイ ○かんてん ★みかん ★もも
	611kcal	640kcal	617kcal	670kcal
7	8	9	10	11
○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	※ジョア
パン	ごはん	ひじきいりそぼろどん	パン	※たまごふりかけ
ワンタン	じゃがいものなんぼんに	○ごはん ★にんじん ○どりにく ★しょうが ○ぶたにく しょうゆ ○たまご さけ ○ひじき みりん ○こうちどうふ さとう ★いんげん	カレーシチュー	みそけんちんじる
○ぶたにく ★デンゲンサイ ★しいだけ ○どりにく ★しょうが ★たまねぎ □ごまあぶら ★キャベツ ちゅうかだし ★もやし しょうゆ ★にんじん	○じゃがいも ★ごぼう ○どりにく ○みそ ○ぶたにく しょうゆ ○あつあげ さとう ★たまねぎ みりん ★にんじん トウバンジャン ★こんにゃく しちみとうがらし	うめおかかえ	★キャベツ す ★きゅうり さとう ★コーン しょうゆ □ごま しお	★だいこん ★クレソン ★たまねぎ ○とうふ ★こんにゃく ○みそ ★にんじん だしパック ★ごぼう
※チキンカツ	※かにたま	★キャベツ うめ ★だいこん ○かつおぶし ★きゅうり しょうゆ ★にんじん さとう	さばのねぎしおこうじだれ	○さば みりん ★ながねぎ さとう しおこうじ さけ しょうゆ かたくりこ
※とんかつソースクラス1ぼん	○かにたま す さとう かたくりこ しょうゆ □ごまあぶら			
649kcal	663kcal	695kcal	609kcal	642kcal
14	15	16	17	18
○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳
パン	ごはん	ごはん	パン	ごはん
体育の日	あきやさいのたきあわせ	※かつおふりかけ	ケチャップに	ぶたみそに
	○どりにく ★ごぼう ○こうちどうふ ★いんげん □さといも しょうゆ ★だいこん みりん ★こんにゃく さけ ★にんじん さとう	なめこじる	○どりにく ケチャップ □じゃがいも トマトピューレ □マカロニ しょうゆ ★たまねぎ ウスターソース ★にんじん デミグラスソース ★しめじ コンソメ ★ガーリック さとう	○ぶたにく □ふ ★たまねぎ ○みそ ★にんじん しょうゆ ★きりぼしだいこん さとう ★もやし みりん ★こんにゃく さけ ★ながねぎ □ごまあぶら ★しょうが
	※いそのかおひフライ	※きゅうにくコロツケ	はるさめサラダ	さつまいもサラダ
			○はるさめ さとう ○ハム しょうゆ ★きゅうり しお ★コーン □ごまあぶら す	○さつまいも ★きゅうり ○ハム ★にんじん
	624kcal	711kcal	663kcal	679kcal
21	22	23	24	25
○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳	○牛乳
パン	即位礼正殿の儀	カレーライス	こくとうパン	※わかめごはん
※りんごジャム	30日(水)のうめぼしは、 けんしよいけいっかん 県食育月間の 「うめぼしで元氣!!」 キャンペーン! でいただいた わなやまけんさん 和歌山県産のうめぼしです。	○ごはん ★にんじん ○じゃがいも カレールウ ○どりにく ウスターソース ★たまねぎ コンソメ	チャプスイ	とうふとごまつなのみそしる
ミネストローネ		きりぼしだいこんのサラダ	○ぶたにく ★いんげん ★チンゲンサイ ★しいだけ ★たまねぎ ★しょうが ★はくさい ちゅうかだし ★にんじん しょうゆ ★クレソン かたくりこ	★ごまつな ○とうふ ★たまねぎ ○あぶらあげ ★にんじん ○みそ □ふ だしパック
※マヨたまハムカツ		○※きゅうにくコロツケ	※カレーポテはるまき	※ハンバーグ(ちゅうかあんかけ)
			○※ハンバーグ しょうゆ ★たまねぎ さとう ★えのきたけ す ★ピーマン ちゅうかだし ケチャップ かたくりこ	
685kcal		695kcal	712kcal	662kcal
28	29	30	31	
○牛乳	○牛乳	○牛乳	※ヨーグルト	
パン	ごはん	ごはん	パン	
※マーシャルピンズ	にくどうふ	※うめぼし	マカロニクリームシチュー	
たんたんビーフンスープ	○ぶたにく ★こんにゃく ○どりにく ★えのきたけ ○とうふ しょうゆ □ふ さとう ★にんじん さけ ★たまねぎ みりん ★ねぎ	さつまじる	○どりにく ★にんじん □マカロニ ○きゅうりゆう ★たまねぎ クリームシチュール ★はくさい コンソメ ★チンゲンサイ	
○ビーフン ★しいだけ ○どりにく ★しょうが ○ぶたにく ○みそ ★チンゲンサイ □ねりごま ★もやし ちゅうかだし ★たまねぎ みりん ★キャベツ しお ★にんじん トウバンジャン ★ながねぎ □ごまあぶら	うめすからあげ(2こ)	いわしのこんさいあんかけ	ブロッコリーのサラダ	
○※エビミックスフライ	○どりにく さけ うめず かたくりこ しょうゆ	○いわし しょうゆ ★ごぼう みりん ★にんじん さとう ★くろあわびたけ さけ ★ねぎ かたくりこ ★しょうが	★ブロッコリー す ★キャベツ さとう ★だいこん しょうゆ ★コーン しお	
736kcal	745kcal	602kcal	560kcal	



○・・き (ねつやちからのもとになる) ○・・あか (ち、にく、ほねをつくる) ★・・みどり (からだのちょうしをとのえる)

* 材料の都合により、献立を変更する場合があります。
 * 10月分の給食費引き落としは、11月11日(月)になりますので、よろしくお願ひします。
 * 未納の方については、和歌山簡易裁判所に支払督促申立を行いますので、ご注意ください。

日	曜	献立名	
1	火	ごはん キャベツと厚揚げの炒め煮 ちくわの磯辺揚げ	牛乳 キャベツと厚揚げの炒め煮【豚 厚揚げ(大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 ごま)】 ちくわの磯辺揚げ【ちくわ(無) 調味料(小麦)】
2	水	ごはん まぐる昆布 豚汁 揚げだし豆腐(和風あんかけ)	牛乳 まぐる昆布(小麦 大豆) 豚汁【豚 油揚げ(大豆) 調味料(大豆 さば)】 揚げだし豆腐【揚げだし豆腐(大豆 ゼラチン 小麦) 調味料(小麦 大豆)】
3	木	パン ペンのポロネーゼ ツナサラダ	牛乳 パン(小麦 大豆 乳) ペンのポロネーゼ【ペンネ(小麦) 鶏 豚 粉チーズ(乳) 調味料(小麦 大豆 牛 豚 鶏)】 ツナサラダ【ツナ(大豆) 調味料(小麦 大豆)】
4	金	マーボー丼 フルーツポンチ	牛乳 マーボー丼【鶏 豚 豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 ごま)】 フルーツポンチ【ゼリー(りんご) もも】
7	月	パン ワントンスープ チキンカツ(とんかつソースクラス1本)	牛乳 パン(小麦 大豆 乳) ワントンスープ【ワントン(小麦) 鶏 豚 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 ごま)】 チキンカツ【小麦 乳 大豆 鶏 とんかつソース(りんご 大豆)】
8	火	ごはん じゃがいもの南蛮煮 かに玉	牛乳 じゃがいもの南蛮煮【鶏 豚 厚揚げ(大豆) 調味料(ごま 小麦 大豆)】 かに玉【かに玉(卵 かに えび 小麦 大豆) 調味料(小麦 大豆 ごま)】
9	水	ひじき入りそぼろ丼 梅おかかあえ	牛乳 ひじき入りそぼろ丼【鶏 豚 卵 高野豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆)】 梅おかかあえ【調味料(小麦 大豆)】
10	木	パン カレーシチュー サワーキャベツ	牛乳 パン(小麦 大豆 乳) カレーシチュー【鶏 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)】 サワーキャベツ【ごま 調味料(小麦 大豆)】
11	金	ごはん たまごふりかけ みそけんちん汁 さばのねぎ塩こうじだれ	ジョア たまごふりかけ【ごま 小麦 大豆 乳 卵】 ジョア(乳) みそけんちん汁【豆腐(大豆) 調味料(大豆 さば)】 さばのねぎ塩こうじだれ【さば 調味料(小麦 大豆)】
15	火	ごはん 秋野菜の炊き合わせ 磯の香フライ	牛乳 秋野菜の炊き合わせ【鶏 高野豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆)】 磯の香フライ【いか 大豆 卵 乳 小麦】
16	水	ごはん かつおふりかけ なめこ汁 牛肉コロッケ	牛乳 かつおふりかけ【ごま 乳 小麦 大豆 さば】 なめこ汁【油揚げ(大豆) 豆腐(大豆) 調味料(大豆 さば)】 牛肉コロッケ【大豆 牛 小麦 乳】
17	木	パン ケチャップ煮 春雨サラダ	牛乳 パン(小麦 大豆 乳) ケチャップ煮【鶏 マカロニ(小麦) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 牛)】 春雨サラダ【ハム(卵 乳 豚 大豆) 調味料(小麦 大豆 ごま)】
18	金	ごはん 豚味噌煮 さつまいもサラダ(マヨネーズクラス1本)	牛乳 豚味噌煮【豚 麩(小麦) 調味料(小麦 大豆 ごま)】 さつまいもサラダ【ハム(卵 乳 豚 大豆)】 マヨネーズ【卵 大豆 りんご】
21	月	パン りんごジャム ミネストローネ マヨたまハムカツ	牛乳 パン(小麦 大豆 乳) りんごジャム(りんご) ミネストローネ【ベーコン(卵 乳 豚 大豆) マカロニ(小麦) 大豆 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)】 マヨたまハムカツ【卵 乳 小麦 大豆 鶏 豚 りんご ゼラチン】
23	水	カレーライス 切干し大根のサラダ	牛乳 カレーライス【鶏 調味料(小麦 大豆 豚 鶏)】 切干し大根のサラダ【ツナ(大豆) 調味料(小麦 大豆 ごま)】
24	木	黒糖パン チャプスイ カレーポテト春巻	牛乳 黒糖パン(小麦 大豆 乳) チャプスイ【豚 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 ごま)】 カレーポテト春巻【小麦 乳 大豆 鶏 バナナ 豚】
25	金	わかめごはん 豆腐と小松菜のみそ汁 ハンバーグ(中華あんかけ)	牛乳 わかめごはん(無) 豆腐と小松菜のみそ汁【豆腐(大豆) 油揚げ(大豆) 麩(小麦) 調味料(大豆 さば)】 ハンバーグ【ハンバーグ(鶏 豚 大豆 小麦) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 ごま)】
28	月	パン マーシャルピンズ 坦々ビーフンスープ エビミックスフライ	牛乳 パン(小麦 大豆 乳) マーシャルピンズ(大豆 乳) 坦々ビーフンスープ【鶏 豚 ごま 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 ごま)】 エビミックスフライ【えび 豚 卵 小麦 大豆 乳】
29	火	ごはん 肉豆腐 梅酢から揚げ(2個)	牛乳 肉豆腐【鶏 豚 麩(小麦) 豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆)】 梅酢から揚げ【鶏 調味料(小麦 大豆)】
30	水	ごはん 梅干し さつま汁 いわしの根菜あんかけ	牛乳 梅干し(無) さつま汁【調味料(大豆 さば)】 いわしの根菜あんかけ【調味料(小麦 大豆)】
31	木	パン マカロニクリームシチュー ブロッコリーのサラダ	ヨーグルト パン(小麦 大豆 乳) ヨーグルト(乳 ゼラチン) マカロニクリームシチュー【鶏 マカロニ(小麦) 牛乳(乳) 調味料(乳 小麦 大豆 鶏 豚)】 ブロッコリーのサラダ【調味料(小麦 大豆)】

アレルギー物質を含む食品の表示(対象原材料27品目)を基本に表示しています。

卵 乳 小麦 そば 落花生 あわび いか いくら えび オレンジ かに キウイ 牛肉 くるみ

さけ さば 大豆 鶏肉 豚肉 まつたけ もも やまいも りんご ゼラチン バナナ ごま カシューナッツ

* 牛乳は、アレルギー物質ですが常時使用していますので、表示をしていません。

* (無)・・・対象原材料27品目が食品に含まれていないことを意味します。

* コンタミネーション(原材料としては使用されていなくても、製造工程で混入するおそれがある場合や、わかめ等の海藻類に混入している場合等)については記載しておりません。

コンタミネーションについて詳しくお知りになりたい方は、各学校へお問い合わせください。

* 一部 商品名を載せています。