

11月分予定献立表

11がつ22にちは、わかやまけん「ふるさとたんじょうび」です。
わかやまけんがたんじょうし、ことして151さいをむかえます。
16にち、とくさんひんをつかった「ふるさとメニュー」をします。このきかいに、「ふるさとわかやま」をみつめなおしてみませんか。

月

| 火 | 水 | 木 | 金 | |
|---|---|--|--|--|
| 1 | 2 | 3 | 4 | |
| <p>○牛乳</p> <p>□げんりょうパン</p> <p>やきそば □ やきそばめん ☆ にんじん ○ ふたにく ☆ たまねぎ ○ ちくわ さけ ☆ キャバツ</p> <p>こんにゃくかいそうのサラダ ○ かいそう ☆ こんにゃく ☆ きゅうり しぞドレッシング ☆ コーン</p> <p>☆ みかん</p> <p>630kcal</p> | <p>○※ジョア</p> <p>□ごはん</p> <p>こうやどうふのふくめに ○ ふたにく ☆ こんにゃく ○ こうやどうふ □ じゃがいも ○ ひらてん さとう ☆ にんじん しょうゆ ☆ いんげん みりん ☆ だいこん さけ</p> <p>とりのからあげりんごソース(2こ) ○ とりにく しょうゆ ☆ りんご さとう さけ かたくりこ</p> <p>658kcal</p> | <p>文化の日</p> <p>☆ 文化の日</p> <p>あげパン □ パン グラニューとう</p> <p>かぶりロボフ ○ ウィナー ☆ はくさい ☆ かぶ ☆ えのきたけ ☆ にんじん □ さつまいも ☆ たまねぎ コンソメ ☆ チンゲンサイ こしょう ☆ れんこん</p> <p>○※にくだんご(2こ) かぶ ビタミンCがたっぷり♪</p> <p>759kcal</p> | <p>○牛乳</p> <p>○牛乳</p> <p>○牛乳</p> <p>○牛乳</p> <p>○牛乳</p> | |
| <p>7</p> <p>○牛乳</p> <p>□ごはん キムチに ○ ふたにく ☆ にんにく ○ どうふ □ みそ ☆ にら □ ごまあぶら ☆ はくさいキムチ ちゅうかだし ☆ たまねぎ さけ ☆ もやし しょうゆ ☆ はくさい さとう ☆ こんにゃく</p> <p>かふうすのもの □ はるさめ □ ごまあぶら ○ ハム しょうゆ ○ たまご さとう ☆ きゅうり しお ☆ にんじん す</p> <p>□※むらさきいもチップス(こぶくろ)</p> <p>681kcal</p> | <p>8</p> <p>○牛乳</p> <p>□パン</p> <p>ケチャップに ○ どりーく ケチャップ □ じゃがいも トマトピューレ □ マカロニ ウスターソース ☆ たまねぎ デミグラスソース ☆ にんじん こしょう ☆ しめじ コンソメ ☆ いんげん さとう</p> <p>○※チキンのオープンやき(チーズ)</p> <p>721kcal</p> | <p>9</p> <p>○牛乳</p> <p>□ごはん</p> <p>○※ひじきのり</p> <p>おでん ○ どりーく ☆ こんにゃく ○ ちくわ さとう ○ がんもどき しょうゆ ○ うずらたまご みりん ☆ だいこん さけ ☆ にんじん</p> <p>○※あつやきたまご</p> <p>662kcal</p> | <p>10</p> <p>○牛乳</p> <p>□ごはん</p> <p>○※ミルメークココア</p> <p>じゃがもちのみそしる ○ ベーコン ☆ キャバツ □ じゃがもち ☆ こまつな ☆ たまねぎ □ みそ ☆ にんじん だしパック ☆ コーン</p> <p>※かつおのうめソース ○ ※かつおフライ しょうゆ ☆ うめ みりん くろざとう</p> <p>703kcal</p> | <p>11</p> <p>○牛乳</p> <p>□パン</p> <p>ポーグシチュー ○ ふたにく □ トマト ○ だいす □ じゃがいも ☆ たまねぎ ハヤシルウ ☆ にんじん コンソメ ☆ しめじ</p> <p>ブロッコリーのサラダ ○ ソブ ☆ にんじん ☆ ブロッコリー ☆ コーン ☆ キャバツ</p> <p>□※マヨネーズクラス1ぼん</p> <p>671kcal</p> |
| <p>14</p> <p>○牛乳</p> <p>□※ゆかりごはん</p> <p>かやううどん □ うどん ☆ みすな ○ どりーく ☆ しんだけ ○ あぶらあげ しょうゆ ☆ はくさい みりん ☆ にんじん さけ ☆ たまねぎ だしパック</p> <p>ちくわのりきゅうあげ ○ ちくわ □ こむぎこ □ ごま</p> <p>○※かたぬきチーズ</p> <p>651kcal</p> | <p>15</p> <p>○牛乳</p> <p>□パン</p> <p>タイビーエン ○ ふたにく ☆ にんじん ○ いか ☆ しょうが ○ うずらたまご □ はるさめ ☆ はくさい ちゅうかだし ☆ たまねぎ さけ ☆ チンゲンサイ こしょう ☆ キャバツ</p> <p>※やきウィンナー(ビーンズソース) ○ ※ウィンナー ☆ たまねぎ ○ ふたにく ☆ トマト ○ どりーく トマトピューレ ○ だいす ケチャップ ○ しろはなまめ カレーこ ○ しろいんげんまめ</p> <p>651kcal</p> | <p>16</p> <p>○牛乳</p> <p>ひじきりそぼろどん □ ごはん ☆ いんげん ○ ふたにく ☆ しょうが ○ どりーく しょうゆ ○ たまご さとう ○ ひじき みりん ○ こうやどうふ さけ ☆ にんじん</p> <p>こまつなごまじゃこあえ ○ ちりめんじゃこ □ ごま ☆ こまつな さとう ☆ にんじん しょうゆ ☆ キャバツ</p> <p>661kcal</p> | <p>17</p> <p>○牛乳</p> <p>さかなのほねにちゅういししょう ○牛乳</p> <p>□ごはん</p> <p>ふたじる ○ ふたにく ☆ こんにゃく ○ あぶらあげ ☆ ねぎ ○ どうふ □ さつまいも ☆ はくさい □ みそ ☆ にんじん だしパック ☆ ぼうろ</p> <p>さばのピリからみぞれかけ ○ さば みりん ☆ だいこん さけ さとう トウワンジャン しょうゆ かたくりこ す</p> <p>☆ みかん</p> <p>724kcal</p> | <p>18</p> <p>○牛乳</p> <p>□パン</p> <p>※いちごミックスジャム</p> <p>おおもぎとやさいのスープ □ おおもぎ ☆ にんじん ○ どりーく ☆ たまねぎ ☆ かぶ コンソメ ☆ こまつな こしょう ☆ キャバツ</p> <p>○※ぎゅうにこクロッケ</p> <p>714kcal</p> |
| <p>21</p> <p>○※ジョア(いちご)</p> <p>□ごはん</p> <p>そぼろにくじゃが ○ ふたにく □ じゃがいも ○ どりーく しょうゆ ☆ にんじん さとう ☆ たまねぎ さけ ☆ いんげん みりん ☆ こんにゃく</p> <p>○※はるまき</p> <p>708kcal</p> | <p>22</p> <p>○牛乳</p> <p>□パン</p> <p>あきあじシチュー ○ どりーく □ さつまいも ☆ たまねぎ □ じゃがいも ☆ にんじん □ きゅうにゅう ☆ くろあわびたけ シチュールウ ☆ クレソン コンソメ</p> <p>きりぼしだいこんとチキンのサラダ ○ どりーく □ ごま ☆ きりぼしだいこん しょうゆ ☆ きゅうり さとう ☆ にんじん す ☆ コーン</p> <p>□※ラ・フランスのセリー</p> <p>667kcal</p> | <p>23</p> <p>○牛乳</p> <p>さかなのほねにちゅういししょう ○牛乳</p> <p>勤労感謝の日</p> <p>□※わかめごはん</p> <p>ふたにくのはりはりじる ○ ふたにく ☆ だいこん ○ あぶらあげ ☆ ねぎ ○ どうふ □ みそ ☆ みすな だしパック ☆ にんじん</p> <p>さけのきのこなはんづけ ○ さけ す ☆ たまねぎ しょうゆ ☆ えのきたけ さとう ☆ しめじ かたくりこ</p> <p>657kcal</p> | <p>24</p> <p>○牛乳</p> <p>セルフサンド □ しゃくパン</p> <p>セルフサンドのく(フルーツクリーム)</p> <p>チリコンカン ○ ふたにく トマトピューレ ○ ミックスビーンズ ウスターソース ☆ たまねぎ チリパウダー ☆ にんじん あかワイン ☆ しめじ しお ☆ トマト こしょう ケチャップ コンソメ カレーこ ハヤシルウ さとう</p> <p>613kcal</p> | |
| <p>28</p> <p>○※ジョア</p> <p>ちゅうかどん □ ごはん ☆ チンゲンサイ ○ ふたにく ☆ しょうが ○ あつあげ □ ごまあぶら ○ うずらたまご しょうゆ ☆ にんじん ちゅうかだし ☆ たまねぎ かたくりこ ☆ はくさい こしょう</p> <p>だいがくも(2こ) □ さつまいも しょうゆ さとう かたくりこ</p> <p>652kcal</p> | <p>29</p> <p>○牛乳</p> <p>□パン</p> <p>※チルドチョコ</p> <p>ほうれんそうのスープ ○ ベーコン ☆ コーン ☆ ほうれんそう ☆ えのきたけ ☆ キャバツ □ じゃがいも ☆ にんじん コンソメ ☆ たまねぎ こしょう</p> <p>※ハンバーグ(かきトマトソース) ○ ※ハンバーグ □ オリーブあぶら ☆ かき コンソメ ☆ トマト しお ☆ にんにく さとう</p> <p>730kcal</p> | <p>30</p> <p>○牛乳</p> <p>カレーライス □ ごはん ☆ にんじん ○ どりーく カレールウ □ じゃがいも ウスターソース ☆ たまねぎ コンソメ</p> <p>れんこんとひじきのサラダ ○ ひじき ☆ コーン ☆ れんこん □ ごま ☆ きゅうり しょうゆ ☆ キャバツ さとう</p> <p>□※ドレッシングクラス1ぼん</p> <p>696kcal</p> | <p>11月使用予定の 市産・県産野菜と果物</p> <p>キャバツ、白菜、小松菜、かぶ 水菜、きゅうり、大根、ねぎ れんこん、さつまいも、長ねぎ クレソン、黒あわびたけ みかん、柿</p> <p>岩出市産野菜が使われている日 にはそうへいちゃんのイラスト をのせています。文字になって いる野菜が岩出市産のものです。</p> <p>さがしてみてね</p> <p>給食では、市産、県内産のものも多く 使用することで地産地消を進めています。</p> | |

□・・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 (からだのちようしをととのえる)

* 材料の都合により、献立を変更する場合があります。
* 11月分の給食費引き落としは、12月12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 | 減量パン 焼きそば こんにやくと海藻のサラダ みかん | 牛乳 減量パン(小麦) 焼きそば{焼きそば麺(小麦 大豆 鶏 豚 もも りんご) 豚} こんにやくと海藻のサラダ{調味料(小麦 大豆)} みかん(無) |
| 2 水 | ごはん 高野豆腐の含め煮 鶏のから揚げりんごソース(2個) | ジョア ジョア(乳) 高野豆腐の含め煮{豚 高野豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆)} 鶏のから揚げりんごソース{鶏 りんご 調味料(小麦 大豆)} |
| 4 金 | 揚げパン かぶ入りポトフ 肉団子(2個) | 牛乳 揚げパン(小麦) かぶ入りポトフ{ウインナー(豚) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)} 肉団子(大豆 鶏 豚) |
| 7 月 | ごはん キムチ煮 華風酢の物 紫いもチップス | 牛乳 キムチ煮{豚 豆腐(大豆) 調味料(大豆 小麦 鶏 ごま)} 華風酢の物{ハム(卵 乳 豚 大豆) 卵 調味料(小麦 大豆 ごま)} 紫いもチップス(無) |
| 8 火 | パン ケチャップ煮 チキンのオープン焼き(チーズ) | 牛乳 パン(小麦) ケチャップ煮{鶏 マカロニ(小麦) 調味料(小麦 大豆 牛 豚 鶏)} チキンのオープン焼き(乳 小麦 大豆 鶏) |
| 9 水 | ごはん ひじきのり おでん 厚焼きたまご | 牛乳 ひじきのり(小麦 大豆) おでん{鶏 がんも(大豆) うずら卵(卵) 調味料(小麦 大豆)} 厚焼きたまご(卵 小麦 りんご 大豆) |
| 10 木 | ごはん ミルメークココア じゃがもちのみそ汁 かつおの梅ソース | 牛乳 ミルメークココア(大豆) じゃがもちのみそ汁{ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 調味料(大豆 さば)} かつおの梅ソース{かつおフライ(小麦 大豆) 調味料(小麦 大豆)} |
| 11 金 | パン ポークシチュー ブロッコリーのサラダ(マヨネーズグラス1本) | 牛乳 パン(小麦) ポークシチュー{豚 大豆 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)} ブロッコリーのサラダ(無) マヨネーズ(大豆 りんご 卵) |
| 14 月 | ゆかりごはん かやくうどん ちくわの利休揚げ 型抜きチーズ | 牛乳 ゆかりごはん(無) かやくうどん{うどん(小麦) 油揚げ(大豆) 鶏 調味料(小麦 大豆 さば)} ちくわの利休揚げ{ごま 調味料(小麦)} 型抜きチーズ(乳) |
| 15 火 | パン タイピーエン 焼きウインナー(ビーンズソース) | 牛乳 パン(小麦) タイピーエン{豚 いか うずら卵(卵) 調味料(小麦 大豆 鶏 ごま)} 焼きウインナー{ウインナー(鶏) 鶏 豚 大豆} |
| 16 水 | ひじき入りそぼろ丼 小松菜のごまじゃこあえ | 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)} 小松菜のごまじゃこあえ{ごま 調味料(小麦 大豆)} |
| 17 木 | ごはん 豚汁 さばのピリ辛みぞれがけ みかん | 牛乳 ごはん(小麦) 豚汁{豚 油揚げ(大豆) 豆腐(大豆) 調味料(大豆 さば)} さばのピリ辛みぞれがけ{さば 調味料(小麦 大豆)} みかん(無) |
| 18 金 | パン いちごミックスジャム 大麦と野菜のスープ 牛肉コロッケ | 牛乳 パン(小麦) いちごミックスジャム(りんご) 大麦と野菜のスープ{鶏 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)} 牛肉コロッケ(小麦 乳 牛 大豆) |
| 21 月 | ごはん そぼろ肉じゃが 春巻 | ジョア(いちご) ジョア(乳) そぼろ肉じゃが{鶏 豚 調味料(小麦 大豆)} 春巻(えび 小麦 乳 ごま 大豆 豚) |
| 22 火 | パン 秋味シチュー 切干し大根とチキンのサラダ ラ・フランスゼリー | 牛乳 パン(小麦) 秋味シチュー{鶏 牛乳(乳) 調味料(乳 小麦 大豆 鶏 豚)} 切干し大根とチキンのサラダ{鶏 ごま 調味料(小麦 大豆)} ラ・フランスのゼリー(無) |
| 24 木 | わかめごはん 豚肉のはりはり汁 さけのきのこ南蛮漬け | 牛乳 わかめごはん(無) 豚肉のはりはり汁{豚 油揚げ(大豆) 豆腐(大豆) 調味料(大豆 さば)} さけのきのこ南蛮漬け{さけ 調味料(小麦 大豆)} |
| 25 金 | セルフサンド(食パン) セルフサンドの具(フルーツクリーム) チリコンカン | 牛乳 食パン(小麦) フルーツクリーム{もも ホイップクリーム(乳 大豆)} チリコンカン{豚 大豆 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)} |
| 28 月 | 中華丼 大学芋(2個) | ジョア 中華丼{豚 うずら卵(卵) 厚揚げ(大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 ごま)} ジョア(乳) 大学芋{調味料(小麦 大豆)} |
| 29 火 | パン チルドチョコ ほうれん草のスープ ハンバーグ(柿トマトソース) | 牛乳 パン(小麦) チルドチョコ(大豆 乳) ほうれん草のスープ{ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)} 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)} |
| 30 水 | カレーライス れんこんとひじきのサラダ (ドレッシンググラス1本) | 牛乳 カレーライス{鶏 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)} れんこんとひじきのサラダ{ごま 調味料(小麦 大豆)} ドレッシング(ごま 大豆) |

アレルギー物質を含む食品の表示(対象原材料28品目)を基本に表示しています。

卵 乳 小麦 そば 落花生 えび かに あわび いか いくら オレンジ キウイ 牛肉 くるみ アーモンド
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28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。

* 一部 商品名を載せています。