

月	火	水	木	金
2 牛乳 ビリからにくみそどん ごはん、ぶたにく、とりにく、たまご、こうやどらぶ、にんじん、たまねぎ、いんげん、しょうが、ごまあぶら、みそ、さとう、しょうゆ、にんじん、さけ、みりん、トウバンジャン はくさいのゆかりあえ はくさい、ゆかり 671kcal	3 牛乳 さかなのほねにちゅういしましよ パン ポトフ ワインナー、たまねぎ、とりにく、えのきだけ、だいこん、じゃがいも、にんじん、コンソメ、はくさい、こしょう しろみぎかなのいちじくソース たら、あかワイン、いちじく、しお、レモン、こしょう、さとう、かたくりこ、しょうゆ、きのかわしきんです。 632kcal	4 牛乳 なすとトマトのキーマカレー ごはん、にんにく、だいすにく、カレールウ、ぶたにく、ケチャップ、とうふ、コンソメ、たまねぎ、ウスターソース、にんじん、カレーこ、ピーマン、しょうゆ、なす、さとう、トマト、しお、しょうが フルーツポンチ ゼリー、みかん、かんてん、もも、パイ 757kcal	5 ※ジョア(マスクト) ごはん さつまじる とりにく、ねぎ、とうふ、しいたけ、さといも、だいこん、にんじん、みそ、ごぼろ、だしパック、こんにやく ※とんかつ ※みそソース 673kcal	6 牛乳 パン あきあじシチュー とりにく、しめじ、しろいんげんまめ、さつまいも、たまねぎ、じゃがいも、れんこん、ぎゅうにゅう、はくさい、コンソメ、ほうれんそう、シチュールウ イタリアンサラダ ハム、バジル、キャベツ、オリーブゆ、きゅうり、す、にんじん、さとう、たまねぎ、しお 622kcal
9 スポーツの日 671kcal	10 牛乳 パン はくさいとベーコンのスープ ベーコン、しめじ、はくさい、じゃがいも、たまねぎ、マカロニ、にんじん、コンソメ、もやし、こしょう、コン ※にくたんご(2こ) 591kcal	11 ※ジョア ごはん ※うめぼし けんからのでいきょうひんです さわにわん とりにく、クレソン、とうふ、えのきだけ、かまぼこ、しお、ごぼろ、しょうゆ、たまねぎ、さけ、にんじん、だしパック、だいこん さばのみそだれかけ さば、みりん、みそ、さけ、かたくりこ、さとう 604kcal	12 牛乳 ※げんりょうゆかりごはん ごもくうどん うどん、たまねぎ、とりにく、ねぎ、あぶらあげ、しょうゆ、かまぼこ、みりん、はくさい、さけ、にんじん、だしパック ※しゅうまい(2こ) 696kcal	13 牛乳 パン じゃがもちのちゅうかスープ ぶたにく、コーン、とりにく、しいたけ、キャベツ、じゃがもち、もやし、ちゅうかだし、チンゲンサイ、さけ、はくさい、こしょう、にんじん ※ハムカツ 676kcal
16 牛乳 ハヤシライス ごはん、じゃがいも、ぶたにく、コンソメ、たまねぎ、ウスターソース、にんじん、ハヤシルウ グリーンサラダ とりにく、す、フロッキー、さとう、きゅうり、しょうゆ、キャベツ、しお、こめあぶら カルシウムたっぷり！きゅうにゅうをのもう！ 657kcal	17 ※ジョア こくとうパン ひよこまめスープ ベーコン、にんじん、ひよこまめ、キャベツ、たまねぎ、えのきだけ、だいこん、コンソメ、こまつな、こしょう とりにくのレモンソース(2こ) とりにく、さけ、レモン、しお、しょうゆ、かたくりこ、さとう 613kcal	18 牛乳 デジブルコギどん ごはん、しょうが、ぶたにく、ごま、たまねぎ、ごまあぶら、にんじん、みそ、チンゲンサイ、しょうゆ、もやし、さとう、しいたけ、さけ、りんご、トウバンジャン、りんご、かわたくりこ、こんにやく、にんにく うめずサラダ かいそう、うめず、だいこん、さとう、きゅうり、しょうゆ、コーン 630kcal	19 牛乳 ※げんりょうわかめごはん ながさきちゃんぽん ちゃんぽんめん、コーン、ぶたにく、しょうが、いしか、さけ、かまぼこ、ちゃんぽんスープのもと、とうにゅう、ちゅうかだし、キャベツ、しお、もやし、こしょう、いんげん、しょうゆ、にんじん ※きょうざフライ(2こ) 666kcal	20 牛乳 パン ※りんごジャム きりぼしだいこんのスープ ベーコン、こまつな、きりぼしだいこん、えのきだけ、もやし、じゃがいも、にんじん、コンソメ、たまねぎ、こしょう ※オムレツ(トマトソース) オムレツ、オリーブゆ、トマト、しろワイン、たまねぎ、さとう、にんじん、しお、バジル、こしょう 603kcal
23 ※ジョア(いちご) カレーライス ごはん、じゃがいも、とりにく、コンソメ、たまねぎ、ウスターソース、にんじん、カレールウ だいこんツナサラダ ツナ、しょうゆ、だいこん、さとう、きゅうり、す、ごまあぶら、しお 622kcal	24 牛乳 パン ABCマカロニスープ とりにく、だいこん、マカロニ、こまつな、はくさい、コンソメ、たまねぎ、こしょう、にんじん ※ぎゅうにくコロツケ 残さず食べよう！ 708kcal	25 牛乳 ごはん タイビーエン ぶたにく、チンゲンサイ、いしか、しょうが、うすらたまご、はるさめ、はくさい、さけ、たまねぎ、ちゅうかだし、にんじん、こしょう、キャベツ コチュマヨチキン とりにく、さけ、マヨネーズ、ドレッシング、しょうゆ、コチュジャン 603kcal	26 牛乳 ごはん ※かつおふりかけ こんさいのごまみそしる とりにく、こんにやく、とうふ、こんにやく、あぶらあげ、さといも、だいこん、ねりごま、にんじん、みそ、はくさい、だしパック、ほうれんそう、だしパック ※ぶたにくのしょうがだれかけ ぶたにく、さけ、たまねぎ、みりん、しょうが、さとう、しょうゆ、かたくりこ 676kcal	27 牛乳 パン チキンチャップ とりにく、ケチャップ、たまねぎ、あかワイン、にんじん、ちゅうのうソース、にんじん、コンソメ、しめじ、さとう、にんにく、しお、じゃがいも、こしょう チーズいりコールスローサラダ チーズ、にんじん、キャベツ、コーン、きゅうり、ドレッシング 637kcal
30 牛乳 ごはん キムチに ぶたにく、にんにく、とうふ、みそ、はくさいキムチ、ごまあぶら、たまねぎ、ちゅうかだし、もやし、さけ、はくさい、しょうゆ、こんにやく、さとう、ねぎ だいがくいも(2こ) さつまいも、しょうゆ、さとう、かたくりこ 693kcal	31 牛乳 パン かぼちゃポターージュ ベーコン、じゃがいも、かぼちゃ、ぎゅうにゅう、たまねぎ、コンソメ、しめじ、ポターージュルウ キャロットラペ ツナ、こめあぶら、にんじん、しょうゆ、キャベツ、さとう、きゅうり、こしょう、レモン 628kcal	<p>10月使用予定の 市産・県内産野菜と果物</p> <p>10月分は、市内産、県内産のものを多く使用することで地産地消を推進しています。</p> <p>岩出市産野菜が使われている にはそうへいちゃんのイラストをのせています。太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>さかして見てね</p> <p>しよくよくのあき たべすぎないでね！</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。  
 \* 10月分の給食費引き落としは、11月10日(金)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		
2 月	ピリ辛肉みそ丼 白菜のゆかりあえ	牛乳	ピリ辛肉みそ丼{鶏 豚 炒り卵(卵 大豆) 高野豆腐(大豆) 調味料(ごま 小麦 大豆)} 白菜のゆかりあえ(無)
3 火	パン ポトフ 白身魚のいちじくソース	牛乳	パン(小麦) ポトフ{ウインナー(豚 鶏 大豆) 鶏 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)} 白身魚のいちじくソース{調味料(小麦 大豆)}
4 水	なすとトマトのキーマカレー フルーツポンチ	牛乳	なすとトマトのキーマカレー{大豆肉(大豆) 鶏 豚 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)} フルーツポンチ(もも)
5 木	ごはん ジョア(マスカット) さつま汁 とんかつ みそソース(小袋)		ジョアマスカット(乳) さつま汁{鶏 豆腐(大豆) 調味料(大豆 さば)} とんかつ(小麦 乳 大豆 豚) みそソース(ごま 大豆)
6 金	パン 秋味シチュー イタリアンサラダ	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)} イタリアンサラダ{ハム(卵 乳 豚 大豆 ゼラチン)}
10 火	パン 白菜とベーコンのスープ 肉団子(2個)	牛乳	パン(小麦) 白菜とベーコンのスープ{ベーコン(卵 乳 豚 大豆) マカロニ(小麦) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)} 肉団子(小麦 乳 大豆 鶏)
11 水	ごはん 梅干し 沢煮椀 さばのみそだれかけ	ジョア	梅干し(無) ジョア(乳) 沢煮椀{鶏 豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆 さば)} さばのみそだれかけ{さば 調味料(大豆)}
12 木	減量ゆかりごはん 五目うどん しゅうまい(2個)	牛乳	減量ゆかりごはん(無) 五目うどん{うどん(小麦) 油揚げ(大豆) 鶏 調味料(小麦 大豆 さば)} しゅうまい(小麦 卵 えび かに ゼラチン 大豆 鶏 豚)
13 金	パン じゃがもちの中華スープ ハムカツ	牛乳	パン(小麦) じゃがもちの中華スープ{豚 鶏 調味料(小麦 大豆 鶏 ごま)} ハムカツ(小麦 大豆 鶏 豚)
16 月	ハヤシライス グリーンサラダ	牛乳	ハヤシライス{豚 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)} グリーンサラダ{鶏 調味料(小麦 大豆)}
17 火	黒糖パン ひよこ豆のスープ 鶏肉のレモンソース(2個)	ジョア	黒糖パン(小麦) ジョア(乳) ひよこ豆のスープ{ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)} 鶏肉のレモンソース{鶏 調味料(小麦 大豆)}
18 水	デジブルコギ丼 梅酢サラダ	牛乳	デジブルコギ丼{豚 りんご ごま 調味料(小麦 大豆 ごま)} 梅酢サラダ{調味料(小麦 大豆)}
19 木	減量わかめごはん 長崎ちゃんぽん ぎょうざフライ(2個)	牛乳	減量わかめごはん(無) 長崎ちゃんぽん{麺(小麦) 豚 いか 豆乳(大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 ごま)} ぎょうざフライ(小麦 大豆 豚)
20 金	パン りんごジャム 切干し大根のスープ オムレツ(トマトソース)	牛乳	パン(小麦) りんごジャム(りんご) 切干し大根のスープ{ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)} オムレツ(トマトソース){オムレツ(小麦 卵 大豆) 乳 牛 大豆}
23 月	カレーライス ジョア(いちご) 大根ツナサラダ		カレーライス{鶏 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)} ジョアいちご(乳) 大根ツナサラダ{調味料(小麦 大豆 ごま)}
24 火	パン ABCマカロニスープ 牛肉コロッケ	牛乳	パン(小麦) ABCマカロニスープ{鶏 マカロニ(小麦) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)} 牛肉コロッケ(小麦 乳 牛 大豆)
25 水	ごはん タイピーエン コチュマヨチキン	牛乳	ごはん タイピーエン{豚 いか うずら卵(卵) 調味料(小麦 大豆 鶏 ごま)} コチュマヨチキン{鶏 調味料(小麦 大豆)}
26 木	ごはん かつおふりかけ 根菜のごまみそ汁 豚肉の生姜だれかけ	牛乳	ごはん かつおふりかけ(ごま 卵 小麦 大豆) 根菜のごまみそ汁{豆腐(大豆) 油揚げ(大豆) ごま 調味料(大豆 さば)} 豚肉の生姜だれかけ{豚肉(大豆 豚) 調味料(小麦 大豆)}
27 金	パン チキンチャップ チーズ入りコールスローサラダ	牛乳	パン(小麦) チキンチャップ{鶏 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)} チーズ入りコールスローサラダ{チーズ(乳)}
30 月	ごはん キムチ煮 大学芋(2個)	牛乳	ごはん キムチ煮{豚 豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 ごま)} 大学芋{調味料(小麦 大豆)}
31 火	パン かぼちゃポタージュ キャロットラペ	牛乳	パン(小麦) かぼちゃポタージュ{ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 牛乳(乳) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 乳)} キャロットラペ{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。