

11月分予定献立表

月	火	水	木	金
3	4	5	6	7
ぶんか 文化の日 	牛乳 パン ブラウンシチュー コールスローサラダ 591kcal	牛乳 ごはん ユミーターン しろみざかなのチリソース 585kcal	※ジョア(ブルーベリー) ごはん さつまいものみそしる ※メンチカツ 621kcal	牛乳 パン とうにゅうコーンポタージュ とりにくのスパイシーやき 624kcal
10	11	12	13	14
牛乳 げんりょうごはん ※かつおぶしかけ あんかけうどん ※ほねくのいそべあげ 604kcal	※ジョア パン チキンビーンズ グリーンサラダ 578kcal	牛乳 ごはん こうやどうふのふくめに ※しゅうまい(2こ) 610kcal	牛乳 わふうドライカレー キャベツとコーンのサラダ 598kcal	牛乳 ココアあげパン さつまいものミルクスープ ※オムレツ ※ケチャップクラス1ぼん 686kcal
17	18	19	20	21
牛乳 ごはん わかめスープ ※はるまき 588kcal	牛乳 パン あきあじシチュー だいこんハムサラダ 582kcal	※ジョア(ブルーベリー) ごはん あつあげとわかめのみそしる ※にくだんこのやさしいあんかけ(2こ) 593kcal	牛乳 ピリからにくみそどん やさいのおかかマヨあえ 612kcal	牛乳 パン はるさめスープ ※ぎゅうにくコロツケ 659kcal
24	25	26	27	28
ふりかえきゅうりつ 振替休日 	牛乳 パン コンソメスープ ※ハンバーグ(かきトマトソース) 575kcal	牛乳 キムチそぼろどん ごまマヨネーズあえ 584kcal	※ジョア(いちご) ごはん こんさいじる ※まぐろカツ 594kcal	牛乳 パン マカロニシチュー ラハノサラダ 616kcal

11月使用予定の

県内産野菜と果物

白菜、大根、さつまい芋、
キャベツ、きゅうり、柿

11月22日は、

ふるさと誕生日です。

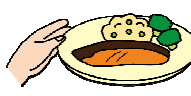
和歌山県の誕生日にちなんで
25日のハンバーグのソースに
紀の川市産の柿を使います。食事の「手」
どうしていますか？

おわんの持ち方

4本の指の上に
のせ、ふちを
軽く押さえて
支えます。



食事中、おはしを持っていない方の手はどうしていますか？
日本ではご飯や汁物が入っているおわん、小さな器は、手に持って
食べるのがマナーです。大きなお皿には手をそえて食べましょう。



置いたまま食べる場合は、
食器に手をそえましょう。



おわんを持たないで食べると
姿勢が悪くなりやすいです。

□・・・き(ねつやちからのもとなる)

○・・・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。

令和7年度

11 月分アレルギー表

山北上央

岩出市学校給食共同調理場

日	曜	献立名	
4	火	パン ブラウンシチュー コールスローサラダ	牛乳 パン(小麦) ブラウンシチュー[鶏 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] コールスローサラダ[ハム(卵 乳 大豆 豚 ゼラチン)]
5	水	ごはん ユイミータン 白身魚のチリソースがけ	牛乳 ユイミータン[鶏 豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 ごま)] 白身魚のチリソースがけ[調味料(小麦 大豆)]
6	木	ごはん ジョア(ブルーベリー) さつま芋のみそ汁 メンチカツ	ジョア(乳) さつま芋のみそ汁[厚揚げ(大豆) 調味料(大豆 さば)] メンチカツ(小麦 乳 牛 大豆 鶏 豚)
7	金	パン 豆乳コーンポタージュ 鶏肉のスパイシー焼き	牛乳 パン(小麦) 豆乳コーンポタージュ[ベーコン(卵 乳 大豆 豚) 豆乳(大豆) 調味料(乳 小麦 鶏 大豆 豚)] 鶏肉のスパイシー焼き[鶏 調味料(小麦 大豆)]
10	月	減量ごはん かつおふりかけ あんかけうどん ほねくのいそ辺揚げ	牛乳 かつおふりかけ(ごま 卵 小麦 大豆) あんかけうどん[うどん(小麦) 鶏 油揚げ(大豆) 調味料(小麦 大豆 さば)] ほねくのいそ辺揚げ(小麦)
11	火	パン チキンビーンズ グリーンサラダ	ジョア パン(小麦) ジョア(乳) チキンビーンズ[鶏 大豆 調味料(大豆 小麦 鶏 豚)] グリーンサラダ[ハム(卵 乳 大豆 豚 ゼラチン) ごま 調味料(ごま 小麦 大豆)]
12	水	ごはん 高野豆腐の含め煮 しゅうまい(2個)	牛乳 高野豆腐の含め煮[鶏 高野豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆)] しゅうまい(小麦 卵 えび かに ゼラチン 大豆 鶏 豚)
13	木	和風ドライカレー キャベツとコーンのサラダ	牛乳 和風ドライカレー[鶏 大豆肉(大豆) 調味料(大豆 小麦)] キャベツとコーンのサラダ[調味料(小麦 大豆)]
14	金	ココア揚げパン さつま芋のミルクスープ オムレツ(ケチャップ クラス1本)	牛乳 ココア揚げパン[パン(小麦) ミルメークココア(大豆)] さつま芋のミルクスープ[ベーコン(卵 乳 大豆 豚) 鶏 牛乳(乳) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] オムレツ(卵 小麦 乳 大豆) ケチャップ(無)
17	月	ごはん わかめスープ 春巻	牛乳 わかめスープ[鶏 豆腐(大豆) ごま 調味料(ごま 小麦 大豆 鶏)] 春巻(小麦 乳 えび ごま 大豆 鶏 豚)
18	火	パン 秋味シチュー 大根ハムサラダ	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)] 大根ハムサラダ[ハム(卵 乳 大豆 豚 ゼラチン) 調味料(小麦 大豆 ごま)]
19	水	ごはん ジョア(ブルーベリー) 厚揚げとわかめのみそ汁 肉団子の野菜あんかけ(2個)	ジョア(乳) 厚揚げとわかめのみそ汁[厚揚げ(大豆) 調味料(大豆 さば)] 肉団子の野菜あんかけ[肉団子(小麦 乳 大豆 鶏)]
20	木	ピリ辛肉みそ丼 野菜のおかかマヨ和え	牛乳 ピリ辛肉みそ丼[豚 鶏 大豆肉(大豆) 卵(卵 大豆 小麦) 高野豆腐(大豆) 調味料(ごま 小麦 大豆)] 野菜のおかかマヨ和え[調味料(小麦 大豆)]
21	金	パン 春雨スープ 牛肉コロッケ	牛乳 パン(小麦) 春雨スープ[鶏 豆腐(大豆) ごま 調味料(小麦 大豆 鶏 ごま)] 牛肉コロッケ(小麦 乳 牛 大豆)
25	火	パン コンソメスープ ハンバーグ(柿トマトソース)	牛乳 パン(小麦) コンソメスープ[鶏 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] ハンバーグ(柿トマトソース)[ハンバーグ(小麦 乳 牛 大豆 鶏) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)]
26	水	キムチそぼろ丼 ごまマヨネーズ和え	牛乳 キムチそぼろ丼[豚 鶏 大豆肉(大豆) 調味料(小麦 大豆)] ごまマヨネーズ和え[ごま 調味料(小麦 大豆)]
27	木	ごはん ジョア(いちご) 根菜汁 まぐろカツ	ジョア(乳) 根菜汁[鶏 豆腐(大豆) 油揚げ(大豆) 調味料(小麦 大豆 さば)] まぐろカツ(小麦 大豆 豚)
28	金	パン マカロニシチュー ラノサラタ	牛乳 パン(小麦) マカロニシチュー[鶏 マカロニ(小麦) 牛乳(乳) 調味料(乳 小麦 大豆 鶏 豚)] ラノサラタ[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。