

11月 学校給食こんだて表

(幼・小学校用) 射水市学校給食センター

平成26年 11月

日 曜	こんだてめい	あか 体をつくるもとになるもの	き エネルギーのもとになるもの	みどり 体の調子を整えるもとになるもの	給食のない 幼稚園・小学校
4 火	ごはん ・しゃもフライ(ぎょうらん)★ ・あおなのりあえ ・じゃがいものいために★ ・ぎゅうにゅう ・みかん	しゃも ぶたにく あつあげ うずらたまご のり ぎゅうにゅう	ごはん あぶら じゃがいも さとう でんぶん	こまつな はくさい にんじん たまねぎ しめじ たけのこ チンゲンサイ みかん にんにく	片口小2年生 七美幼稚園
5 水	コッペパン ・にくだんご★◎ ・グリーンサラダ ・かぼちやのポターージュ◎ ・ぎゅうにゅう ・かき	ぎゅうにゅう ベーコン しろいんげんまめ にくだんご	コッペパン じゃがいも バター こむぎこ なまクリーム さとう あぶら	マッシュルーム かぼちや たまねぎ パセリ ブロッコリー コーン かき キャベツ	全小学校
6 木	ごはん ・やきにく ・きりほしだいこんのはりはりづけ ・すりみじる★ ・ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ぶたにく すりみ(らんぱく) みそ わかめ	ごはん あぶら でんぶん さとう ごま こんにやく	しょうが にんにく たまねぎ あかピーマン ピーマン きゅうり キャベツ だいこん はくさい ねぎ きりほしだいこん ごぼう	
7 金	コッペパン ・とりにくのマヨパンこやき★ ・しろねぎのシーフードパスタ◎※ ・わかめスープ ・ミックスナッツ ・ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン エビ かい いか わかめ とうふ	コッペパン マヨネーズ パンこ ごま あぶら スパゲティ バター カシューナッツ ガルパン ジャイアントコーン アーモンド	にんにく たまねぎ ごぼう マッシュルーム しいたけ もやし にんじん ねぎ パセリ	
10 月	ごはん ・わかさぎのなんばんづけ ・ほうれんそうのごまみそあえ ・だいこんのうまに★ ・ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう わかさぎ みそ ぶたにく こんぶ あつあげ うずらたまご	ごはん でんぶん あぶら さとう ごま	こまつな はくさい たまねぎ しょうが しいたけ にんじん だいこん いんげん えのき たけのこ	
11 火	ごはん ・あつあげのごまだれかけ ・ひじきのようふういために● ・にくじゃが ・コッペパン ・とりにくのごまてりやき ・コールスローサラダ★ ・いみずのさといもみそシチュー◎ ・りんご ・ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう あつあげ ひじき ベーコン たいず ぶたにく	ごはん ごま さとう でんぶん あぶら こんにやく じゃがいも	コーン たまねぎ いんげん みかん にんじん	
12 水	コッペパン ・とりにくのごまてりやき ・コールスローサラダ★ ・いみずのさといもみそシチュー◎ ・りんご ・ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく しろいんげんまめ みそ	コッペパン さとう ごま マヨネーズ あぶら バター こむぎこ なまクリーム さといも	たまねぎ きゅうり きバカリカ キャベツ にんじん はくさい パセリ りんご	
13 木	ごはん ・ふくらぎのゆずみそかけ ・あおなのコーンあえ ・きのことたまごのみそしる★ ・ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ふくらぎ みそ わかめ とうふ たまご	ごはん さとう ごま でんぶん	こまつな キャベツ コーン たまねぎ しめじ にんじん ねぎ ゆず	
14 金	だいこんなどじゃこのごはん ・しろえびのからあげ※ ・こまつなのさんしょくひたし ・いみずのいものこじる ・ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう じゃこ こんぶ しろえび あおのり あぶらあげ みそ	ごはん ごま あぶら でんぶん こんにやく さといも	だいこん こまつな にんじん なめこ もやし ごぼう だいこん ねぎ	
17 月	ごはん ・ぎょうざフライ◎ ・かみかみナムル ・マーボーどうふ ・オレンジ ・ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう きょうざ ぶたにく とうふ みそ	ごはん あぶら さとう ごま でんぶん	きりほしだいこん しょうが にんじん こまつな ねぎ たけのこ たまねぎ にんにく しいたけ オレンジ	片口小全学年 堀岡小全学年 東明小全学年
18 火	ごはん ・さけのしおやき ・こまつなのなつとうあえ● ・じゃがいものそぼろに● ・ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう さけ なつとう とりにく	ごはん あぶら じゃがいも こんにやく さとう	キャベツ えだまめ にんじん しょうが たまねぎ もやし しいたけ ニラ	
19 水	せわれコッペパン ・オムレツ★ ・チリコンカン ・ワンドンスープ ・かたぬきチーズ◎ ・ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう オムレツ ぶたにく たらまめ ベーコン チーズ	コッペパン あぶら さとう パンこ ワンタン	にんにく たまねぎ いんげん しいたけ たけのこ もやし キャベツ ねぎ	
20 木	ごはん ・さんまのかぼやき ・のざわなあえ ・みそおでん★ ・ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう さんま あつあげ うずらたまご さつまあげ こんぶ	ごはん あぶら でんぶん みずあめ さとう ごま ぎんなん こんにやく さといも	しょうが のざわな きゅうり キャベツ だいこん にんじん	
21 金	ミニコッペパン ・ココアまめ●◎ ・かぶのサラダ★ ・やさしみそラーメン ・ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう たいず きなこ ぶたにく	コッペパン でんぶん あぶら ミルクココア さとう ドレッシング ちゅうかめん	かぶ もやし たまねぎ にんじん キャベツ はくさい ねぎ しいたけ コーン	
25 火	むぎごはん ・ピーンズカレー◎ ・えびしゅうまい※ ・くわわかめのすのもの ・ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ぶたにく レンズまめ くわわかめ チーズ えびしゅうまい	むぎごはん じゃがいも はるさめ さとう あぶら ごま	しょうが にんにく たまねぎ きゅうり コーン にんじん	作道小全学年 塚原小全学年 七美幼稚園
26 水	こめコパン ・いみずさんえだまめのコロッケ● ・マカロニサラダ★ ・たまごのスープ★ ・りんごヨーグルト◎ ・ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ベーコン たまご ヨーグルト	こめコパン コロッケ あぶら マカロニ マヨネーズ でんぶん	えだまめ キャベツ にんじん コーン たまねぎ きゅうり チンゲンサイ しめじ パセリ	
27 木	ごはん ・さばのカレームニエル ・キャベツのアーモンドあえ ・はくさいなべ ・いけだのりんご ・ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう さば ぶたにく とうふ	ごはん こむぎこ あぶら アーモンド さとう さといも こんにやく	えのき きゅうり もやし はくさい にんじん キャベツ りんご ねぎ しめじ	
28 金	しょくパン ・ちくわのいしがきあげ★ ・かいそうサラダ ・ポトフ ・いちごジャム ・ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ちくわ たまご あおのり かいそう ベーコン ウインナー しろいんげんまめ	しょくパン こむぎこ ごま あぶら さとう じゃがいも ジャム	だいこん みずな にんじん キャベツ コーン たまねぎ	

今月の射水の食材・・・キャベツ・こまつな・ねぎ・はくさい・にんじん・だいこん・さといも・みずな・りんご・えだまめ
※ 食材料の都合により変更することもあります。

食物アレルギーの対応について

次の食品が含まれている場合は、献立名の横に印を付けましたので、参考にしてください。

卵・卵製品・・・★ 牛乳・乳製品・・・◎ カニ・エビ・・・※
ピーナッツ・・・▲ 大豆・豆乳(豆腐など加工食品は除く)・・・●