

11 月 給 食 献 立 表

	2日 (木)	7日 (火)	8日 (水)	9日 (木)	10日 (金)	13日 (月)
献立名	【パン食】 ハムかつサンドイッチ 北海道ミルクパン 牛乳	すき焼き マカロニサラダ ミニゼリー	【パン食】 チーズハムデニッシュ メロンパン 牛乳	みそラーメン 揚げぎょうざ バナナ	チンゲン菜スープ ポテトオムレツ ココナツサブレ	ほうとう汁 切り干し大根の煮付け りんご
備考	※果物持参 果物のみ可	はし携行	※果物持参 果物のみ可	はし携行	はし携行	はし携行
商	【ハムカツサンド】 パン、ハムカツ コールスローサラダ (キャベツ・マヨネーズ) 卵サラダ、ソース 乳化剤、小麦 卵、乳 豚肉、ゼラチン 大豆、鶏肉 りんご	精白米 牛肉 にんじん たまねぎ はくさい 白ねぎ 厚揚げ ふ 糸こんにゃく 油	★【チーズハムデニッシュ】 小麦粉 マーガリン 半固体状ドレッシング ハム 卵 砂糖 食塩 パン酵母 脱脂粉乳 乳等を主要原料とする食品 ホエイパウダー	中華そば 豚肉 きゃべつ・にんじん もやし・コーン わかめ 白ねぎ しょうが・にんにく 鶏がらスープの素 みそ	★精白米 ☆ ◇チンゲン菜 ◇にんじん ◇はくさい ◇コーン ◇ベーコン しょうゆ 塩 鶏卵 ☆ ☆合挽肉 ☆じゃがいも ◇たまねぎ・にんじん グリンピース 油 ケチャップ ココナツサブレ	★精白米 ◇ほうとう ◇鶏肉・油揚げ ◇かぼちゃ ◇さといも ◇にんじん しいたけ・ねぎ みそ 削り節・煮干し(だし) ☆ ☆切干大根 ★豚肉 ◇油揚げ ◇にんじん ★干しいたけ ◇さやいんげん しょうゆ・砂糖・みりん ◇りんご
品名	【北海道ミルクパン】 小麦粉 卵 砂糖 大豆 ミルククリーム マーガリン 乳化剤 食塩 乳等を主要原料とする食品 牛乳	しょうゆ 砂糖・みりん マカロニ ハム きゅうり コーン・にんじん マヨネーズ ミニゼリー	【メロンパン】 小麦粉 砂糖 卵 マーガリン 食塩 乳化剤 乳 イーストフード 大豆 牛乳	揚げぎょうざ キャベツ・玉葱 豚肉・豚油 にら・しょうが 小麦粉・片栗粉・米粉 調味料・植物油脂 揚げ油 アレルギー品目 【小麦・大豆】 レタス・ミニトマト バナナ	◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇	◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇
		カロリー 489 kcal		カロリー 492 kcal	カロリー 477 kcal	カロリー 478 kcal
		蛋白質 15.1 g		蛋白質 14.1 g	蛋白質 14.7 g	蛋白質 15.0 g

☆印は赤色の食品〔血や肉のもととなる〕 ★印は黄色の食品〔熱や力のもととなる〕 ◇印は緑色の食品〔体の調子をととのえる〕

11 月 給 食 献 立 表

	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	20日(月)	21日(火)
献立名	【パン食】 ウインナーコルネ 北海道バターフラワー 牛乳	七五三献立 ちらしずし すまし汁 みかん 乳酸飲料	わかめごはん にゅうめん汁 白菜の煮びたし ミニドーナツ	トマトシチュー チキンナゲット もも缶	豆腐チャンプルー風 きのこのみそ汁 チーズクラッカー	八宝菜 焼きししゃも バナナ
備考	※果物持参 果物のみ可	はし携行	はし携行	はし携行 スプーン携行	はし携行	はし携行 スプーン携行
商	【ウインナーコルネ】 ポークウインナー 小麦粉 砂糖 マーガリン トマトケチャップ 卵 食塩 乳化剤 りんご 乳 大豆 豚肉 牛肉 乳等を主要原料とする食品	精白米 ★ 鶏肉 ☆ ひじき ☆ 高野豆腐 ☆ 油揚げ ☆ にんじん・絹さや ◇ 干しいたけ ◇ しょうゆ・さとう・酢 ☆ ごま ☆ 卵 ☆ 出し昆布	精白米 ★ わかめご飯の素 ★ そうめん ☆ たまねぎ・にんじん ◇ 油揚げ ☆ 生しいたけ ◇ ねぎ ◇ みそ ☆ 削り節・煮干し(だし) ☆ 白菜 ◇ 豚肉 ☆ 厚揚げ ☆ にんじん・いんげん ◇ しめじ ◇ 削り節(だし) ◇ 砂糖・しょうゆ・油 ◇ ミニドーナツ ◇	精白米 ★ ベーコン ☆ 玉葱 ☆ じゃが芋 ◇ きゃべつ ☆ トマト缶 ◇ マカロニ ◇ 三度豆 ☆ コーン ☆ 塩・しょうゆ ☆ オリーブオイル ◇ チキンナゲット ☆ 鶏肉・卵 ◇ 小麦粉・大豆蛋白 ◇ 乳化剤・揚げ油 ◇ アレルギー品目 ◇ 【小麦・卵・乳・大豆】 レタス・ミニトマト ◇ もも缶 ◇	精白米 ★ 豆腐 ☆ 豚肉 ◇ もやし ☆ たまねぎ・にんじん ◇ にら ◇ しょうが ☆ ごま油 ◇ しょうゆ・塩 ☆ 削り節(だし) ☆ しめじ・えのき茸 ☆ まいたけ ☆ 油揚げ ☆ わかめ ☆ ねぎ ☆ みそ ☆ 削り節・煮干し(だし) ☆ チーズクラッカー ◇	精白米 ★ 豚肉 ☆ えび・いか ☆ きゃべつ ◇ たまねぎ ◇ にんじん ◇ もやし ◇ たけのこ ☆ 生しいたけ ◇ しょうが ◇ にんにく ◇ 塩・片栗粉 ◇ しょうゆ ◇ ごま油 ☆ 鶏がらスープの素 ◇ ししゃも ☆ レタス・ミニトマト ◇ バナナ ◇
品名	【北海道バターフラワー】 小麦粉 卵 砂糖 マーガリン パン酵母 バターフラワーペースト 乳等を主要原料とする食品 食塩 乳化剤 みかん 牛乳 乳酸飲料	花ふ ★ 豆腐 ☆ わかめ ◇ えのきだけ・ねぎ ◇ しょうゆ・塩 ◇ 削り節・昆布(だし) ◇ みかん ◇ 乳酸飲料				
		カロリー 468 kcal 蛋白質 15.2 g	カロリー 483 kcal 蛋白質 14.6 g	カロリー 480 kcal 蛋白質 15.0 g	カロリー 487 kcal 蛋白質 15.8 g	カロリー 478 kcal 蛋白質 14.2 g

☆印は赤色の食品〔血や肉のもととなる〕 ★印は黄色の食品〔熱や力のもととなる〕 ◇印は緑色の食品〔体の調子をととのえる〕

11 月 給 食 献 立 表

	22日 (水)	27日 (月)	28日 (火)	29日 (水)		
献立名	ほうれん草豆乳スープ ひじきサラダ 黒蜜きなこ蒸しパン	肉と野菜の煮物 中華風サラダ ミニゼリー	カレーライス フルーツポンチ	お誕生献立 さつま芋ご飯 豚汁 豆腐ハンバーグ みかん		
備考	はし携行 スプーン携行	はし携行	はし携行 スプーン携行	はし携行		
商	精白米	★精白米	★精白米	★精白米・もち米	★	
品	ほうれん草	◇豚肉	☆鶏肉	☆	★	
	たまねぎ	◇ちくわ	☆じゃがいも	★豚肉	☆	
	にんじん	◇じゃがいも	★にんじん	◇大根・にんじん	◇	
	コーン	◇たまねぎ	◇たまねぎ	◇ささがきごぼう	◇	
	ウインナー	☆にんじん	◇グリーンピース	◇板こんにゃく・ねぎ	◇	
	豆乳	☆さやいんげん	◇カレールウ	油揚げ・みそ	☆	
	シチューの素	しょうゆ・みりん 砂糖	にんにく	削り節・煮干し(だし)		
	ひじき	☆油	★パイン缶	◇豆腐ハンバーグ		
	ささがきごぼう	◇削り節(だし)	みかん缶	◇鶏肉 豆腐 牛脂	☆	
	にんじん・コーン	◇	もも缶	◇玉葱 人参 枝豆	◇	
	ムキえだ豆	◇もやし	◇りんご	◇ねぎ 生姜 砂糖	◇	
	ごま	ハム	☆バナナ	◇塩 卵白 小麦粉		
	マヨネーズ	★きゅうり	◇レモン	◇パン粉 揚げ油		
	砂糖・酢・しょうゆ	にんじん	◇カルピス(白)	☆アレルギー品目		
	ホットケーキミックス	はるさめ		【大豆・小麦・卵】		
名	牛乳・卵	★しょうゆ・酢・砂糖		レタス・ミニトマト	◇	
	きな粉	☆ごま・ごま油				
	黒蜜・砂糖	★ミニゼリー		みかん	◇	
	カロリー 475kcal	カロリー 478kcal	カロリー 478kcal	カロリー 476kcal		
	蛋白質 15.8g	蛋白質 15.0g	蛋白質 14.5g	蛋白質 15.2g		

☆印は赤色の食品〔血や肉のもととなる〕 ★印は黄色の食品〔熱や力のもとになる〕 ◇印は緑色の食品〔体の調子をととのえる〕