R 6　11 月　給　食　献　立　表

	6日（水）	7日（木）	8日（金）	13日（水）	14日（木）	15日（金）
献立名				【パン食】		七五三献立
	けんちん汁	生姜入りみそ汁	麻婆豆腐丼	ウィンナーコルネ	すきやき	赤飯
	スナップエンドウソテー	里芋のおかか煮	中華スープ	カスタードクリームパン	海藻サラダ	すまし汁
	三幸の揚げせん（塩味）	米粉のきな粉パンケーキ	乳酸飲料	牛乳	ぱりんこ	若鶏しょうゆ香り揚げ
						みかん
備考	はし携行	はし携行	はし携行 スプーン携行	※果物持参 果物のみ可	はし携行	はし携行
商品名	精白米 ★	精白米 ★	精白米 ★	【ウィンナーコルネ】	精白米 ★	精白米・もち米 ★
			豆腐 ☆	小麦粉、ウインナー		小豆・塩 ★
	鶏肉 ☆	白菜 ◇	合挽きミンチ ☆	砂糖、トマトケチャップ	牛肉 ☆	
	豆腐・油揚げ ☆	豚肉・油揚げ ☆	しょうが ◇	発酵風味料、マーガリン	にんじん ◇	えのき茸 ◇
	だいこん・にんじん ◇	たまねぎ・にんじん ◇	にんにく ◇	ミックス粉、パン酵母	たまねぎ ◇	ねぎ ◇
	さといも ★	生姜 ◇	白ねぎ ◇	食塩、調味酢	はくさい ◇	しょうゆ・塩
	ささがきごぼう・ねぎ ◇	ねぎ ◇	みそ ☆	一部に小麦、乳成分、	白ねぎ ◇	削り節・昆布（だし）
	生しいたけ ◇	みそ ☆	しょうゆ・酒	大豆、鶏肉、豚肉を含む	厚揚げ ☆	
	板こんにゃく ◇	削り節・煮干し（だし）	砂糖・ごま油 ★		糸こんにゃく ◇	若鶏しょうゆ香り揚げ
	しょうゆ ☆		片栗粉 ★		削り節（だし）	鶏肉
	削り節（だし）	里芋 ◇		【カスタードクリームパン】	油 ★	パン粉・小麦粉・でん粉
		厚揚げ ☆	たまねぎ・にんじん ◇	フラワーペースト	しょうゆ	しょうゆ・みそ
	スナップエンドウ ◇	花かつお ☆	えのき茸・ねぎ ◇	小麦粉　砂糖	砂糖・みりん	砂糖・塩・酒
	レンコン ◇	三度豆 ◇	わかめ ◇	マーガリン、発酵風味料		粉末卵白・鶏卵
	ウインナー ☆	しょうゆ	むきえび ☆	食塩　パン酵母	海藻ミックス ★	しょうが・にんにく・揚油
	オリーブオイル ★	砂糖・みりん	しお・しょうゆ	乳等を主要原料とする	ツナ ☆	アレルギー品目
	塩・しょうゆ		削り節（だし）	食品	きゅうり ◇	【小麦・大豆・卵・乳・ごま】
		米粉 ★	片栗粉 ★		砂糖 ★	ミニトマト ◇
	三幸の揚げせん（塩味）	ベーキングパウダー ★		一部に小麦　卵　乳成分	酢・塩・しょうゆ	レタス ◇
	アレルギー品目	きな粉・豆乳 ☆	乳酸飲料	大豆を含む		
	【大豆】	黒蜜 ☆			ぱりんこ	みかん ◇
		砂糖				
	カロリー　478 kcal	カロリー　465 kcal	カロリー　485 kcal		カロリー　480 kcal	カロリー　485kcal
	蛋白質　14.5 g	蛋白質　14.4 g	蛋白質　14.6 g		蛋白質　15.1 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〔熱や力のもとになる〕　◇印は緑色の食品〔体の調子をととのえる〕

R 6　11 月　給　食　献　立　表

	18日（月）	19日（火）	20日（水）	21日（木）	22日（金）	25日（月）
献立名	きのこのみそ汁 豚肉しぐれ煮 きゃべつおかか和え ミニゼリー	八宝菜 揚げシューマイ バナナ	わかめごはん さつま芋のみそ汁 小松菜の煮びたし ハッピーターン	ほうれん草スープ ポテトチャップ ミニゼリー	ハヤシライス かぼちゃサラダ 乳酸飲料	かぼちゃと里芋のみそ汁 切り干し大根の煮付け みかん
備考	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	はし携行 スプーン携行	はし携行
商品名	精白米 ★ しめじ・まいたけ ◇ えのき茸・ねぎ ◇ たまねぎ・にんじん ◇ うす揚げ・わかめ ☆ みそ ☆ 削り節(だし)・煮干し(だし) ☆ 豚肉 ☆ たまねぎ・生姜 ◇ 砂糖・みりん ★ しょうゆ・酒 削り節(だし) きゃべつ ◇ にんじん・三度豆 ◇ ちくわ ☆ 花かつお ☆ しょうゆ・みりん ミニゼリー	精白米 ★ 豚肉 ☆ えび・いか ☆ はくさい・玉葱・人参 ◇ 筍・もやし・生椎茸 ◇ にんにく ◇ 片栗粉・塩・しょうゆ ごま油 ★ 鶏がらスープの素 揚げしゅうまい 玉葱・鶏肉・豚脂 パン粉・粉末状大豆たんぱく 小麦粉・ごま油・揚油 砂糖・醤油・塩 アレルギー品目 【小麦・乳・大豆】 レタス・ミニトマト ◇ バナナ ◇	精白米 ★ わかめご飯の素 ★ さつま芋 ★ 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） 小松菜 ◇ 豚肉 ☆ しめじ ◇ にんじん ◇ 削り節（だし） 砂糖・しょうゆ・油 ハッピーターン	精白米 ★ ほうれん草 ◇ にんじん ◇ はくさい ◇ コーン ◇ ウインナー ☆ しょうゆ・塩 削り節(だし) 合挽肉 ☆ じゃがいも ★ たまねぎ ◇ グリンピース ◇ 粉チーズ ☆ 油 ★ ケチャップ ウスターソース ミニゼリー ◇	精白米 ★ 牛肉 ☆ たまねぎ ◇ にんじん ◇ マッシュルーム ◇ グリンピース ◇ にんにく ◇ ハヤシルゥ トマトピューレ ウスターソース しょうゆ・塩 油 ★ かぼちゃ ◇ ムキ枝豆 ◇ チーズ ☆ ヨーグルト ☆ 塩 はちみつ ★ 乳酸飲料	精白米 ★ 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 ◇ 干ししいたけ ◇ さやいんげん ◇ しょうゆ・砂糖・みりん みかん ◇
	カロリー 470 kcal 蛋白質 14.5 g	カロリー 489 kcal 蛋白質 15.8 g	カロリー 483 kcal 蛋白質 14.6 g	カロリー 477 kcal 蛋白質 14.7 g	カロリー 485 kcal 蛋白質 14.8 g	カロリー 478 kcal 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〔熱や力のもとになる〕　◇印は緑色の食品〔体の調子をととのえる〕

R 6　11 月　給　食　献　立　表

	２６日（火）	２７日（水）	２８日（木）	２９日（金）		
献立名	肉と野菜の煮物 中華風サラダ ミニゼリー	全学年人気No．２ カレーライス フルーツポンチ	中華スープ 小松菜ごま味噌和え ハッピーターン	お　誕　生　献　立 さつま芋ご飯 豚汁 豆腐ハンバーグ りんご		
備考	はし携行	はし携行 スプーン携行	はし携行	はし携行		
商品名	精白米 ★ 豚肉 ☆ ちくわ ☆ じゃがいも ★ たまねぎ ◇ にんじん ◇ さやいんげん ◇ しょうゆ・みりん 砂糖 ★ 油 ★ 削り節（だし） はるさめ ★ ツナ ☆ きゅうり ◇ にんじん ◇ もやし ◇ しょうゆ・酢・砂糖 ごま・ごま油 ★ ミニゼリー	精白米 ★ 鶏肉 ☆ じゃがいも ★ にんじん ◇ たまねぎ ◇ グリンピース ◇ カレールゥ にんにく パイン缶 ◇ みかん缶 ◇ もも缶 ◇ りんご ◇ バナナ ◇ レモン ◇ カルピス（白） ☆	精白米 ★ 豆腐 ☆ むきえび ☆ たまねぎ ◇ にんじん ◇ もやし・ねぎ ◇ わかめ ◇ 削り節（だし） ◇ しお・しょうゆ 小松菜 ◇ ささみ ☆ もやし ◇ にんじん ◇ みそ ☆ 砂糖・ごま油・ごま ★ しょうゆ・しお ハッピーターン	精白米・もち米 ★ さつまいも・塩 ★ 豚肉 ☆ 大根・にんじん ◇ ささがきごぼう ◇ 板こんにゃく・ねぎ ◇ 油揚げ・みそ ☆ 削り節・煮干し（だし） 豆腐ハンバーグ 鶏肉 豆腐 牛脂 ☆ 玉葱 人参 枝豆 ◇ ねぎ 生姜 砂糖 ◇ 塩　卵白　小麦粉 パン粉　揚げ油 アレルギー品目 【大豆・小麦・卵】 レタス・ミニトマト ◇ りんご ◇		
	カロリー　４７８kcal	カロリー　４７８kcal	カロリー　４７０ kcal	カロリー　４７６kcal		
	蛋白質　１５．０ｇ	蛋白質　１４．５ｇ	蛋白質　１４．８ｇ	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〕