

## 11月給食予定献立表



日	曜	献立名	おもに使われる食品名			アレルゲン物質該当原材料名 (食品表示法に基づく28品目)	栄養価 エネルギー kcal	蛋白質 g
			おもに熱や力になる食品 (きいろ)	おもに血や肉や骨になる食品 (あか)	おもにからだの調子をととのえる食品 (みどり)			
4	火	ごはん	米					
		牛乳		牛乳			乳	
		とりだんごじる	ごま油	鶏肉団子	ごぼう にんじん だいこん こんにゃく ほうれんそう	小麦 大豆 豚肉 鶏肉 ごま	635	22.3
		みそかつ	油 砂糖 ごま でんぶん	とんかつ みそ		小麦 大豆 豚肉 ごま		
5	水	もやしのナムル	ナムルドレッシング		もやし にんじん きゅうり	小麦 大豆 豚肉 鶏肉 ごま		
		デニッシュペストリー	デニッシュペストリー			小麦 大豆 乳 豚肉		
		牛乳		牛乳		乳		
		ブラウンシチュー	油 じゃがいも 砂糖 ハヤシルウ	鶏肉 豆乳	にんにく たまねぎ にんじん しめじ トマト グリンピース	小麦 大豆 豚肉 鶏肉 りんご	692	22.9
6	木	やき frankフルト		フランクフルト		豚肉		
		マカロニのジェノベーゼ	油 マカロニ	ベーコン チーズ	にんにく たまねぎ キャベツ バジル	小麦 大豆 豚肉 鶏肉 乳		
		はつがげんまいごはん	米 発芽玄米					
		わかめふりかけ	今月の統一献立 & いい歯の日献立	わかめふりかけ				
		牛乳		牛乳		乳		
		かぞさんだいすのごじる 【統一献立】		大豆 油揚げ みそ にぼし粉	にんじん だいこん かぼちゃ ほうれんそう ねぎ	大豆	714	25.2
		ししゃものいそベフライ 小1~1本 小4~2本	油	ししゃもの磯辺フライ		小麦 大豆		
7	金	ソース				大豆 りんご		
		ごもくきんぴら	油 ごま ごま油 砂糖	鶏肉	ごぼう にんじん れんこん こんにゃく いんげん	小麦 大豆 ごま 鶏肉		
		ごはん	米					
		牛乳		牛乳		乳		
10	月	スンドウブスープ	ごま油	豚肉 みそ あさり 豆腐	にんにく しょうが たまねぎ はくさい にんじん えのきたけ 白菜キムチ にら	小麦 大豆 豚肉 ゼラチン ごま りんご	647	23.7
		にくだんごのあまずあん2こ		肉団子甘酢味		小麦 大豆 豚肉 鶏肉 ごま りんご		
		はるさめサラダ	中華ドレッシング 春雨		にんじん もやし きゅうり とうもろこし	小麦 大豆 豚肉 鶏肉 ごま		
		ごはん	米					
11	火	牛乳		牛乳		乳		
		こどもパンスライス	子供パン			小麦 大豆		
		あきのみかくのクリームスープ	油 ベシャメルウ さつまいも	牛乳 ベーコン チーズ	たまねぎ にんじん しめじ マッシュルーム たもぎたけ パセリ	小麦 大豆 豚肉 鶏肉 乳	716	28.9
		チキンイタリアン	油 でん粉 砂糖	鶏肉		大豆 鶏肉 りんご		
		コールスローサラダ	コールスロードレッシング		キャベツ にんじん とうもろこし きゅうり			
12	水	わかめごはん	北川辺東小学校 リクエスト献立	米	わかめ			
		コーヒーミルク		コーヒーミルク		乳		
		トマトのたまごスープ	でん粉	鶏肉 卵	たまねぎ キャベツ トマト	小麦 大豆 豚肉 鶏肉 卵	703	23.2
		かぼちゃひきにくフライ	油	かぼちゃひき肉フライ		小麦 大豆 豚肉 りんご		
13	木	ちゅうかやさいいため	油 砂糖 でんぶん	豚肉 生揚げ	しょうが にんじん たまねぎ たけのこ ブロッコリー	小麦 大豆 豚肉		
		ちゅうかめん	中華麺			小麦		
		牛乳		牛乳		乳		
		とうふラーメンじる	油 ごま油 でん粉	豚肉 豆腐	にんにく しょうが たまねぎ にんじん にら ねぎ	小麦 大豆 豚肉 鶏肉 ごま	708	28.2
17	月	ねぎみそパオズ2こ		ねぎみそパオズ		小麦 大豆 豚肉		
		さつまいもりんごのあまに	バター さつまいも 砂糖		りんご レモン	乳 りんご		
		ごはん	米					
		牛乳		牛乳		乳		
		ワンタンごまみそしる	ワンタン ごま油 ごま	みそ	にんにく にんじん もやし キャベツ にら ねぎ	小麦 大豆 鶏肉 ごま	644	25.0
18	火	あつやきたまご		厚焼きたまご		卵 大豆 さば		
		かおりぶたどんのぐ	油 砂糖	豚肉(香り豚)	たまねぎ えのきたけ こんにゃく えだまめ	小麦 大豆 豚肉		
		キヤロットパン	埼玉県の にんじん使用	キヤロットパン		小麦 大豆		
		牛乳		牛乳		乳		
19	水	ファイバースープ	油 もち麦 じゃがいも 砂糖	ウインナー 寒天	セロリー にんじん たまねぎ しめじ トマト	小麦 大豆 豚肉 鶏肉	715	28.9
		てりやきチキン		鶏肉の生姜醤油漬け		小麦 大豆 鶏肉		
		ツナのスパゲッティソテー	ノンエッグマヨネーズ スパゲティ	まぐろ油漬け	にんにく たまねぎ とうもろこし パセリ	小麦 大豆 鶏肉		
		ごはん	米					
19	水	牛乳	埼玉県の 郷土料理	牛乳		乳		
		もずくのみそしる		もずく みそ 油揚げ 煮干し粉	だいこん はくさい もやし ほうれんそう	大豆	666	20.9
		ゼリーフライ	油 ゼリーフライ			小麦 大豆 りんご		
		かてめしのぐ	油 砂糖	鶏肉	ごぼう しいたけ にんじん こんにゃく えだまめ	小麦 大豆 鶏肉		

20	木	ごはん	米							
		牛乳	だしを味わう 和食の日献立	牛乳				乳		
		すまじる		豆腐 かまぼこ	にんじん たけのこ ほうれんそう ねぎ			小麦 大豆		670 27.6
		さばのしおやき		さば文化干し				さば		
21	金	おやこに	油 砂糖	鶏肉 凍り豆腐 卵	しいたけ にんじん たまねぎ			小麦 大豆 卵 鶏肉		
		ちゃめし	花崎北小学校 リクエスト献立	米						
		ジョアプレーン		ジョアプレーン			乳			
		とんじる	さといも	豚肉 豆腐 みそ	ごぼう にんじん だいこん こんにゃく ねぎ			大豆 豚肉		635 24.1
25	火	とりのからあげ	でん粉 油	鶏肉の生姜醤油漬け				小麦 大豆 鶏肉		
		プロッコリーとカリフラワーのサラダ	香りごまドレッシング		とうもろこし プロッコリー カリフラワー きゅうり			ごま		
		ごはん	米							
		牛乳		牛乳			乳			
26	水	ピリからみそしる		みそ	にんにく たまねぎ にんじん とうもろこし かぶ もやし ほうれんそう			大豆		691 29.3
		とうふハンバーグおろしソースかけ	砂糖 でん粉	豆腐ハンバーグ	だいこん しょうが			大豆 豚肉 鶏肉 小麦		
		ひじきのもの	油 砂糖	鶏肉 ちくわ 油揚げ ひじき	にんじん しいたけ えだまめ こんにゃく			鶏肉 小麦 大豆		
		○ヨーグルト		ヨーグルト			乳			
27	木	山型食パン	山型食パン					小麦 乳 大豆		
		りんごジャム	りんごジャム					りんご		
		牛乳		牛乳			乳			
		花野菜のコンソメスープ		鶏肉	にんじん たまねぎ はくさい プロッコリー カリフラワー パセリ			小麦 大豆 豚肉 鶏肉		613 25.4
28	金	ハムカツ	油	ハムカツ				小麦 大豆 豚肉		
		ソース						大豆 りんご		
		いんげんとコーンのソテー	油	ベーコン	いんげん とうもろこし もやし			小麦 大豆 豚肉 鶏肉		
		じごなひらうちめん	じごなひらうちめん					小麦		
27	木	牛乳	埼玉県の 郷土料理	牛乳				乳		
		ひもかわうどんじる	油	鶏肉 油揚げ	にんじん だいこん はくさい しめじ こまつな ねぎ			小麦 大豆 鶏肉		671 21.7
		みそポテト2こ	衣付きポテト 油 砂糖 でん粉	みそ				小麦 大豆		
		シャキシャキサラダ	コバトン	塩中華ドレッシング	茎わかめ	キャベツ れんこん きゅうり にんじん				

※ アレルギー表示は、特定原材料及び特定原材料に準ずるもの28品目を記載しています。

えび	かに	くるみ	小麦	そば	卵	乳
落花生(ピーナッツ)	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	カシューなツ
キウイフルーツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉
バナナ	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン

※ 材料入荷の都合により、献立を変更することがあります。ご了承ください。

※ ○印の献立は、業者から直接学校に配送されるものです。

※ 加須市内の給食センター（加須・騎西）では、季節に合わせて共通したメニュー【統一献立】を取り入れています。

※ 今年度より、一部のパンについて、乳不使用となりました。献立表の「アレルゲン物質該当原材料名」でご確認ください。

※ 今月の地場産物は【米、大豆、ふるさと味噌、浮野味噌、みつか味噌、香り豚、きゅうり、ねぎ、白菜、キャベツ、まいたけ】です。

17回

平均栄養量

676 25.3

基準栄養量

650 21.2~32.5

給食予定献立表は加須市の  
HPでもご覧いただけます  
レシピも掲載しています  
学校給食課のページはこちら ⇒



## 彩の国ふるさと学校給食月間

埼玉県では、6月と11月を「ふるさと学校給食月間」としています。

学校給食では、地元の食材や郷土食などを提供し、食への関心やふるさとへの愛着を深めることに努めています。

私たちが住んでいる地域でとれる食べ物を「地場産物」といいます。地元で作られたものは、生産者が近くにいるので、「顔が見えて安心」「新鮮な食材」「旬な食材」などのメリットがあります。

### 学校給食に地場産物を活用する効果



今月の



### 北川辺東小

わかめご飯  
コーヒーミルク  
トマトの卵スープ  
かぼちゃひき肉フライ  
中華野菜炒め

11月のご飯は  
北川辺地域産  
コシヒカリ

を使用しています。



地域の産業や食文化への理解を  
深めることができます

食料の生産、流通に関わる  
人びとにに対する感謝の気持ち  
を育むことができます

学校と地域との連携・  
協力関係を構築するこ  
とができる



### 花崎北小

茶めし  
ジョア  
豚汁  
とりのから揚げ  
プロッコリーとカリフラワーのサラダ