

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
			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	ごはん				
		牛乳		牛乳		乳	772 25.9
		ちゃんこスープ	油	とり肉	にんじん だいこん キャベツ もやし ねぎ えのきたけ しめじ	小麦 大豆 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン	
		さばのみそ煮	さとう	さば みそ	しょうが	さば 大豆	780 30.4
		ごぼうサラダ			ごぼうサラダ とうもろこし	小麦 大豆 乳 卵 ごま	
5	水	地粉うどん	地粉うどん			小麦	
		牛乳		牛乳		乳	632 25.0
		けんちんうどんの汁	油 さといも	とり肉 煮干し粉 油揚げ	ごぼう にんじん こまつな ねぎ	小麦 大豆 鶏肉	
		ちくわのカレーあげ(小2個・中2個)	油 小麦粉 でんぶん	ちくわ		小麦	781 30.1
6	木	ほうれん草とコーンのソテー	油		たまねぎ ほうれん草 とうもろこし にんじん	小麦 大豆 乳 鶏肉	
		あげパン(きなこ)	ツイストパン 油 さとう	きなこ		小麦 大豆	
		牛乳		牛乳		乳	597 24.6
		ミネストローネ	油 じゃがいも シェルマカロニ	ぶた肉 ベーコン	にんにく たまねぎ にんじん セロリ マッシュルーム トマト	小麦 大豆 乳 豚肉 鶏肉	
		ツナオムレツ		ツナオムレツ		小麦 大豆 卵 りんご	652 27.3
7	金	○ヨーグルト		ヨーグルト		乳	
		ごはん	ごはん				
		牛乳		牛乳		乳	702 23.7
		あつあげとこまつなのみそ汁		煮干し粉 厚揚げ みそ	にんじん こまつな ねぎ	大豆	
		ゼリーフライ	ゼリーフライ 油			小麦 大豆 りんご	853 28.4
10	月	三色そばろ	さとう	とり肉 炒り卵	グリンピース	小麦 大豆 卵 鶏肉	
		ごはん	ごはん				
		牛乳		牛乳		乳	669 26.7
		ウェーブワンタンスープ	ごま油 ウェーブワンタン	とり肉 なると	にんじん キャベツ もやし しょうが にら	小麦 大豆 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン ごま	
		白身魚のフライ	油	ほきフライ		小麦 大豆	
		ソース				大豆 りんご	810 31.5
11	火	ポテトきんぴら	油 じゃがいも さとう	ベーコン	しょうが にんじん ピーマン	小麦 大豆 乳 鶏肉 豚肉	
		ごはん	ごはん				
		コーヒーミルク	田ヶ谷小学校 リクエスト献立	コーヒーミルク		乳	795 27.2
		豚汁	油 じゃがいも	ぶた肉 煮干し粉 みそ とうふ	ごぼう にんじん だいこん ねぎ	大豆 豚肉	
		とりのからあげ	油 でんぶん	とり肉生姜しょうゆ漬け		小麦 大豆 鶏肉	
		ブロッコリーサラダ			ブロッコリー カリフラワー にんじん とうもろこし		938 32.3
12	水	ノンエッグマヨネーズ	ノンエッグマヨネーズ			大豆	
		コッペパンスライス	コッペパンスライス			小麦 大豆	
		牛乳		牛乳		乳	645 26.8
		焼きそば	中華めん 油	ぶた肉 青のり	にんじん たまねぎ キャベツ もやし	小麦 大豆 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン	
		肉シュウマイ(小2個・中2個)		肉シュウマイ		小麦 大豆 豚肉 鶏肉	
		切り干し大根サラダ		茎わかめ	切り干し大根 にんじん きゅうり とうもろこし		758 30.6
13	木	香りごまドレッシング	香りごまドレッシング			小麦 大豆 卵 ごま	
		ごはん	ごはん				
		ジョア(プレーン)		ジョア(プレーン)		乳	644 20.4
		ポークカレー	油 じゃがいも カレールウ	ぶた肉 粉チーズ スキムミルク	にんにく たまねぎ にんじん	小麦 大豆 乳 豚肉 鶏肉 りんご バナナ	
		チキンナゲット(小2個・中3個)		チキンナゲット		小麦 大豆 乳 鶏肉	812 25.8
17	月	りんご			りんご	りんご	
		ごはん	ごはん				
		牛乳		牛乳		乳	708 25.6
		さつまいもときのこのみそ汁	さつまいも	煮干し粉 みそ わかめ	えのきたけ しめじ ねぎ	大豆	
		さといもコロッケ	油 さといもコロッケ			小麦 大豆 鶏肉	
		ソース				大豆 りんご	833 29.8
18	火	大豆のいそ煮	油 さとう	ひじき とり肉 油揚げ 大豆 さつま揚げ	にんじん こんにゃく	小麦 大豆 鶏肉	
		ごはん	ごはん				
		牛乳		牛乳		乳	664 25.4
		八杯汁	油 でんぶん さといも	厚揚げ	ごぼう しいたけ にんじん だいこん こんにゃく ねぎ	小麦 大豆	
		あじのさんが焼き	さとう でんぶん	あじのさんが		小麦 大豆 卵	808 30.3
19	水	しらたきのソテー	ごま油 さとう	ぶた肉	しょうが にんじん チンゲンサイ たけのこ しらたき	小麦 大豆 豚肉 ごま	
		中華めん	中華めん			小麦	
		牛乳		牛乳		乳	661 25.6
		みそラーメンの汁	油 ごま さとう	ぶた肉 みそ	しょうが にんにく にんじん たまねぎ もやし きくらげ にら	小麦 大豆 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン ごま	
		蒸しそうざ(小2個・中2個)		ぎょうざ		小麦 大豆 豚肉 鶏肉	792 30.0
20	木	フルーツ杏仁	杏仁豆腐		みかん缶 パイン缶 黄桃缶	大豆 もも	
		こどもパン	こどもパン			小麦 大豆	
		牛乳		牛乳		乳	672 21.2
		さつまいもシチュー	油 バター ホワイトルウ さつまいも	とり肉 ベーコン 牛乳	たまねぎ にんじん とうもろこし	小麦 大豆 乳 豚肉 鶏肉	
		カレーコロッケ	油 カレーコロッケ			小麦 大豆 牛肉 豚肉 りんご	
		こんにゃくサラダ			サラダこんにゃく きゅうり キャベツ		
		和風ドレッシング	和風ドレッシング			小麦 大豆 豚肉 鶏肉 りんご	824 25.2

日 曜	11月 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)			
21 金	ごはん	ごはん					
	牛乳		牛乳			乳	634
	吳汁【統一献立】	さといも	油揚げ 大豆 みそ	ごぼう にんじん だいこん しいたけ かぼちゃ ねぎ こんにゃく	大豆		23.3
	さばの西京焼き		さばの西京漬け		大豆 さば		
	もやしとキャベツのお浸し			もやし キャベツ にんじん		765	27.4
	しょうゆ				小麦 大豆		
25 火	ごはん	ごはん					
	牛乳		牛乳			乳	732
	マー婆ー豆腐	ごま油 でんぶん さとう	ぶた肉 とうふ みそ	しょうが にんにく しいたけ たまねぎ にんじん	小麦 大豆 牛肉 豚肉 ゼラチン ごま		25.0
	春巻き	油	春巻き		小麦 大豆 鶏肉 ごま		
	ほうれん草ともやしのナムル			ほうれん草 もやし にんじん		859	29.1
26 水	ナムルドレッシング	ナムルドレッシング			小麦 大豆 豚肉 鶏肉 ごま		
	ごはん	ごはん					
	牛乳		牛乳			乳	650
	いものこ汁	さといも	ぶた肉 煮干し粉 みそ	ごぼう にんじん こんにゃく ねぎ	大豆 豚肉		32.4
	ほっけの塩焼き		ほっけ			785	38.6
27 木	切り干し大根の五目煮	油 さとう	とり肉 油揚げ さつま揚げ	にんじん しいたけ 切り干し大根	小麦 大豆 鶏肉		
	黒パン	黒パン			小麦 大豆		
	牛乳		牛乳		乳	649	27.2
	ポトフ	じゃがいも	ぶた肉 ベーコン	たまねぎ にんじん だいこん マッシュルーム ブロッコリー	小麦 大豆 乳 豚肉 鶏肉		
	ハンバーグのデミソースかけ	油 デミグラスソース さとう	ハンバーグ	たまねぎ	小麦 大豆 豚肉 鶏肉	796	32.7
28 金	ヨーグルト和え	さとう	ヨーグルト	みかん缶 パイン缶 黄桃缶 ナタデココ	乳 もも ゼラチン		
	ごはん	ごはん					
	ジョア(ストロベリー)		ジョア(ストロベリー)		乳	773	25.4
	チキンカレー	油 じゃがいも カレールウ	とり肉 粉チーズ スキムミルク	にんにく たまねぎ にんじん	小麦 大豆 乳 豚肉 鶏肉 りんご バナナ		
	大豆とさつまいもの甘辛和え	油 さつまいも さとう でんぶん ごま	大豆		小麦 大豆 ごま		
28 金	ボイルブロッコリー			ブロッコリー		959	31.1
	イタリアンドレッシング	イタリアンドレッシング			小麦 大豆 豚肉 鶏肉 りんご		

※ 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	カシューナッツ
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。

※ 今月の地場産物は【米、豚肉、きゅうり、ねぎ、にんじん、きくらげ、ブロッコリー】です。

17回	小学校 平均栄養量	679	25.4
	中学校	817	30.0
	小学校 基準栄養量	650	21.2~32.5
		830	26.9~41.5

11月のご飯は騎西地域産コシヒカリ
を使用しています。

一部のパンが乳抜きになりました。



実りの秋 食べ物を大切にいただきましょう

校庭の木々が色づき、日に日に秋が深まってきたことを感じます。昔から日本人にとって重要な穀物であるお米をはじめ、大豆やそば、里いもなど、さまざまな作物が収穫時期を迎えてます。各地で収穫を祝うお祭りが開催され、11月23日には「新嘗祭」という伝統的な宮中行事が行われます。この日は「勤労感謝の日」として国民の祝日になっていますが、食べることは、たくさんの人の勤労に支えられていることを忘れずに、日々の食事を大切にいただきましょう。



給食予定献立表は
加須市のHPでも
レシピも掲載しています
学校給食課のページは
こちら⇒

