

# 令和7年11月 Aコース 献立予定表



市ホームページに献立予定表・詳細献立表を掲載しています



## 今月の給食目標 地域の食べ物について知ろう



〈月曜日と木曜日は持参ごはん〉 ふりかけなどをかけずにもってきてください。給食には毎食牛乳がつきます。



月（持参ごはん）		火	水	木（持参ごはん）	金	
文化の日 3		★委託わかめごはん みそ汁 あぶらあげ・とうふ・★きゅうり・えのき 厚焼き玉子 たまご 小松菜の和風和え もやし・にんじん・こまつな・こくみわふうドレッシング	～図書給食～ バターパン ABCスープ とりにく・★たまねぎ・★はくさい・にんじん・アルファベットマカロニ カクテルソースハンバーグ ハンバーグ（とりにく・たまねぎ・だいず・ぶたにく・たまご）・ちゅうのうソース・ケチャップ・しょうゆ バジルチーズサラダ ★きゅうり・★だいこん・コーン・バジルチーズドレッシング	～図書給食～ 持参ごはん みそワタンスープ ワタンのかわ・ぶたにく・にんじん・★はくさい・★たまねぎ 鶏のから揚げ（小2ヶ：中3ヶ） とりにく 大豆の磯煮 だいず・にんじん・ひじき・つきこん	小型バターパン カレーうどん うどん・とりにく・★たまねぎ・にんじん 野菜の煮びたし こまつな・あぶらあげ・もやし・にんじん コーヒーマイルメーク	
持参ごはん トッポグスープ トッポグ・★たまねぎ・★はくさい・にんじん 鶏肉のごま照り焼き とりにく・ごま チョレギサラダ ★だいこん・きゅうり・★きゅうり・チョレギサラダドレッシング・のり	～ふるさと給食⑥～ ★委託ごはん 土別野菜のみそ汁 しべつ・やさい ★きゅうり・★だいこん・★たまねぎ・あぶらあげ 牛すき煮 ★きゅうり・やきとうふ・★たまねぎ・にんじん・★はくさい・しらたき かぼちゃと大豆のヨーグルト和え ★かぼちゃ・★じゃがいも・★つくもだいず・ヨーグルト・マヨネーズ・チーズ	バターパン ラビオリスープ ラビオリ・ぶたにく・★はくさい・★たまねぎ・とまとみず たらのバジルチーズ焼き たら・バジルソース・チーズ シャキシャキサラダ ★だいこん・★きゅうり・コーン・フレンチドレッシング	持参ごはん 五目汁 あぶらあげ・にんじん・とりにく・★だいこん・★はくさい あじフライソースがけ あじ・ちゅうのうソース ごぼうサラダ ごぼうサラダ・★きゅうり・にんじん・マヨネーズ	小型バターパン きのこの和風パスタ スパゲティ・★たまねぎ・えのき・エリンギ・こまつな・とりにく・バター かんきつサラダ ★きゅうり・きゅうり・★だいこん・かんきつドレッシング ベビーチーズ		
持参ごはん 卵スープ たまご・★たまねぎ・わかめ・★はくさい ハムカツソースがけ ハムかつ（とりにく・ぶたにく）・ちゅうのうソース チャプチェ ぶたにく・はるさめ・にんじん・こまつな・もやし・ごま	～和食の日～ ★委託ごはん みそ汁 ★かぼちゃ・★たまねぎ・★はくさい さんまのおかか煮 さんま・かつおぶし からし和え こまつな・にんじん・もやし・ツナ	♪食育の日♪ バターパン トマトクリームスープ ★たまねぎ・にんじん・しめじ・こまつな・ペーコン・バター・きゅうり・う・こなチーズ・とまとジュース ラザニア ぎゅうにゅう・たまねぎ・ケチャップ・ラザニア・チーズ・ぶたにく・にんじん キャベツのソテー ★きゅうり・★たまねぎ・エリンギ・ぶたにく・にんじん	～ふるさと給食⑦～ 持参ごはん 土別たまねぎたっぷりキーマカレー ぶたにく・とりにく・にんじん・★たまねぎ・★つくもだいず・こなチーズ・ヨーグルト トマトドレッシングサラダ ★きゅうり・★だいこん・とまとドレッシング みかん	小型バターパン ガタンラーメン らーめん・とりにく・いか・にんじん・つと・★はくさい・★たまねぎ 棒棒鶏サラダ もやし・とりにく・きゅうり・にんじん・ごま・ばんばんじードレッシング いちごジャム		
振替休日 ふるさと給食の「かぼちゃと大豆のヨーグルト和え」は、JA北ひびき女性部・青年部が考案したレシピを参考にしています。（ご飯がすすむ農家めし事業）	★委託ごはん すまし汁 まめふ・★たまねぎ・とうふ・にんじん いわしの生姜煮 いわし ポテトサラダ じゃがいも・にんじん・たまねぎ・きゅうり・ドレッシング おさかなふりかけ さばぶし・ごま・いわし・かつお・あおのり	バターパン ポトフ とりにく・★じゃがいも・★きゅうり・にんじん・★たまねぎ オムレツケチャップがけ たまご・ケチャップ コーンスローサラダ だいこん・★きゅうり・コーンスロードレッシング	持参ごはん ごま風味みそ汁 にんじん・こまつな・★たまねぎ・あつあげ・つきこん・ごま たらめんつゆマヨ焼き たら・マヨネーズ・めんつゆ 白菜甘酢和え ★はくさい・きゅうり・にんじん・かつおぶし	小型バターパン けんちんうどん うどん・とりにく・あぶらあげ・だいこん・にんじん・ごぼう・★はくさい・とうふ わかめのごまサラダ ★きゅうり・きゅうり・だいこん・わかめ・ごまクリームドレッシング マーマレードジャム		
1食あたりの予定平均摂取量		小学生（中学年） 中学生	エネルギー 588kcal エネルギー 786kcal	たんぱく質 24.0g たんぱく質 30.2g	脂質 19.6g 脂質 23.2g	食塩相当量 3.1g 食塩相当量 4.0g

献立予定表には主な食材料を記載しています。全ての食材料は詳細献立表に記載しています。

土別市学校給食センター 23-4195

献立は予告なしに変更になる場合がありますのでご了承ください。献立予定表は各校の状況により電子化または紙での配布となります。

土別市・和寒町でとれた食材は★印がついています。



さかなや肉の骨に気をつけて、ゆっくりよくかんで食べましょう。



# 令和7年度 Aコース 11月1週 詳細献立表

\*献立は、材料の都合により予告しないで一部を変更することがありますのでご承知下さい。

\*藻類・魚介類はえび・かにの生息域で採取されています。

\*うどん・ラーメン・スパゲティ・そうめんは小麦粉を使用し、製造工場では、そばを製造しています。

\*大豆製品（豆腐・油揚げ・生揚げ）・つきこん・白滝・こんにゃくの製造工場では、そばを製造しています。

\*パン・委託ご飯の製造工場では、くるみ・オレンジ・ごま・落花生・バナナ・キウイフルーツを使用しています。

\*主な調味料に含まれるもの（原材料名の記入を省略しています）

日	献立表	食材 下線：特定原材料（8品目）、特定原材料に準ずるもの（20品目）
4 (火)	委託わかめご飯 牛乳 ①みそ汁 ②厚焼き玉子 ③小松菜の和風和え	わかめご飯の素：わかめ・食塩・砂糖・酵母エキス コンタミ：えび・かに ①油揚げ（大豆）・豆腐（大豆）・キャベツ・えのき ＜調味料＞鰹節・鰹節・煮干・みそ（大豆・米） 昆布液体だし：水飴・食塩・酵母エキス・昆布・酒糟 コンタミ：えび・かに・小麦・乳・いか・鮭・鰯・大豆・鶏肉・ゼラチン ②厚焼きたまご：鶏卵・砂糖・植物油・酢・食塩・鰹だし・昆布だし・澱粉 ③もやし・人参・小松菜 ＜調味料＞ノンオイルドレッシングこくみ和風：砂糖・醤油（小麦・大豆）・玉葱酢漬（りんご）・酢（りんご）・玉葱・食塩・人参・豚エキス・鶏エキス・セロリ・にんにく・酵母エキス・ピーマン・香辛料・澱粉
5 (水)	バターパン（小麦・卵・乳） 牛乳 ①ABC スープ ②カクテルソースハンバーグ ③バジルチーズサラダ	①鶏肉・玉葱・白菜・人参 アルファベットマカロニ：小麦粉 ＜調味料＞醤油（小麦・大豆）・食塩・こしょう・米油 コンソメ：乳糖・食塩・鶏肉・砂糖・鶏脂・パーム油・醤油（小麦・大豆）・玉葱・乳たん白・香辛料（小麦）・澱粉 ②ハンバーグ：鶏肉・玉葱・大豆たん白・パン粉（乳・小麦・大豆）・生脂・醤油（小麦・大豆）・砂糖・大豆油・豚肉・生肉エキス・食塩・ウスターソース（りんご・大豆）・発酵調味料・香辛料・酵母エキス・大豆たん白・卵白・澱粉・ココア ＜調味料＞醤油（小麦・大豆）・米油・砂糖 ケチャップ：トマト・砂糖・食塩・玉葱・酢 中濃ソース：果糖ブドウ糖液糖・砂糖液糖・りんご・酢・食塩・トマトペースト・香辛料・澱粉・調味料 ③キャベツ・だいこん・コーン ＜調味料＞こしょう バジルチーズドレッシング：植物油（大豆）・乳酸発酵卵白（乳）・砂糖・酢・食塩・チーズ（乳）・バジルペースト（大豆）・チーズフード（乳）・卵黄・乳等を主要原料とする成分・レモン果汁・にんにく・卵たん白加水分解物・香辛料
6 (木)	持参ご飯 牛乳 ①みそワントンスープ ②鶏のから揚げ ③大豆の磯煮	①豚肉・人参・白菜・玉葱 ワントンの皮：小麦粉・麦たんぱく（小麦）・玉葱粉末・食塩 ＜調味料＞醤油（小麦・大豆）・ショウガ・にんにく・赤みそ（大豆・米） チキンからスープ：鶏骨・鶏肉スープ・鶏エキス・酵母エキス・調味料 ②若鶏唐揚げ：鶏肉・醤油（小麦・大豆）・小麦粉・ショウガ・みりん・砂糖・食塩・衣（小麦粉・コーングリッツ・澱粉・大豆たんぱく・香辛料）・菜種油・とうもろこし油 コンタミ：卵・乳 ③大豆水煮・人参・つきこん・ひじき ＜調味料＞砂糖・醤油（小麦・大豆）・みりん・酒・米油 鰹の素リッキー：食塩・鰹エキス・鰹節・煮干鰹・鰹節・たん白加水分解物・砂糖・昆布エキス めんつゆ：果糖ぶどう糖液糖・醤油（小麦・大豆）・食塩・昆布・鰹節
7 (金)	小型バターパン（小麦・卵・乳） 牛乳 ①カレーうどん ②野菜の煮びたし ③コーヒーマイルメーク	①うどん・鶏肉・玉葱・人参 ＜調味料＞ショウガ・澱粉・鰹節・鰹節・煮干・昆布 カレー粉：ターメリック・コリアンダー・クミン・フェヌグreek・チリペッパー・オールスパイス・香辛料 めんつゆ：果糖ぶどう糖液糖・醤油（小麦・大豆）・食塩・昆布・鰹節 和風だしみよこ：醤油・食塩・砂糖・鰹節・うるめ鰹・発酵調味料・煮干・酵母エキス・昆布・調味料・（一部に小麦・大豆を含む） 京のカレーだし：水飴・砂糖・カレールウ（小麦粉・動物油脂・カレー粉）・醤油・食塩・鰹節・畜肉エキス・野菜エキス・澱粉・（一部に乳成分・生肉・鰯・ゼラチン・大豆・豚肉・鶏肉を含む） 和風カレールウ：小麦粉・豚脂・パーム油・砂糖・ぶどう糖・カレー粉・食塩・鰹粉末・昆布・トマト・玉葱粉末（大豆）・にんにく・デキストリン・醤油（小麦・大豆）・酵母エキス・コンタミ：乳・生・鶏 ②小松菜・もやし・人参・油揚げ（大豆） ＜調味料＞醤油（小麦・大豆）・みりん・酒 鰹の素リッキー：食塩・鰹エキス・鰹節・煮干鰹・鰹節・たん白加水分解物・砂糖・昆布エキス ③コーヒーマイルメーク：果糖ブドウ糖液糖・砂糖・インスタントコーヒー・食塩・乳酸カルシウム・着色料

# △コース 11月2週 詳細献立表

日	献立表	食材 下線：特定原材料（8品目）、特定原材料に準ずるもの（20品目）
10 (月)	持参ご飯 <u>牛乳</u> ①トッポギスープ ②鶏肉のごま照り焼き ③チョレギサラダ	①玉葱・白菜・人参 トッポギ：米粉・澱粉・食塩 ＜調味料＞醤油( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・酒・食塩・こしょう 中華ベース：食塩・ <u>豚</u> エキス・砂糖・玉葱粉末・にんにく粉末・鶏肉粉末・調味料・香料・（一部に <u>小麦</u> ・ <u>卵</u> ・ <u>大豆</u> を含む） ②若鶏のごま照り焼き：鶏肉・パン粉（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・ <u>大豆</u> たん白・植物油脂・ <u>ごま</u> ・醤油( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・砂糖・パン粉（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・ブドウ糖・発酵調味料・ <u>鶏</u> エキス（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・食塩・がらスープ（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ・ <u>豚</u> 肉・鶏肉・ <u>ごま</u> ）・魚介エキス・酵母エキス・澱粉 ③大根・きゅうり・キャベツ・海苔 ＜調味料＞こしょう チョレギサラダドレッシング：植物油脂（ <u>ごま</u> ・ <u>大豆</u> ）・砂糖・醸造酢・ガーリックペースト・醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・みそ（ <u>大豆</u> ）・ <u>ごま</u> ・昆布エキス・香味油
11 (火)	委託ご飯 <u>牛乳</u> ①土別野菜のみそ汁 ②牛すき煮 ③かぼちゃと大豆のヨーグルト和え	①キャベツ・大根・玉葱・油揚げ（ <u>大豆</u> ） ＜調味料＞鰹節・鯖節・煮干・昆布・みそ（ <u>大豆</u> ・米） 昆布液体だし：水飴・食塩・酵母エキス・昆布・酒精 コンタミ：えび・かに・ <u>小麦</u> ・乳・いか・鮭・鯖・ <u>大豆</u> ・鶏肉・ゼラチン ②牛肉・焼き豆腐（ <u>大豆</u> ）・玉葱・人参・白菜・しらたき ＜調味料＞酒・醤油( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・みりん・砂糖・米油 めんつゆ：果糖ぶどう糖液糖・醤油( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・食塩・昆布・鰹節 鰹の素リッキー：食塩・鰹エキス・鰹節・煮干・鯖節・たん白加水分解物・砂糖・昆布エキス ③南瓜・じゃが芋・つくも <u>大豆</u> ・チーズ（乳） ヨーグルト：乳製品・ゼラチン・寒天・ペクチン・香料 ＜調味料＞食塩・こしょう マヨネーズ：植物油脂（ <u>大豆</u> ）・ <u>卵</u> 黄・酢（ <u>小麦</u> ）・食塩・砂糖
12 (水)	バターパン( <u>小麦</u> ・ <u>卵</u> ・乳) <u>牛乳</u> ①ラビオリスープ ②たらのバジルチーズ焼き ③シャキシャキサラダ	①豚肉・白菜・玉葱・トマト水煮 ラビオリ：小麦粉・食塩・鶏肉・玉葱・パン粉（ <u>小麦</u> ）・ <u>大豆</u> たん白・豚肉・豚脂・酵母エキス（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・ <u>豚</u> エキス・砂糖・香辛料・調味料（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ） ＜調味料＞砂糖・こしょう・ロリエ粉 コンソメ：乳糖・食塩・鶏肉・砂糖・鶏脂・パーム油・醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・玉葱・乳たん白・香辛料（ <u>小麦</u> ）・澱粉 トマトスーフルゥ：デキストリン・トマト・ <u>小麦</u> 粉・パーム油・食塩・砂糖・玉葱・にんにく・ミックススパイス・粉末ワイン・酵母エキス・米酢 がらフレッシュ：豚骨・鶏骨・魚介エキス・豚骨油 ②たら・チーズ（乳） バジル焼オイルソース：植物油脂・食塩・にんにく・マスタードシード・畜肉エキス・香味油・バジル・パセリ・レッドベル・たん白加水分解物・ローズマリー・セージ・オレガノ・タイム・ナツメグ・こしょう・調味料・乳化剤・（一部に <u>小麦</u> ・乳成分・ゼラチン・ <u>大豆</u> ・鶏肉・豚肉を含む） ＜調味料＞白ワイン ③大根・キャベツ・コーン ＜調味料＞こしょう コールスロードレッシング：植物油脂・砂糖・果糖ぶどう糖液糖・醸造酢・りんご酢・食塩・レモン果汁・液全乳・玉葱エキス フレンチドレッシング：食用植物油脂（ <u>大豆</u> ）・醸造酢（ <u>小麦</u> ）・砂糖・食塩・ <u>卵</u> ・増粘剤（澱粉）・香辛料・ゼラチン
13 (木)	持参ご飯 <u>牛乳</u> ①五目汁 ②あじフライソースがけ ③ごぼうサラダ	①鶏肉・油揚げ（ <u>大豆</u> ）・人参・大根・白菜 ＜調味料＞ショウガ・昆布・醤油( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・食塩・鰹節・鯖節・煮干 めんつゆ：果糖ぶどう糖液糖・醤油( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・食塩・昆布・鰹節 和風だしみやこ：醤油・食塩・砂糖・鰹節・うるめ鰹・発酵調味料・煮干・酵母エキス・昆布・調味料・（一部に <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> を含む） 昆布液体だし：水飴・食塩・酵母エキス・昆布・酒精 コンタミ：えび・かに・ <u>小麦</u> ・乳・いか・鮭・鯖・ <u>大豆</u> ・鶏肉・ゼラチン ②あじフライ：あじ・パン粉（ <u>小麦</u> ）・バター液（ <u>小麦</u> 粉・食塩）打ち粉・コンタミ：乳成分・えび米油 中濃ソース：果糖ブドウ糖液糖・砂糖液糖・りんご酢・食塩・トマトペースト・香辛料・澱粉・調味料 ③キャベツ・人参 ごぼうサラダ：ごぼう・ドレッシング（植物油脂・鶏卵・醸造酢・醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・砂糖・食塩）・砂糖・醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・食用植物油脂（ <u>ごま</u> ・ <u>大豆</u> ）・鰹エキス・トマトケチャップ・酢・ <u>卵</u> 白粉末・食塩・乳たん白・唐辛子・調味料・香辛料（ <u>大豆</u> ） ＜調味料＞ マヨネーズ：植物油脂（ <u>大豆</u> ）・ <u>卵</u> 黄・酢（ <u>小麦</u> ）・食塩・砂糖
14 (金)	小型バターパン( <u>小麦</u> ・ <u>卵</u> ・乳) <u>牛乳</u> ①きのこの和風パスタ ②かんきつサラダ ③ベビーチーズ	①スパゲティ・玉葱・えのき・エリンギ・小松菜・鶏肉 ＜調味料＞醤油( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・白ワイン・バター（乳）・にんにく・食塩・こしょう・オリーブオイル・米油 昆布液体だし：水飴・食塩・酵母エキス・昆布・酒精 コンタミ：えび・かに・ <u>小麦</u> ・乳・いか・鮭・鯖・ <u>大豆</u> ・鶏肉・ゼラチン コンソメ：乳糖・食塩・鶏肉・砂糖・鶏脂・パーム油・醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・玉葱・乳たん白・香辛料（ <u>小麦</u> ）・澱粉 めんつゆ：果糖ぶどう糖液糖・醤油( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・食塩・昆布・鰹節 ②キャベツ・きゅうり・大根 イタリアンドレッシング：植物油脂・玉葱・赤ピーマン・椎茸・糖類（果糖ぶどう糖液糖・砂糖）・醸造酢（りんご酢）・食塩・ソテーオニオン・醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・酵母エキス・香辛料・たん白加水分解物（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ・鶏肉・豚肉）・オリーブ・ <u>鶏</u> エキスパウダー・酒精・香料 かんきつドレッシング：醸造酢・植物油脂・砂糖・水飴・食塩・玉葱・発酵調味料・たん白加水分解物・みかん果皮・酵母エキス・みかん果汁・魚醤・赤ピーマン・昆布エキス・梅肉・ゆず皮 ③毎日骨太 MBP ベビーチーズ：ナチュラルチーズ（乳）・ミルクカルシウム（乳）・乳たんばく質・乳化剤

# △コース 11月3週 詳細献立表

日	献立表	食材 下線：特定原材料（8品目）、特定原材料に準ずるもの（20品目）
17 (月)	持参ご飯 <u>牛乳</u> ①卵スープ ②ハムカツソースがけ ③チャプチェ	①液卵・玉葱・わかめ・白菜 ＜調味料＞澱粉・食塩・こしょう シャンタンDX：食塩・畜肉エキス・野菜エキス・食用油脂（動物油脂・植物油脂）砂糖・乳糖・小麦粉・香辛料（アミノ酸等）、（一部に小麦・乳成分・生肉・ <u>こま</u> ・ <u>ゼラチン</u> ・大豆・鶏肉・豚肉を含む） 中華ベース：食塩・豚エキス・砂糖・玉葱粉末・にんにく粉末・鶏肉粉末・調味料・香料・（一部に小麦・卵・大豆を含む） ②ハムカツ：チョップドハム（鶏肉・豚肉・食塩・香辛料・植物油脂）・パン粉・澱粉・くん液・香料・一部に小麦・乳成分・大豆を含む 米油 中濃ソース：果糖ブドウ糖液糖・砂糖液糖・りんご・酢・食塩・トマトペースト・香辛料・澱粉・調味料 ③豚肉・春雨・人参・小松菜・もやし・ <u>こま</u> ＜調味料＞ショウガ・にんにく・米油・醤油（小麦・大豆）・酒・ <u>ごま油</u> ・こしょう 中華炒めダレ：醤油・たん白加水分解物・砂糖・食塩・オイスターソース・畜肉エキス・ <u>ごま油</u> ・紹興酒・香辛料・澱粉・（一部に小麦・大豆・豚肉を含む）
18 (火)	委託ご飯 <u>牛乳</u> ①みそ汁 ②さんまのおかか煮 ③からし和え	①南瓜・玉葱・白菜 ＜調味料＞鰹節・鯖節・煮干・昆布・みそ（大豆・米） 昆布液体だし：水飴・食塩・酵母エキス・昆布・酒精 コンタミ：えび・かに・小麦・乳・いか・鮭・鯖・大豆・鶏肉・ <u>ゼラチン</u> ②さんま・醤油・砂糖・みりん・鰹節・昆布エキス・澱粉・（一部に小麦・大豆を含む） ③小松菜・人参・もやし ツナ水煮：きはだまぐろ・野菜エキス・食塩 ＜調味料＞ ねりからし：辛子粉・植物油脂・コーンフラワー・食塩・コーンスターチ・澱粉・酸味料・乳化剤・ウコン色素 めんつゆ：果糖ぶどう糖液糖・醤油（小麦・大豆）・食塩・昆布・鰹節
19 (水)	バターパン（小麦・卵・乳） <u>牛乳</u> ①トマトクリームスープ ②ラザニア ③キャベツのソテー	①玉葱・人参・しめじ・小松菜・生乳・粉チーズ（乳）・トマトジュース ベーコン：豚肉・水あめ・食塩・大豆たん白・コンタミ：卵・乳・小麦・生肉・鶏肉・ <u>ゼラチン</u> ・ <u>ごま</u> ・ <u>りんご</u> ＜調味料＞にんにく・オリーブ油・食塩・こしょう・バター（乳）・米油 コンソメ：乳糖・食塩・鶏肉・砂糖・鶏脂・パーム油・醤油（小麦・大豆）・玉葱・乳たん白・香辛料（小麦）・澱粉 トマトスーブルゥ：デキストリン・トマト・小麦粉・パーム油・食塩・砂糖・玉葱・にんにく・粉末ワイン・酵母エキス・米酢・ミックススパイス ベシャメルルゥ：小麦粉・パーム油・脱脂粉乳・デキストリン・砂糖・クリーミングパウダー（乳）・食塩・鶏エキス・香辛料・たん白加水分解物（小麦・大豆）・香料 ②ラザニア：生乳・トマトケチャップ・玉葱・脱脂粉乳・ラザニア（小麦）・ベシャメルソース（乳・小麦）・チーズ（乳）・水溶性食物繊維・豚肉・人参・乳製品・ウスターソース・植物油・トマトペースト・食塩・砂糖・ショウガ・香辛料・澱粉 コンタミ：卵 ③キャベツ・玉葱・エリンギ・豚肉・人参 ＜調味料＞オリーブオイル・酒・醤油（小麦・大豆）・食塩・こしょう コンソメ：乳糖・食塩・鶏肉・砂糖・鶏脂・パーム油・醤油（小麦・大豆）・玉葱・乳たん白・香辛料（小麦）・澱粉
20 (木)	持参ご飯 <u>牛乳</u> ①土別玉ねぎたっぷりキーマカレー ②トマトドレッシングサラダ ③みかん	①豚肉・鶏肉・人参・玉葱・つくも大豆 ＜調味料＞ショウガ・粉チーズ（乳）・ヨーグルト（乳）・米油・こしょう・白ワイン・砂糖 カレー粉：ターメリック・コリアンダー・クミン・フェヌグreek・チリペッパー・オールスパイス・香辛料 カレールゥ：小麦粉・豚脂・砂糖・カレーパウダー・食塩・澱粉・香辛料・麦芽糖・玉葱（大豆）・酵母エキス・醤油（大豆・小麦）・トマトパウダー・昆布エキス・ぶどう糖・小麦発酵調味料・澱粉・乳化剤（大豆） トマトビュレ：トマトペースト コンタミ：小麦・卵・乳・生肉・ <u>こま</u> ・鯖・大豆・鶏肉・豚肉・ <u>りんご</u> ・ <u>ゼラチン</u> 中濃ソース：果糖ブドウ糖液糖・砂糖液糖・りんご・酢・食塩・トマトペースト・香辛料・澱粉・調味料 ケチャップ：トマト・砂糖・食塩・玉葱・酢 ②キャベツ・大根 ＜調味料＞こしょう トマトドレッシング：食用植物油脂・砂糖類・醸造酢・トマトペースト・玉葱酢漬・乾燥玉葱・食塩・醤油（小麦・大豆）・にんにく・酵母エキス（一部に小麦・大豆・りんごを含む） ③みかん
21 (金)	小型バターパン（小麦・卵・乳） <u>牛乳</u> ①ガタンラーメン ②棒棒鶏サラダ ③いちごジャム	①ラーメン・鶏肉・いか・人参・白菜・玉葱 つと：魚肉（すけとうだら）・澱粉・食塩・調味料（大豆・豚肉・生肉） ＜調味料＞酒・みりん・ショウガ・にんにく・澱粉・米油・食塩・こしょう 合わせ本仕込み塩た：食塩・肉エキス（豚・鶏）・玉葱・にんにく・砂糖・異性果液糖・ガラスープ（鶏肉・豚肉）・豚肉・豚脂・りんご酢・香辛料（小麦）・昆布エキス・調味料（大豆・鶏肉） チンタンスープ：豚肉・鶏肉エキス（豚骨・鶏骨・鶏肉・豚足・野菜）・香味オイル（動物油脂・野菜）・食塩・鰹エキス 塩たれ：水飴・醤油・食塩・植物油脂・にんにく・香辛料・（一部に小麦・ <u>こま</u> ・ <u>ゼラチン</u> ・大豆を含む） ②もやし・きゅうり・人参・ <u>こま</u> 鶏ササミ：鶏肉・澱粉・食塩・野菜エキス 棒棒鶏ドレッシング：醤油（小麦・大豆）・糖類・醸造酢・玉葱・生姜・にんにく・食塩・みそ（大豆）・ <u>ごま油</u> ・ <u>ごま</u> ・ほたてエキス（小麦・大豆）・豆板醤（小麦・大豆）・レモン果汁・たん白加水分解物（小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン）・酒精 ③いちごジャム：砂糖・水飴・いちご・ペクチン・酸味料 コンタミ：小麦・乳・落花生・オレンジ・ <u>ごま</u> ・大豆・桃・りんご

# △コース 11月4週 詳細献立表

日	献立表	食材 下線：特定原材料（8品目）、特定原材料に準ずるもの（20品目）
25 (火)	委託ご飯 牛乳 ①すまし汁 ②いわしの生姜煮 ③ポテトサラダ ④おさかなふりかけ	①玉葱・豆腐（ <u>大豆</u> ）・人参・豆麴（ <u>小麦</u> ） ＜調味料＞鰹節・鯖節・煮干・昆布・食塩 めんつゆ：果糖ぶどう糖液糖・醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・食塩・昆布・鰹節 白だし：水飴・かつお節・塩・昆布・調味料（一部に <u>小麦</u> ・ <u>鯖</u> ・ <u>大豆</u> を含む） ②国産いわしの生姜煮：鰹・水飴・砂糖・醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・発酵調味料・ショウガ・昆布だし・酢（ <u>小麦</u> ）食塩 コンタミ：乳 ③きゅうり ＜調味料＞食塩・こしょう ポテトサラダ：じゃが芋・ドレッシング（食用植物油脂（ <u>大豆</u> ）・ <u>卵黄</u> ・醸造酢（ <u>小麦</u> ）・食塩・乳たん白・砂糖）・人参・玉葱・砂糖・マスタード（ <u>りんご</u> ）・食塩・調味料・酵素（ <u>大豆</u> ）・ターメリック・香辛料・食品素材（ <u>鯖</u> ） ④おさかなふりかけ：ドロマイト・混合削節粉末（ <u>鯖</u> ・鰹・ムロアジ）・砂糖・ごま・食塩・醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・みりん・鰹風味調味料（ <u>小麦</u> ）・鰹削節・酵母エキス・乾燥マッシュポテト・澱粉・青海苔・南瓜・水飴・昆布エキス・コンタミ： <u>えび</u> ・ <u>かに</u>
26 (水)	バターパン（ <u>小麦</u> ・ <u>卵</u> ・ <u>乳</u> ） 牛乳 ①ポトフ ②オムレツケチャップがけ ③コールスローサラダ	①鶏肉・じゃが芋・キャベツ・人参・玉葱 ＜調味料＞醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・食塩・こしょう・米油 コンソメ：乳糖・食塩・鶏肉・砂糖・鶏脂・パーム油・醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・玉葱・乳たん白・香辛料（ <u>小麦</u> ）・澱粉 がらフレッシュチキン：鶏骨・鶏脂・たんばく分解物 ②ふんわりプレーンオムレツ：鶏 <u>卵</u> ・砂糖・酢・食塩・菜種油・ <u>大豆</u> 油・澱粉 ＜調味料＞ ケチャップ：トマト・砂糖・食塩・玉葱・酢 ③大根・キャベツ ＜調味料＞こしょう コールスロードレッシング：植物油脂・砂糖・果糖ぶどう糖液糖・醸造酢・ <u>りんご</u> 酢・食塩・レモン果汁・液全 <u>卵</u> ・玉葱エキス フレンチドレッシング：食用植物油脂（ <u>大豆</u> ）・醸造酢（ <u>小麦</u> ）・砂糖・食塩・ <u>卵</u> ・増粘剤（澱粉）・香辛料・ <u>ゼラチン</u>
27 (木)	持参ご飯 牛乳 ①ごま風味みそ汁 ②たらめのめんつゆマヨ焼き ③白菜甘酢和え	①人参・小松菜・玉葱・厚揚げ（ <u>大豆</u> ）・つきこん・ <u>ごま</u> ＜調味料＞鰹節・鯖節・煮干・昆布・みそ（ <u>大豆</u> ・米） 昆布液体だし：水飴・食塩・酵母エキス・昆布・酒精 コンタミ： <u>えび</u> ・ <u>かに</u> ・ <u>小麦</u> ・ <u>乳</u> ・ <u>いか</u> ・ <u>鯖</u> ・ <u>鯖</u> ・ <u>大豆</u> ・鶏肉・ <u>ゼラチン</u> ②たら ＜調味料＞にんにく めんつゆ：果糖ぶどう糖液糖・醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・食塩・昆布・鰹節 マヨネーズ：植物油脂（ <u>大豆</u> ）・ <u>卵黄</u> ・酢（ <u>小麦</u> ）・食塩・砂糖 ③白菜・きゅうり・人参・鰹節 ＜調味料＞酢・砂糖・醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）
28 (金)	小型バターパン（ <u>小麦</u> ・ <u>卵</u> ・ <u>乳</u> ） 牛乳 ①けんちんうどん ②わかめのごまサラダ ③マーマレードジャム	①うどん・鶏肉・油揚げ（ <u>大豆</u> ）・大根・人参・ごぼう・白菜・豆腐（ <u>大豆</u> ） ＜調味料＞醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・鰹節・鯖節・煮干・昆布・酒・みりん・食塩 めんつゆ：果糖ぶどう糖液糖・醤油（ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ）・食塩・昆布・鰹節 和風だしみやこ：醤油・食塩・砂糖・鰹節・うるめ鰹・発酵調味料・煮干・酵母エキス・昆布・調味料・（一部に <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> を含む） 昆布液体だし：水飴・食塩・酵母エキス・昆布・酒精 コンタミ： <u>えび</u> ・ <u>かに</u> ・ <u>小麦</u> ・ <u>乳</u> ・ <u>いか</u> ・ <u>鯖</u> ・ <u>鯖</u> ・ <u>大豆</u> ・鶏肉・ <u>ゼラチン</u> ②キャベツ・きゅうり・大根・わかめ ＜調味料＞こしょう 胡麻クリーミードレッシング：糖類・醸造酢・食用植物油脂・醤油・いり <u>ごま</u> ・食塩・食物繊維・ねり <u>ごま</u> ・ <u>卵黄</u> ・発酵調味料・香料（一部に <u>小麦</u> ・ <u>卵</u> ・ <u>ごま</u> ・ <u>大豆</u> を含む） ③マーマレードジャム：水飴・砂糖・なつみかん・みかん・いよかん・ペクチン・香料・酸味料 コンタミ： <u>小麦</u> ・ <u>乳</u> ・落花生・ <u>オレンジ</u> ・ <u>ごま</u> ・ <u>大豆</u> ・バナナ・桃・ <u>りんご</u>