

令和4年11月分 鶏卵アレルギー対応食予定献立表

中学校

刈谷市学校給食センター

日／曜	献立名 主食 牛乳 主菜 副菜 その他 の順	赤 主に体の組織をつくる食品		緑 主に体の調子を整える食品		黄 主にエネルギーになる食品	
		たんぱく質	無機質	ビタミ		炭水化物	脂質
		1 群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2 群 牛乳・乳製品 小魚・海そう	3 群 緑黄色野菜	4 群 その他の野菜 果物・きのこ	5 群 米・パン・めん 芋・砂糖	6 群 油脂・種実類
1 火	ご飯 牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	かつおのおかか煮	かつお かつお節					
	栄養満点！根菜いため	豚肉 生揚げ		にんじん	大根 れんこん	砂糖	ごま油
	ひじきサラダ		ひじき		枝豆 とうもろこし	砂糖	ドレッシング
2 水	豆乳ちゃんぽん 牛乳 (ラーメン・豆乳ちゃんぽんのスープ)	豚肉 えび はんぺん 豆乳	飲用牛乳	にんじん チンゲンサイ	キャベツ 玉ねぎ にんにく	ラーメン でん粉	
	焼きぎょうざ（3個）	豚肉 鶏肉		にら	キャベツ 玉ねぎ	ぎょうざの皮	ごま油
	もやしときゅうりのナムル				もやし きゅうり しょうが		ごま ごま油
4 金	ご飯 牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	鶏肉のカレー焼き	鶏肉					
	じゃが芋のそぼろ煮	豚肉 ちくわ		にんじん	玉ねぎ 枝豆 干ししいたけ	じゃが芋 砂糖	
	りっちゃんのサラダ	ハム かつお節	昆布	トマト にんじん	キャベツ きゅうり とうもろこし	砂糖	米油
7 月	ご飯 牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	子持ちしししゃもフライ（3個）		子持ちしししゃも			パン粉 小麦粉	米油
	キムチ鍋	豚肉 豆腐 合わせみそ		にんじん にら	白菜 えのきたけ 白菜キムチ		
	切り干し中華サラダ				切り干し大根 きゅうり	砂糖	ごま油
8 火	ご飯 牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	チキン竜田揚げ	鶏肉				小麦粉 でん粉	米油
	豚汁	豚肉 豆腐 豆みそ		にんじん ねぎ	こんにゃく 大根 ごぼう	里芋	
	ポテトサラダ				とうもろこし きゅうり	じゃが芋	ドレッシング
	【マンゴープリン】					マンゴープリン	
9 水	りんごパン 牛乳		飲用牛乳		りんご	パン	
	ハンバーグのトマトソースかけ	豚肉 鶏肉		トマト	玉ねぎ	砂糖	米油
	ブロッコリーのクリームシチュー	鶏肉	牛乳	ブロッコリー にんじん	玉ねぎ しめじ	じゃが芋	ベシャメルソース ホワイトルウ
	ひよこ豆とアーモンドのサラダ	ひよこ豆			キャベツ 枝豆		アーモンド ドレッシング
10 木	秋の香りさつま芋混ぜご飯 牛乳 (麦ご飯・秋の香りさつま芋混ぜご飯の具)	鶏肉	飲用牛乳	にんじん	ごぼう 枝豆 しめじ えのきたけ	麦ご飯 さつま芋 砂糖	
	けんちんしのだ	豆腐 油揚げ たらすり身	ひじき	にんじん			
	〔甘みそ〕（2本）	豆みそ			しょうが	砂糖	ごま
	すいとん汁	かまぼこ		小松菜	白菜 大根	すいとん	
11 金	ご飯 牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	さけのみぞれ銀紙焼き	さけ			大根		
	野菜の卵とじ(卵を除去) キャベツの赤じそあえ	鶏肉 かまぼこ 卵		小松菜 にんじん 赤じそ	玉ねぎ ごぼう キャベツ	じゃが芋 砂糖	
14 月	ご飯 牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	さばの八丁みそ煮	さば 八丁みそ					
	トロトロけんちん汁	鶏肉 油揚げ		にんじん ねぎ	こんにゃく 大根 ごぼう しょうが	里芋 でん粉	ごま油
	刈谷市産大豆の納豆あえ	納豆 かつお節		ほうれん草 にんじん		砂糖	

鶏卵アレルギー対応食については太字で表記してあります。

食材については細心の注意を払って、安全確保に努めています。材料などの入荷状況により献立を変更することがあります。

[] は卓上容器に入った調味料です。

中学校

15 火	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	チーズミンチカツ		豚肉	チーズ		玉ねぎ	パン粉 小麦粉	米油
	実だくさん汁		豚肉 生揚げ 豆みそ 米みそ	わかめ	にんじん ねぎ	こんにゃく 白菜 玉ねぎ ごぼう		
	刈谷市産里芋サラダ					枝豆 とうもろこし	刈谷市産里芋	ドレッシング
16 水	芋川うどん (きしめん・芋川うどんの汁)	牛乳	鶏肉 かまぼこ 油揚げ	飲用牛乳	にんじん ねぎ	刈谷市産大根 刈谷市産しいたけ	きしめん 砂糖 でん粉	
	さわらの白しょうゆ焼き		さわら					
	れんこんサラダ				にんじん	れんこん きゅうり		ドレッシング
	抹茶大豆		大豆		抹茶		砂糖	
17 木	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	鶏肉と根菜のみそ煮		鶏肉 はんぺん 生揚げ 豆みそ		にんじん	こんにゃく 大根 ごぼう 枝豆	砂糖	
	刈谷の里芋コロッケ					玉ねぎ	里芋 マッシュポテト パン粉 小麦粉	米油
	小松菜ともやしのいそ香あえ			のり	小松菜	もやし	砂糖	
18 金	金芽玄米ご飯	牛乳		飲用牛乳			金芽玄米ご飯	
	切り干し大根のキーマカレー		豚肉 豚レバー	脱脂粉乳	にんじん トマト 赤パプリカ 黄パプリカ	玉ねぎ れんこん 切り干し大根 にんにく		コーンオイル カレールウ
	ハンバーグ(パンプキンアンサンプルエッグ の代替)		豚肉 鶏肉			玉ねぎ		米油
	みかん					みかん		
21 月	豆もやしのビビンバ (ご飯・豆もやしのビビンバの具)	牛乳	豚肉	飲用牛乳	小松菜	にんにく 大豆もやし 干しいたけ	ご飯 砂糖	ごま ごま油
	にんじんしゅうまい(3個)		たらすり身		にんじん	玉ねぎ	しゅうまいの皮	
	中華スープ		かまぼこ 生揚げ		ねぎ	玉ねぎ 白菜	はるさめ	
	プチアセロラゼリー						アセロラゼリー	
22 火	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	白身魚の香草焼き		ホキ		バジル			米油
	ポークビーンズ		豚肉 刈谷市産大豆	脱脂粉乳	にんじん パセリ トマト	玉ねぎ	じゃが芋 砂糖	バター
	刈谷市産カリフラワーのサラダ					刈谷市産カリフラワー きゅうり とうもろこし		ドレッシング
24 木	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	若鶏の八丁みそ唐揚げ		鶏肉 八丁みそ			しょうが	でん粉	米油
	八杯汁		ちくわ 豆腐 油揚げ		にんじん ねぎ	干しいたけ	里芋	
	切り干し大根のごま酢あえ					切り干し大根 きゅうり	砂糖	ごま
25 金	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	さんまのおろし煮		さんま			大根		
	筑前煮		鶏肉 生揚げ		にんじん さやいんげん	こんにゃく ごぼう たけのこ れんこん 干しいたけ	刈谷市産里芋 砂糖	
	たくあんあえ					キャベツ たくあん		ごま
28 月	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	鶏肉のカレー焼き(厚焼き卵の代替)		鶏肉					
	関東煮		揚げボール ちくわ 生揚げ		にんじん	こんにゃく 大根	じゃが芋 砂糖	
	小松菜のおかかあえ		かつお節		小松菜 にんじん	白菜	砂糖	
29 火	アーモンド入り小魚			小魚(いわし)			砂糖	アーモンド
	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	中華煮		豚肉 かまぼこ		チンゲンサイ にんじん	白菜 玉ねぎ たけのこ もやし 干しいたけ	砂糖 でん粉	
	愛知のしそ入り鶏春巻き		鶏肉		にんじん 青じそ	玉ねぎ キャベツ 白ねぎ 刈谷市産大根 きゅうり しょうが	はるさめ 春巻きの皮	米油
30 水	刈谷市産大根ときゅうりのナムル							ごま油
	ミルクロールパン	牛乳		飲用牛乳			ミルクロールパン	
	いかフライのレモン煮		いか			レモン果汁	砂糖 小麦粉 パン粉	米油
	カレーシチュー		豚肉 鶏レバー		にんじん	枝豆 玉ねぎ しょうが にんにく	じゃが芋	コーンオイル カレールウ
	海そうサラダ			海そう		キャベツ とうもろこし		
	【ガトーショコラ】						ガトーショコラ	