

令和3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	ン	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月	金芽玄米ご飯 牛乳		飲用牛乳			金芽玄米ご飯	
	カレーシチュー	豚肉 鶏レバー		にんじん	グリーンピース 玉ねぎ しょうが にんにく	じゃが芋	カレールウ コーン油
	白身魚の香草焼き	ホキ		バジル	にんにく		米油
	まめまめサラダ	大豆 ひよこ豆 青えんどう豆 赤いんげん豆			キャベツ きゅうり とうもろこし		ドレッシング
2火	ご飯 牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	子持ちししゃもフライ（3個） [ソース]		子持ちししゃも			パン粉 小麦粉	米油
	けんちん汁	豆腐		にんじん ねぎ	こんにゃく ごぼう 大根	里芋	ごま油
	たくあんあえ				キャベツ たくあん		
4木	豆乳ちゃんぽん 牛乳 （ラーメン・豆乳ちゃんぽんの汁）	豚肉 えび なると巻 豆乳	飲用牛乳	にんじん チンゲンサイ	キャベツ 玉ねぎ しょうが きくらげ にんにく	ラーメン でんぶん	ごま油
	肉団子のもち米蒸し（2個）	豚肉 鶏肉			玉ねぎ しいたけ	もち米	
	小松菜の中華ごまサラダ	まぐろ		小松菜	もやし		大豆油 ごま ドレッシング
5金	ご飯 牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	いかフライのレモン煮	いか			レモン果汁	パン粉 小麦粉 砂糖	米油
	豚汁	豚肉 豆腐 赤みそ		にんじん ねぎ	こんにゃく 大根 ごぼう	里芋	
	海そうサラダ 【さつま芋とくりのタルト】		わかめ 茎わかめ 昆布 赤角又 白袋ふのり		キャベツ とうもろこし		さつま芋とくりのタルト
8月	ご飯 牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	レバー入りつくね（3個）	鶏肉 鶏レバー			玉ねぎ	米粉	
	野菜と海鮮の中華いため	えび いか		チンゲンサイ にんじん	白菜 玉ねぎ たけのこ 干しいたけ	でんぶん	
	中華サラダ		わかめ		もやし きゅうり	砂糖	ごま油
9火	ご飯 牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	さんまの銀紙焼き	さんま みそ				砂糖	
	野菜たっぷり豚塩ちゃんこ	豚肉 豆腐		チンゲンサイ にんじん	キャベツ にんにく えのきたけ		ごま
10水	きゅうり昆布		塩昆布		きゅうり		ごま油
	スライスパン 牛乳		飲用牛乳			スライスパン	
	ドライカレーサンドの具	豚肉		にんじん ピーマン 黄パプリカ	玉ねぎ		カレールウ
	枝豆のクリームスープ	ベーコン	牛乳 脱脂粉乳		玉ねぎ 枝豆	じゃが芋	バター ベシヤメルソース
11木	フルーツのぶどうゼリーあえ				黄桃 パイナップル	ぶどうゼリー	
	ご飯 牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	にしんの塩焼き	にしん					米油
	里芋と鶏肉の煮付け	鶏肉 生揚げ		にんじん さやいんげん	玉ねぎ	里芋 砂糖	
12金	りっちゃんのサラダ	ハム かつお節	塩昆布	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
	ご飯 牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	鶏肉とレバーのアーモンドがらめ	鶏肉 鶏レバー				でんぶん 砂糖	米油 アーモンド
	さけ団子のみそ汁	さけ団子 豆腐 ミックスみそ		ねぎ	キャベツ しょうが	じゃが芋	
	ひじきのいため煮	はんぺん	ひじき	にんじん	枝豆	砂糖	米油

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月	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	かれいフライ		かれい				パン粉 小麦粉	米油
	[ソース]							
	庄内風芋煮		豚肉 ミックスみそ		にんじん ねぎ	こんにやく ごぼう 大根 白菜 しめじ	刈谷市産里芋	
16火	おかかあえ		かつお節		小松菜	もやし	砂糖	
	ビビンバ (ご飯・ビビンバの具)	牛乳	豚肉	飲用牛乳	ほうれん草	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(2個)		たら		にんじん	玉ねぎ	しゅうまいの皮	
	わかめスープ		豆腐 えび なると巻	わかめ	ねぎ	えのきたけ たけのこ とうもろこし		ごま油
17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	飲用牛乳	にんじん 小松菜	刈谷市産大根 白菜 刈谷市産しいたけ	きしめん 砂糖 でんぶん	
	里芋コロッケ					玉ねぎ	刈谷市産里芋 マッシュポテト パン粉 小麦粉	米油
	刈谷市産大豆の昆布豆		刈谷市産大豆	昆布			砂糖	
	【抹茶大福】						抹茶大福	
18木	栄養たっぷり!大人のお茶づけ風ごはん (ご飯・栄養たっぷり!大人のお茶づけ風ごはんの具 (卵を除く)・個袋さざみのり)	牛乳	鶏肉 ポークウインナー 卵 かつお節	飲用牛乳 のり	トマト にんじん 黄パプリカ	玉ねぎ	ご飯	ごま
	けんちんしのだ		豆腐 油揚げ たら	ひじき	にんじん			
	[甘みそ](2本)		赤みそ				砂糖	ごま
	沢煮椀				にんじん 水菜	たけのこ 大根 ごぼう 干しいたけ		
19金	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	れんこんバーグのきのこソース		豚肉 鶏肉 牛肉		青じそ	れんこん 玉ねぎ えのきたけ エリンギ しょうが にんにく	パン粉 砂糖 でんぶん	米油 ごま油
	大根のいため煮		ちくわ 生揚げ		にんじん さやいんげん	大根	砂糖	米油
	みかん					みかん		
22月	わかめご飯	牛乳		飲用牛乳 わかめ			ご飯	
	チキン竜田揚げ		鶏肉				小麦粉	米油
	キムチ鍋		豚肉 豆腐 赤みそ		にら	もやし 白菜 えのきたけ 白菜キムチ		
	ポテトサラダ				にんじん	きゅうり	じゃが芋	ドレッシング
24水	【ガトーショコラ】						ガトーショコラ	
	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	さばの八丁みそ煮		さば 八丁みそ					
	あかもく団子のすまし汁		あかもく団子 鶏肉		小松菜	白菜 干しいたけ		
25木	煮なます		油揚げ		にんじん	刈谷市産大根	砂糖	米油
	米粉パン	牛乳		飲用牛乳			米粉パン	
	サーモンフライ		さけ				パン粉 小麦粉	米油
	野菜たっぷりラタトゥイユ		鶏肉 大豆		にんじん ビーマン かぼちゃ トマト	なす 玉ねぎ にんにく 刈谷市産カリフラワー とうもろこし きゅうり	砂糖	オリーブ油
26金	カリフラワーのサラダ							ドレッシング
	蒲郡みかんプチゼリー						ゼリー	
	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	白菜マーボー		豚肉 生揚げ 赤みそ		にんじん にら	たけのこ 白菜 しめじ	でんぶん 砂糖	
29月	春巻き		豚肉		にんじん にら	キャベツ もやし エリンギ	春巻きの皮	米油
	大根のごまソースあえ					大根 きゅうり	砂糖	ねりごま
	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	さわらの照り焼き		さわら					
30火	大根と生揚げの煮物		豚肉 生揚げ		にんじん 小松菜	こんにやく 大根 しょうが	砂糖	
	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
	ご飯	牛乳		飲用牛乳			ご飯	
	レバー入りつくね(2個)(厚焼き卵の代 替)		鶏肉 鶏レバー			玉ねぎ	米粉	
30火	筑前煮		鶏肉 高野豆腐		さやいんげん にんじん	ごぼう たけのこ れんこん こんにやく	砂糖	
	切り干し大根とひじきのツナあえ		まぐろ	ひじき	ほうれん草	切り干し大根	砂糖	大豆油 ごま ごま油