

令和7年10月分 鶏卵アレルギー対応食予定献立表

小学校

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 たんぱく質 無機質 魚・肉・卵 牛乳・乳製品 豆・豆製品 小魚・海そう		緑 主に体の調子を整える食品 ビタミン 緑黄色野菜 その他の野菜 果物・きのこ		黄 主にエネルギーになる食品 炭水化物 米・パン・めん 芋・砂糖	脂質 油脂・種実類
		たんぱく質		ビタミン		炭水化物	脂質
		魚・肉・卵	牛乳・乳製品	緑黄色野菜	その他の野菜	米・パン・めん	油脂・種実類
1 水	タンタンメン (ラーメン・スープ)	牛乳	ふたにく はんぺん あわせみそ	いんじん チンゲンサイ	たまねぎ もやし しょうが にんにく	ラーメン でんぶ	ごま ごまあぶら
	揚げぎょうざ(2個)		ふたにく	にら	キャベツ たまねぎ にんにく	ぎょうざのかや	こめあぶら
	ひよこ豆と枝豆のサラダ				キャベツ えだまめ	ひよこまめ	ドレッシング
2 木	ご飯	牛乳		飲用牛乳		こめ	
	チーズミンチカツ		ふたにく	チーズ	たまねぎ	パンこ こむぎこ	こめあぶら
	鶏じゃが		とりにく ちくわ	いんじん さやいんげん	ほししいけ たまねぎ	じゃがいも さとう	
3 金	アーモンドあえ			いんじん こまつな	もやし	さとう	アーモンド
	ご飯	牛乳		飲用牛乳		こめ	
	かつおのおかか煮		かつお かつおぶし		しょうが		
6 月	ちゃんこ煮		とりにく だんご やきどうふ	いんじん ねぎ	キャベツ えのきたけ にんにく	はるさめ	
	じゃが芋のカレーいため		ベーコン			じゃがいも	こめあぶら
	ご飯	牛乳		飲用牛乳		こめ	
7 火	いわしの八丁みそ煮		いわし はちょうみそ	ねぎ			
	芋たき		とりにく あぶらあげ	いんじん ねぎ	こんにやく だいこん ごぼう	さといも さとう	
	チンゲンサイとキャベツの赤じそあえ			チンゲンサイ あかじそ	キャベツ		
8 水	月見団子					つきみだんご	
	ご飯	牛乳		飲用牛乳		こめ	
	マーボー豆腐		ふたにく とうふ まめみそ	いんじん ねぎ	たまねぎ ほししいけ にんにく	さとう でんぶ	ごまあぶら
9 木	コーンしゅうまい(2個)		たら とうふ		とうもろこし たまねぎ	しゅうまいのかや	
	もやしとほうれん草のナムル			ほうれんそう	もやし しょうが		ごまあぶら
	りんごパン	牛乳		飲用牛乳		りんごパン	
10 金	鶏肉のジンジャーソテー		とりにく		しょうが		こめあぶら
	じゃが芋のクリームスープ			だっしふんにゅう ぎゅうにゅう なまクリーム	いんじん パセリ	たまねぎ しめじ	じゃがいも マッシュポテト
	コールスロー			いんじん	キャベツ えだまめ		ドレッシング
11 土	ご飯	牛乳		飲用牛乳		こめ	
	ちくわのカレー揚げ		ちくわ			こむぎこ	こめあぶら
	五目煮		とりにく たいず なまあげ	さやいんげん いんじん	こんにやく ほししいけ	じゃがいも さとう	
12 日	小松菜のごまあえ			こまつな	きりぼしだいこん	さとう	ごま
	ご飯	牛乳		飲用牛乳		こめ	
	鶏肉とレバーの黒酢がらめ		とりレバー とりにく		しょうが	でんぶ さとう	こめあぶら
13 月	チンゲンサイと豆腐のスープ		ふたにく とうふ	いんじん チンゲンサイ	たまねぎ えのきたけ		
	ひじきサラダ			ひじき	あかバプリカ	キャベツ えだまめ	さとう
	ひじきサラダ			ひじき	あかバプリカ	キャベツ えだまめ	さとう
14 火	ご飯	牛乳		飲用牛乳		こめ	
	さんまの銀紙焼き		さんま みそ			さとう	
	じゃが芋と生揚げの煮物		とりにく なまあげ	いんじん さやいんげん	たまねぎ ほししいけ	じゃがいも さとう	
15 水	大根とわかめの和風サラダ			わかめ	だいこん とうもろこし		ドレッシング
	カレーうどん (白玉うどん・汁)	牛乳	とりにく かまぼこ あぶらあげ	飲用牛乳	いんじん ねぎ	たまねぎ はくさい	しらたまうどん でんぶ
	大学芋					さつまいも さとう	こめあぶら ごま
16 木	福神あえ				キャベツ ふくじんづけ		

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。

小学校

16 木	ごはん 牛乳		飲用牛乳			こめ	
	さばの塩焼き(ねぎ入り厚焼き卵の代替)	さば					
	大根のそぼろ煮	ぶたにく ちくわなまあげ		さやいんげん	だいこん たまねぎ ほししいげけ	さとう	
	にんじんきんぴら			にんじん	こんにゃく	さとう	ごまあぶら
17 金	ごはん 牛乳		飲用牛乳			こめ	
	白身魚フライのレモン煮	たら			レモンかじゅう	パンこ こむぎこ さとう	こめあぶら
	たつぷりキャベツの中華煮	ぶたにく かまぼこ あぶらあげ		にんじん チンゲンサイ	キャベツ たまねぎ たけのこ しょうが しめじ	でんぶん	ごまあぶら
	れんこんサラダ				愛知県産れんこん えだまめ とうもろこし		ごま ドレッシング
20 月	五穀ごはん 牛乳		飲用牛乳			こめ おおむぎ げんまい きび	
	チキンとひよこ豆のカレー	とりにく		にんじん トマト	たまねぎ しょうが にんにく しめじ エリンギ	ひよこまめ	こめあぶら カレールー
	じゃが芋のごまサラダ				キャベツ とうもろこし	じゃがいも	ごま ドレッシング
	みかん				みかん		
21 火	ひじきごはん 牛乳 (麦ごはん・具)	まぐろあぶらづけ ちくわ	飲用牛乳 ひじき	にんじん	ほししいげけ	こめ おおむぎ さとう	こめあぶら
	れんこんサンドフライ	とりにく			れんこん たまねぎ しいげけ	パンこ こむぎこ	こめあぶら
	高野豆腐のみそ汁	ぶたにく あぶらあげ こうや豆腐 あわせみそ		こまつな	たまねぎはくさい		
	アーモンド入り小魚		こざかな (いわし)				アーモンド
22 水	サンドイッチロールパン 牛乳		飲用牛乳			サンドイッチロールパン	
	スラッピージョー	ぶたにく		パセリ	たまねぎ とうもろこし	パンこ さとう	
	ウインナーとじゃが芋のスープ煮	ポークウインナー		にんじん	えだまめ だいこん たまねぎ キャベツ しめじ	じゃがいも	
	フルーツのはちみつレモンゼリーあえ				おうとう バイナッブル	はちみつレモンゼリー	
23 木	ごはん 牛乳		飲用牛乳			こめ	
	子持ちししゃもフライ(2個)		こもちししゃも			パンこ こむぎこ	こめあぶら
	[ソース]						
	けんちん汁	とうふ		にんじん こまつな	こんにゃく だいこん ごぼう	さといも	ごまあぶら
24 金	キャベツの昆布あえ		こんぶ		キャベツ		
	ごはん 牛乳		飲用牛乳			こめ	
	ハンバーグの照り焼きソースかけ	ぶたにく とりにく			たまねぎ しょうが にんにく	さとう でんぶん	ごまあぶら
	野菜と生揚げの豆乳煮	ぶたにく なまあげ とうにゅう		チンゲンサイ にんじん	キャベツ しめじ		
27 月	切り干し大根のごま酢あえ				きりぼしだいこん きゅうり	さとう	ごま
	ごはん 牛乳		飲用牛乳			こめ	
	ピリ辛スープ	ぶたにく とうふ こめみそ		にんじん ねぎにら	はくさい たまねぎ にんにく		こめあぶら
	かぼちゃコロッケ	とりにく		かぼちゃ	たまねぎ	パンこ こむぎこ	こめあぶら
28 火	チャブチェ	ベーコン		にんじん さやいんげん	ごぼう ほししいげけ しょうが	はるさめ さとう	こめあぶら ごま ごまあぶら
	ごはん 牛乳		飲用牛乳			こめ	
	鶏肉のジンジャーソテー(オムレツの代替)	鶏肉			しょうが		米油
	ポークビーンズ	ぶたにく だいず	だっしふんにゅう	にんじん トマト	えだまめ たまねぎ	じゃがいも さとう	こめあぶら
29 水	切り干し大根のイタリアンいため	まぐろあぶらづけ		にんじん	キャベツ きりぼしだいこん にんにく		オリーブオイル
	ごはん 牛乳		飲用牛乳			こめ	
	けんちんしのだ	とうふ あぶらあげ たら	ひじき	にんじん			
	[甘みそ]	あまみそ					
30 木	里芋と鶏肉の煮物	とりにく		さやいんげん にんじん	れんこん ごぼう たまねぎ	さといも さとう	
	キャベツのレモンあえ				キャベツ だいこん レモンのかわ レモンかじゅう	さとう	
	ごはん 牛乳		飲用牛乳			こめ	
	きのこストロガノフ	ぶたにく	だっしふんにゅう	にんじん パセリ	たまねぎ にんにく えのきたけ しめじ エリンギ		デミグラスソース ハヤシルウ
31 金	愛知の大豆入りナゲット(2個)	とりにく だいず きなこ		にんじん	にんにく		こめあぶら
	かぼちゃサラダ			かぼちゃ	きゅうり とうもろこし		ドレッシング
	ごはん 牛乳		飲用牛乳			こめ	
	さばの塩焼き	さば					
31 金	秋野菜のみそ汁	とりにく あぶらあげ まめみそ	わかめ	にんじん こまつな	こんにゃく だいこん はくさい		
	くりとさつま芋の甘煮					くり さつまいも あずき さとう	