

# 2018年 10月 予定献立表 (変更あり)

与儀小 給食室 (直通) 098-917-3481

- 使用する食材と、アレルギー表示義務のある7品目（鶏卵・乳・小麦・ピーナツ・そば・えび・かに）及び、本校のアレルギー対応食品（イカ・タコ・くだもの類・いくら・かぼちゃの種）について表示しています。
- 調味料類に含まれるアレルゲンは「調味料欄」に表示しています。（しょうゆと酢に含まれる「小麦」は表示していませんが、微量の小麦成分が含まれます。）
- 保護者の方は、必ず内容を確認してください。詳しい情報が必要な方は、給食室までお問い合わせください。
- 天候や材料調達などの都合により献立を変更することがあります。

日	曜日	飲物	こ  ん だ  て	(あか) 血や肉、骨をつくる	(きいろ) 働く力や体温などエネルギーとなる	(みどり) 体の調子を整える	調味料
1	月	牛乳	ごはん		米		
			豆腐のみそ汁	豆腐、油揚げ、みそ		たまねぎ、こまつな、えのきだけ	
			かぼちゃひき肉フライ	豚肉	小麦粉、パン粉、片栗粉、油	かぼちゃ、たまねぎ	小麦
			モーウィのおかか和え	けずりぶし	砂糖	モーウィ、きゅうり、にんじん、シークワサー果汁	
2	火	牛乳	黒糖パン		黒糖パン (小麦・乳)		
			さつまいものクリームシチュー	鶏肉、白豆、白いんげん豆、スキムミルク (乳)	さつまいも、小麦粉、バター (乳)、油	たまねぎ、にんじん、しめじ、はくさい	小麦・乳
			こまつなサラダ	ツナ	アーモンド、砂糖 ドレッシング (小麦・ゆず・レモン・りんご)	こまつな、にんじん、キャベツ、コーン	
			オレンジ			オレンジ	
3	水	牛乳	麦ごはん		米、麦		
			マーボー冬瓜	豚肉、豆腐、大豆、みそ	油、片栗粉	とうがん、たまねぎ、にんじん、にら だけのこ	小麦・りんご
			中華和え	かまぼこ	砂糖、ごま油、ごま ドレッシング (小麦・りんご)	もやし、きゅうり、きくらげ	
			マスカットゼリー		ゼリー (マスカット)		
4	木	牛乳	麦ごはん		米、麦		
			もずくのみそ汁	もずく、豆腐、みそ			
			さんまのおかか煮	さんま、けずりぶし	砂糖、片栗粉	しょうが	
			パパイヤイリチー	豚肉、かまぼこ	油	パパイヤ、にんじん、たまねぎ、にら きくらげ	
<b>秋 休 み</b>							
15	月	牛乳	セルフオムライス (チキンライス)	鶏肉、ひよこ豆	米、麦、油、バター (乳)	にんじん、たまねぎ、しめじ、ピーマン、ト マト	小麦・乳 りんご
			(たまご・ケチャップ)	鶏卵	片栗粉		
			野菜たっぷりスープ	ウインナー (乳・小麦)	マカロニ (小麦)、じゃがいも、油	セロリ、たまねぎ、キャベツ、ブロッコリー	小麦・乳 りんご
			おたのしみデザート		デザート (鶏卵・小麦・乳)		
16	火	牛乳	アーサゆし豆腐そば (麺)		沖縄そば麺 (小麦)		鶏卵
			(スープ)	ゆしどうふ、アーサ、かまぼこ			乳
			島野菜のツナ和え	ツナ	砂糖、ドレッシング (小麦・りんご・ゆず・レモン)	ゴーヤー、こまつな、もやし、にんじん	
			手作りごまサターアンダギー	鶏卵	小麦粉、ごま、油、砂糖、黒砂糖		
17	水	牛乳	タコライス (ごはん)		米		
			(タコスミート)	豚肉、豚レバー、大豆	油	にんじん、たまねぎ、ピーマン マッシュルーム	小麦・乳 りんご
			(キャベツ&チーズ)	チーズ (乳)		キャベツ	
			冬瓜とたまごのスープ	鶏卵	片栗粉	とうがん、こまつな	りんご
18	木	牛乳	パインスライス			パインスライス	
			麦ごはん		米、麦		
			イナムドゥチ	豚肉、かまぼこ (鶏卵)、みそ		しいたけ、こんにゃく	
			野菜チャンプルー	ツナ、厚揚げ、麩 (小麦)	油	キャベツ、もやし、にんじん、たまねぎ、に ら	
19	金	牛乳	レンコン入りとりつくね	鶏肉	パン粉、片栗粉、砂糖、油	たまねぎ、れんこん	小麦
			秋の香りごはん	鶏肉、油揚げ	米、くり、油	にんじん、しめじ、ごぼう、しいたけ、えだまめ	りんご
			ちりめんじゃこの玉子焼き	鶏卵、ちりめんじゃこ	片栗粉		小麦
			ごまあえ	ちくわ	ごま、ごま油	はくさい、こまつな、にんじん	小麦・乳
食育の日 秋の味覚			青切りみかん		みかん		

## (裏面) 10月 後半分

日	曜日	飲物	こ  ん だ  て	(あか) 血や肉、骨をつくる	(きいろ) 働く力や体温などエネルギーとなる	(みどり) 体の調子を整える	調味料
---	----	----	-----------	-------------------	---------------------------	-------------------	-----

22	月	牛乳	冷やしうどん(麵・つゆ)		うどん(小麦)、つゆ(小麦)			
			(具)	鶏卵、わかめ			切り干し大根、きゅうり	
			そばろ煮	鶏肉、厚揚げ、ちくわ、大豆	油、砂糖、片栗粉		とうがん、にんじん、こんにゃく さやいんげん	
			ひとくち桃まんじゅう		小麦粉、砂糖、小豆あん			
23	火	牛乳	麦ごはん		米、麦			
			かきたま汁	鶏卵、豆腐	片栗粉		たまねぎ、えのきだけ、青ねぎ	りんご
			ごまみそチキンカツ	鶏肉、みそ	小麦粉、パン粉、小麦粉、片栗粉、油、砂糖 ごま、ごま油			
			おかか和え	けずりぶし	砂糖		こまつな、もやし、にんじん、きゅうり	
24	水	牛乳	ごはん		米			
			じゃが豚キムチ	豚肉	じゃがいも、油、砂糖、ごま、ごま油		にんじん、たまねぎ、こんにゃく、にら 白菜キムチ	
			春雨サラダ	わかめ、かまぼこ	春雨、ごま油、砂糖		きゅうり、キャベツ	
			りんご				りんご	
25	木	牛乳	麦ごはん		米、麦			
			ポークカレー	豚肉、豚レバー、スキムミルク(乳)	じゃがいも、油		たまねぎ、にんじん、ピーマン、しめじ	小麦 りんご
			ひじきサラダ	ハム(乳)、ひじき	砂糖、ごま		もやし、えだまめ	
			プリン		プリン(乳・鶏卵)			
26	金	牛乳	ごはん		米			
			白菜のみそ汁	豆腐、油揚げ、みそ			はくさい、青ねぎ	
			さばの塩麹焼き	さば				
			五目きんぴら	豚肉、かまぼこ	油、砂糖、ごま、ごま油		にんじん、こんにゃく、ごぼう、れんこん さやいんげん	
29	月	牛乳	五目チャーハン	豚肉、かまぼこ	米、麦、油		たけのこ、にんじん、たまねぎ、きくらげ えだまめ、長ねぎ	りんご
			はるまき	鶏肉	小麦粉、砂糖、はるさめ、油		キャベツ	小麦
			チンゲンサイのナムル	鶏卵	砂糖、ごま、ごま油		もやし、チンゲンサイ、にんじん	
			フルーツ杏仁		杏仁ゼリー(乳)		みかん、パイン、黄桃	
30	火	牛乳	ごはん		米			
			具だくさんみそ汁	鶏肉、みそ	さつまいも		だいこん、ごぼう、しめじ、長ねぎ	
			さんまのかば焼き風	さんま	小麦粉、片栗粉、砂糖、油			
			ゆずおかか和え	けずりぶし	砂糖 ドレッシング(小麦・ゆず・レモン・りんご)		はくさい、きゅうり、ゆず果皮	りんご
31	水	牛乳	あみパン		あみパン(小麦・乳)			
			パンプキンポタージュ	ベーコン(乳)、鶏肉、スキムミルク(乳)	さつまいも、油、バター(乳)、小麦粉		かぼちゃ、たまねぎ、コーン	小麦・乳
			ハロウィンハンバーグ	鶏肉			たまねぎ、かぼちゃ	
			カラフルサラダ	ツナ	砂糖、ドレッシング(特定原材料不使用)		キャベツ、赤ピーマン、ブロッコリー えだまめ、コーン	
ハロ ウィーン こんだて								