

11月4日（火）			11月5日（水）			11月6日（木）			11月7日（金）		
白ごはん さつま汁 きゅうりとツナのごま和え 平つくね			黒糖パン 豚肉とマカロニのトマト煮 グリーンサラダ			白ごはん かぼちゃだんご汁 高菜そぼろ丼			白ごはん 大和煮 カルシウムたっぷり和え		
米飯	70	90	①黒糖パン	50	70	米飯	70	90	米飯	70	90
鶏肉もも皮つき	8	10	①黒糖パン 小麦粉、ショートニング、脱脂粉乳、砂糖、食塩、イースト、黒糖 (アレルギー表示:小麦、乳)	0.9	1.2	椎茸スライス（干）	1	1.25	①煮干しちりめん ちりめん (アレルギー表示:ー) ※えび、かに、いか、さば	36	45
鶏肉はね身皮なし	7	9	サラダ油	30	38	えのきたけ	11	14	牛肉モモスライス	1	1.3
だいこん	20	25	②無塩せきバラベーコン短冊	5	6.3	しめじ	8	10	サラダ油	22	28
スライスこんにゃく	10	12.5	赤ワイン	0.8	1	豆腐	18	23	里いも（冷凍）	20	25
豆腐	18	23	③エルボマ カロニ デュラム小麦のセモリナ (アレルギー表示:小麦)	23	29	きざみ揚げ(カット油あげ)【4日①参照】	4	5	じゃがいも	20	25
ささがきごぼう	8	10	②無塩せきバラ ベーコン短冊 豚バラ肉、食塩、砂糖、香辛料(ナツメグ、コリアンダー、カルダモン、オールスパイス) (アレルギー表示:豚肉)	34	42	にんじん	12	15	たまねぎ	30	37
にんじん	12	15	④エルボマ カロニ デュラム小麦のセモリナ (アレルギー表示:小麦)	15	18.5	だいこん	15	19	にんじん	25	32
①きざみ揚げ(カット油あげ)	4	5	③エルボマ カロニ デュラム小麦のセモリナ (アレルギー表示:小麦)	8	10	ささがきごぼう	11	14	乱切りごぼう	16	20
里いも（冷凍）	20	25	④トマトケチャップ	20	24	①ひとくちいもち（かぼちゃ）	15	19	糸こんにゃく	22	28
白ねぎ	3	3.6	⑤マイルドデミグラスソース	2.5	3.1	こねぎ 葉	2.6	3.3	たけのこ缶	9	11.5
しょうが	1	1.25	⑥ウスターソース	2.1	2.6	煮干だし(片口いわし)	3	3.6	しょうが	1	0.9
煮干だし(片口いわし)	2.5	3	三温糖	0.6	0.8	うすくちしょうゆ	4.8	6	三温糖	2	2.5
すりみそ	10.6	13	塩	0.3	0.38	塩	0.1	0.12	みりん	0.7	0.85
きゅうり	33	42	トマトピューレ	5	6.25	②（大商）そぼろ玉子	24	30	酒	1	1.3
②ノンオイルまぐろチャンク	5	6.5	⑦シュレッドチーズ	3	3.7	豚ミンチ	32	40	こいくちしょうゆ	4.6	5.7
③笑顔でランチドレッシング 香りごま	4	5	④トマトケチャップ トマト、糖類(砂糖・ぶどう糖・糖液糖、ぶどう糖)、醸造酢、玉ねぎ、食塩、香辛料 (アレルギー表示:ー)	0.3	0.38	サラダ油	0.6	0.8	うすくちしょうゆ	1.1	1.35
④発芽玄米入り平つくね	50	62.5	⑤マイルドデミグラスソース ブラウンウ(小麦粉、ラード)、トマペースト、リネードオニオン(たまねぎ・大豆油)、チキンエキス、人参、砂糖、酵母エキス、でん粉(とうもろこし)、食塩、香辛料(黒こしょう)、水 (アレルギー表示:小麦、鶏肉) ※えび、かに、卵、乳成分、落花生	30	38	酒	1	1.2	①煮干しちりめん	3	3.7
②ノンオイルまぐろチャンク まぐろ、野菜スープ、食塩、調味エキス、調味料(アミノ酸等)(大豆)、増粘剤(アミノ酸等) (アレルギー表示:大豆)			⑥ウスターソース ぶどう糖液糖、こいくちしょうゆ(小麦、大豆)、酵母エキス、発酵調味料、カツオブシエキス(小麦、大豆)、しょうゆ調味料(小麦、大豆)、増粘剤(加工でん粉)、水 (アレルギー表示:小麦、鶏肉、豚肉、大豆) ※卵	25	32	③県産高菜漬刻み	23	28	キャベツ	36	45
③笑顔でランチドレッシング 香りごま 食用植物油(なたね・ごま)、糖類(砂糖・水あめ)、たん白加水分解物、醸造酢、いりごま、ねりごま、食塩、酵母エキス、乳化剤、酵母エキスパウダー、増粘剤(キサンタンガム)、香料、水 (アレルギー表示:ごま)			⑦シュレッドチーズ ナチュラルチーズ(生乳、食塩)、セルロース (アレルギー表示:乳)	10	12.5	三温糖	1.5	1.8	花そうみ（乾わかめ）	1	1.25
			⑧とりささみチャンク 鶏肉(ささみ)、醸造酢、食塩、寒天、砂糖、オニオンパウダー、香辛料(こしょう)、pH調整剤、水 (アレルギー表示:鶏肉)	1	1.25	こいくちしょうゆ	1.4	1.8	②ロースハムスライス（短冊）	6	9
				3	3.8	みりん	1	1.2	③クッキングチーズ（4mmダイス）	3.5	4.3
				0.2	0.25	いりごま	1.4	1.8	④プロセス星型チーズ（要冷蔵）	1.2	1.5
				2.3	2.9	①ひとくちいもち (かぼちゃ) ばれいしょ、かぼちゃ、小麦粉、植物油(米ぬか)、食塩、加工でん粉(酢酸デンプン)、トレハロース (アレルギー表示:小麦) ※えび、かに、卵、乳成分、くるみ			サラダ油	0.6	0.75
						②（大商）そぼろ玉子 鶏卵、だし汁(醤油(小麦、大豆)、糖類、かつおエキス、煮干しエキス、食塩)、でん粉(コーンスターチ)、砂糖、食塩、植物油(なたね) (アレルギー表示:卵、小麦、大豆)			すりごま	1	1.3
						③県産高菜漬刻み 高菜、食塩、醸造酢、うこん粉、水 (アレルギー表示:ー)			うすくちしょうゆ	3	3.7
									三温糖	1	1.25
									酢	2	2.5
									③クッキングチーズ (4mm) ナチュラルチーズ、乳化剤、セルロース、水 (アレルギー表示:乳)		
									④プロセス星型チーズ ナチュラルチーズ、乳たん白、プロセスチーズ、乳化剤、グリシン、酢酸Na、安定剤(増粘多糖類)、水 (アレルギー表示:乳)		

※コンタミ・キャリア等由来

★揚げ物用油(大豆白絞油缶)は複数回使用します。 ★煮干しだし(片口いわし)はえび、かに、いか、さばが混ざる漁法で採取しています。

11月10日（月）	11月11日（火）	11月12日（水）	11月13日（木）
白ごはん キムチ汁 ゆでブロッコリー コロコロチキン南蛮、タルタルソース みかんクレープ	白ごはん かきたま汁 ほうれん草ともやしの甘酢和え さばホイル焼き	麦ごはん（中学校増量） ハヤシライス いろいろサラダ	米粉パン（減量） 鶏肉のクリームスパゲティ ツナサラダ
米飯 70 90	米飯 70 90	麦ごはん（10%混入） 70 100	①米粉パン 40 60
豚ももスライス 14 18	たまねぎ 22 27	豚ももスライス 31 40	②カットスパゲティ 22 27.5
①白菜キムチ 10 12.5	にんじん 19 23	たまねぎ 50 62	サラダ油 1 1.25
豆腐 18 23	えのきたけ 10 12.5	にんじん 25 32	無塩せきバラベーコン短冊【5日②参照】 8 10
白菜 15 19	豆腐 21 27	ささがきごぼう 15 19	鶏肉もも皮つき 14 18
にんじん 15 19	①かまぼこ（ピンク） 11 14	しめじ 15 20	たまねぎ 32 40
たまねぎ 20 24	ねぎ（冷凍） 3 3.6	トマトケチャップ【5日④参照】 15 19	にんじん 12 15
ささがきごぼう 8 10	煮干だし（片口いわし） 5 6	ウスターソース【5日⑥参照】 1 1.5	国内産マッシュルームスライス 12 15
ねぎ（冷凍） 3 3.5	うすくちしょうゆ 5 6	①Fハイシルウ（フレーク） 11.5 14.4	県産カットチンゲン菜 8 10
うすくちしょうゆ 3.6 4.5	塩 0.1 0.12	マイルドデミグラスソース【5日⑤参照】 5 6.2	国産チキンガラスープ【12日③参照】 6.3 7.5
酒 1 1.2	でんぷん 0.9 1.1	②ホワイトベース（レトルト） 10 12.5	③ヘルシーファームコンソメ 0.32 0.4
②中華用スープストック 0.2 0.25	液卵 19 25	赤ワイン 2 2.5	④ベシャメルソース 7.7 9.6
純正ごま油 0.5 0.7	カットほうれん草 12 15	③国産チキンガラスープ 8 10	塩 0.23 0.28
ミニブロッコリー 32 40	太もやし 28 36	塩 0.1 0.12	こしょう 0.04 0.04
鶏肉もも皮つき 29 36	三温糖 0.4 0.5	こしょう 0.04 0.05	牛乳 27 33
鶏肉はね身皮なし 28 36	酢 1.3 1.65	サラダ油 0.5 0.6	⑤デーリィ高千穂生クリーム48 1.6 2
塩 0.18 0.23	うすくちしょうゆ 1.3 1.65	ミニカリフラワー 22 27.5	ハオイルまぐろチャック【4日②参照】 11 14
こしょう 0.03 0.04	②さばホイル焼（みそ照焼） 50 60	きゅうり 25 32	キャベツ 23 29
酒 0.9 1.2	①かまぼこ（ピンク） 魚肉（タラ）、澱粉（馬鈴薯）、砂糖、みりん、食塩、着色料（コチニール） （アレルギー表示：—） ※えび、かに	冷凍カラーピーマンミックス 8 10	きゅうり 26 33
でんぷん 8 10	②さばホイル焼（みそ照焼） さば、砂糖、みそ（大豆）、本みりん、米粉、水 （アレルギー表示：さば、大豆）	とりささみチャック【5日⑧参照】 9 11	ホールコーン缶 5 6
大豆白絞油缶 6 7.5		④おいしい日向夏ドレッシング 7.6 9.5	三温糖 0.3 0.36
酢 4.5 5.7		②ホワイトベース（レトルト） 生クリーム、小麦粉、でん粉（とうもろこし）、全粉乳、ホワイトルウ（小麦粉、なたね油）、チキンエキス、牛乳、ナチュラルチーズ、バター、食塩、砂糖、香辛料（ローレル）、水 （アレルギー表示：乳、小麦、鶏肉） ※えび、かに、卵、落花生	酢 2.6 3.2
うすくちしょうゆ 3 3.8		③チキンガラスープ 鶏骨、酵母エキス （アレルギー表示：鶏肉）	レモン汁 0.2 0.26
三温糖 1.5 1.9		④おいしい日向夏ドレッシング 食用植物油（なたね、大豆）、日向夏みかん果汁、調味酢（小麦）、しょうゆ（小麦、大豆）、調味料（アミノ酸等）、カラシ抽出物（大豆） （アレルギー表示：小麦、大豆）	うすくちしょうゆ 1.25 1.54
③L&Mノンエッグタルタルハーフ 8 8			サラダ油 1.5 1.8
④フレンズクレープ（みかん） 35 35			こしょう 0.03 0.04
④フレンズクレープ（国産みかん） 豆乳、加工油脂、うんしゅうみかん果汁、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、麦芽糖、砂糖、植物油、米粉、水あめ、大豆粉、レモン果汁、小麦不使用しょうゆ、加工デンプン、トレハロース、増粘剤（カドラン）、乳化剤、ゲル化剤（増粘多糖類）、香料、安定剤（増粘多糖類）、ビタミンC、酸味料、メタリン酸Na、カラメル色素、ピロリン酸第二鉄、ベーキングパウダー、カロチノイド色素、水 （アレルギー表示：大豆）			④ベシャメルソース 粉末植物油（乳）、乳製品、小麦粉、たん白加水分解物（大豆、小麦）、乳等を主要原料とする食品、こんぶエキスパウダー、食塩、酵母エキスパウダー、ほたてエキスパウダー、オニオンパウダー （アレルギー表示：乳、小麦、大豆）
			⑤デーリィ高千穂生クリーム48 生乳 （アレルギー表示：乳）

11月14日（金）	11月17日（月）	11月18日（火）	11月19日（水）
白ごはん マカロニスープ ブロッコリーとアスパラのサラダ ジンジャーポークソテー	白ごはん 石狩汁 れんこんきんぴら	減量青菜ご飯 カレーうどん 大根とツナのサラダ	白ごはん 親子丼 白菜のおかか和え 飴肥の味天
米飯 70 90 ①荒挽ミニカクテルウインナー 20 25 じゃがいも 26 32 にんじん 20 25 たまねぎ 24 30 パセリ 0.8 1 ②シェルマカロニ 8 10 国産チキンガラスープ【12日③参照】 8 10 ③スープストック（洋風） 0.2 0.25 うすくちしょうゆ 3 4 塩 0.2 0.24 こしょう 0.02 0.03 サラダ油 0.8 1 ミニブロッコリー 30 37 アスパラガススライス 6 8 ④ノンオイルドレッシングクリームフレンチ 3.3 4 豚肉下ロース（ホークステーキ用） 60 80 ⑤味付塩こしょう 0.11 0.14 三温糖 3 3.7 こいくちしょうゆ 5 6.2 みりん 0.5 0.62 しょうが 1 1.25 でんぷん 0.1 0.13 サラダ油 0.2 0.25 ④ノンオイルドレッシングクリームフレンチ 砂糖、醸造酢、デキストリン、食塩、酵母エキ ス、レモン果汁、オニオンパウダー、ホワイトペッ パー、増粘剤（キサンタンガム）、水 （アレルギー表示：－） ⑤味付塩こしょう 食塩、こしょう、砂糖、 調味料（アミノ酸） （アレルギー表示：－）	米飯 70 90 鮭角切 20 25 しょうが 0.5 0.6 酒 1 1.2 豆腐 20 25 じゃがいも 22 27 だいこん 20 25 白菜 15 19 しめじ 8 10 白ねぎ 3 4 煮干だし（片口いわし） 2.7 3.2 すりみそ 10.7 12.9 純正ごま油 0.8 1 豚ももスライス 30 38 れんこん（薄切り） 20 25 にんじん 15 19 青まめ（枝豆むきみ） 8 10 突きこんにゃく 12 15 いりごま 1 1.3 三温糖 2 2.5 こいくちしょうゆ 4.5 5.5 みりん 1 1.2 ①七味唐がらし 0.01 0.02 ①七味唐がらし 唐辛子、陳皮、胡麻、山椒、 青のり、ケシの実、しょうが （アレルギー表示：ごま） ※えび、かに	米飯 60 80 ①乾燥大根葉 0.9 1.2 ②学・国内麦冷凍うどん 56 68 サラダ油 0.8 1 豚ももスライス 28 36 たまねぎ 27 33 にんじん 10 13 えのきたけ 8 10 ③ちくわ（卵抜き） 8 10.5 白ねぎ 3 3.6 ④Fカレールウ（フレーク） 6 7.4 ⑤和風カレールウ 4 5 こいくちしょうゆ 1.5 1.8 ウスターソース【5日⑥参照】 1.5 1.8 国産チキンガラスープ【12日③参照】 6 8 ノオイルまぐろちゃん【4日②参照】 10 12.5 キャベツ 18 23 だいこん 35 43 にんじん 7 9 ⑥L&Mノンエッグハーフ 9 11.3 塩 0.2 0.24 こしょう 0.03 0.04 ⑤和風カレールウ 小麦粉、食用油脂（ラード・パー ム）、糖類（砂糖・ぶどう糖）、カ レー粉、食塩、風味原料（かつ お粉末、ぶどう糖、食塩、こん ぶ粉末、砂糖）、トマトペースト、 オニオンパウダー（オニオン、 脱脂大豆、ぶどう糖）、ガーリッ クパウダー、粉末しょうゆ（小麦、 大豆）、酵母エキスパウダー、 カラメル色素 （アレルギー表示：小麦、大豆） ※ 乳、牛肉、鶏肉、豚肉 ⑥L&Mノンエッグハーフ 食用植物油脂（なたね、コーン、パー ム）、醸造酢、水あめ、大豆粉、食塩、 粉末状植物性たん白（大豆）、香辛料 （からし）、酵母エキス、レモン果汁、こ んにゃく精粉、増粘多糖類、水 （アレルギー表示：大豆）	米飯 70 90 鶏肉もも皮つき 20 25 鶏肉はね身皮なし 18 23 かまぼこ（ピンク）【11日①参照】 15.5 20 にんじん 23 29 たまねぎ 35 42 みつば 2.5 3 椎茸スライス（干） 1.5 1.8 液卵 35 44 サラダ油 1 1.3 三温糖 1.2 1.5 うすくちしょうゆ 6 7.4 みりん 1 1.3 でんぷん 0.5 0.7 白菜 38 48 花かつおきざみ 1.2 1.5 うすくちしょうゆ 2.2 2.7 三温糖 1 1.2 ①飴肥の味天 30 50 ①飴肥の味天 まあじ、スケソウダラ、とうふ、 しょうゆ、発酵調味料、でん粉 （ばれいしょ）、加工黒糖、食 塩、菜種油 （アレルギー表示：小麦、大 豆）

11月20日（木）				11月21日（金）				11月25日（火）				11月26日（水）			
白ごはん わかめスープ チンジャオロース クリームだいふく				揚げパン 肉団子スープ フルーツポンチ				白ごはん 豆乳みそ汁 磯香和え いわし梅煮				白ごはん よせ鍋 ひじきとれんこんの和風和え のりふりかけ			
米飯	70	90	①オーシャンキングほぐし身 たら、ほき、食塩、砂糖、発酵調味料、でん粉、たん白加水分解物（かつおエキス）、還元水あめ、植物油（エゴマ）、加水でん粉、着色料（紅麹）、乳化剤（加工助剤）、水 <u>（アレルギー表示：ー）</u>	①コッペパン 小麦粉、ショートニング、脱脂粉乳、砂糖、食塩、イースト <u>（アレルギー表示：小麦、乳）</u>	50	70		米飯	70	90		米飯	70	90	
①オーシャンキングほぐし身	10	13		大豆白絞油缶	5	7		さつまいも	25	31		①煮込みもち	17	22	
たまねぎ	30	38		きな粉	9	12		だいこん	25	31		①煮込みもち（紅）	17	21	
えのきたけ	10	13		三温糖	6.2	8		にんじん	17	22		鶏肉もも皮つき	30	38	
花そうみ（乾わかめ）	0.56	0.7		塩	0.04	0.05		えのきたけ	10	12.5		かまぼこ（ピンク）【11日①参照】	11	13	
太もやし	13	16		②NEW安心素材ミートボール8（鉄・Ca）	30	37.5		きざみ揚げ（カット油あげ）【4日①参照】	5	6.5		豆腐	22	27	
②（大冷）ミニ絹厚揚げ	21	26	②（大冷）ミニ絹厚揚げ【給食会】 大豆、植物油（なたね、大豆）、安定剤（加工デンプン）、豆腐用凝固剤、酵素、水、消泡剤 <u>（アレルギー表示：大豆）</u>	③緑豆春雨（カット）	5	6.3		豆腐	20	25		白菜	26	33	①煮込みもち もち米粉、でん粉、こんにゃく粉、増粘剤（加工でん粉）、トレハロース、水【赤のみ】 紅麹色素 <u>（アレルギー表示：ー）</u>
ねぎ（冷凍）	3	3.7		だいこん	20	25		ねぎ（冷凍）	3	3.6		えのきたけ	10	12	
国産チキンガラスープ【12日③参照】	8	10		じゃがいも	25	32		①無調整豆乳	20	24		白ねぎ	5	7	
中華用スープストック【10日②参照】	0.3	0.39		キャベツ	25	31		煮干だし（片口いわし）	3	3.6		ささがきごぼう	11	14	
うすくちしょうゆ	3.7	4.6		椎茸スライス（干）	0.5	0.6		すりみそ	10.4	12.6		椎茸スライス（干）	0.5	0.6	
塩	0.18	0.22		ねぎ（冷凍）	2.4	3						うすくちしょうゆ	4	4.9	
酒	1	1.2	③トウバンジャン 塩蔵唐辛子、そら豆加工品、乾燥唐辛子、食塩、酒精、酸化防止剤（ビタミンC） <u>（アレルギー表示：ー）</u>	国産チキンガラスープ【12日③参照】	8	10		カットほうれん草	12	15		こいくちしょうゆ	1.8	2.3	
豚もも細切り	40	50		スープストック（洋風）【14日③参照】	0.2	0.25		太もやし	28	35		みりん	1.2	1.5	
純正ごま油	1.2	1.5		うすくちしょうゆ	3.5	4.2		②焼きもみのりA	0.2	0.24		煮干だし（片口いわし）	3	3.5	
たけのこ缶	15	19		塩	0.2	0.25		うすくちしょうゆ	1.7	2					
にんじん	23	29	④オイスターソース（マルハ） かきエキス、砂糖、魚醤（魚介類）（いわし）、デキストリン、酵母エキス、麦芽エキスパウダー、増粘剤（加工でん粉） <u>（アレルギー表示：ー）</u>	こしょう	0.02	0.03		三温糖	0.4	0.6		干ひじき	0.7	0.85	
しょうが	0.5	0.6		甘みあっさりパインカット	16	20		純正ごま油	0.2	0.25		きゅうり	29	36	
うすくちしょうゆ	1.8	2.2		甘みあっさりみかん	16	20						れんこん（薄切り）	20	25	
こいくちしょうゆ	1	1.2		甘みあっさり黄桃（ダイスカット）	16	20		①無調整豆乳 大豆 <u>（アレルギー表示：大豆）</u>	40	50		ノオイルまぐろチャック【4日②参照】	10	13	
三温糖	1	1.2		④アレンジダイスゼリー国産うんしゅうみかん	30	39						②おいしい和風ドレッシング	7.5	9.2	
みりん	1	1.2		②NEW安心素材ミートボール8（鉄・Ca） 食肉（鶏肉、豚肉）、たまねぎ、つなぎ（でん粉、粉末状植物性たん白）、還元水あめ、食塩、チキンオイル、香辛料、揚げ油（大豆油）、ドロマイト、ピロリン酸鉄、焼成Ca <u>（アレルギー表示：鶏肉、豚肉、大豆）</u> ※ えび、かに、小麦、卵、乳成分	③緑豆春雨 緑豆でんぷん <u>（アレルギー表示：ー）</u>							③すこやかふりかけのり	2	2	
③トウバンジャン	0.1	0.12	⑤学給だいふく（豆乳バニラ風味） 豆乳加工品（植物油（パーム）、豆乳クリーム（豆乳、砂糖類、その他（とうもろこしでんぷん、食塩、水））、砂糖、もち粉、上新粉、還元水あめ、澱粉（じゃがいも）、食用油脂（パーム、ヤシ、菜種）、加工デンプン、セルロース、乳化剤、糊料（加工澱粉、増粘多糖類（ローカストビーングラム等））、pH調整剤、香料、安定剤（増粘多糖類）、カロチノイド色素、酵素、塩化マグネシウム、水 <u>（アレルギー表示：大豆）</u> ※乳成分、くるみ、ごま	④アレンジダイスゼリー国産うんしゅうみかん みかん果汁、糖類（果糖ぶどう糖液糖、果糖、砂糖、グラニュー糖）、ゲル化剤（増粘多糖類）、酸味料、香料、クエン酸鉄Na <u>（アレルギー表示：ー）</u> ※小麦、卵、乳成分								②おいしい和風ドレッシング 食用植物油（大豆、なたね）、醸造酢（小麦）、砂糖、しょうゆ（小麦、大豆）、調味酢、玉ねぎ、食塩、粒マスタード（豚肉、りんご）、ホワイトペッパー、にんにく、調味料（アミノ酸等） <u>（アレルギー表示：小麦、大豆、豚肉、りんご）</u>			
④オイスターソース（マルハ）	1.3	1.5						②焼きもみのりA 乾のり <u>（アレルギー表示：ー）</u> ※えび、かに							
ピーマン	3	3.8													
冷凍カラーピーマンミックスIQF	6	7.5						③いわし梅煮 いわし、砂糖、しそ抽出物、しょうゆ（小麦、大豆）、本みりん、梅肉、でん粉（馬鈴薯）、食塩、水 <u>（アレルギー表示：小麦、大豆）</u>							
にんにくの芽	5	6.3													
でんぷん	0.8	1													
⑤学給だいふく	30	30													

※コンタミ・キャリアー等由来

令和7年度 11月食物アレルギー用献立表 三股町立学校給食センター No5

11月27日（木）			11月28日（金）		
食パン 白いんげん豆のクリームスープ キャベツとウインナーのソテー メープルジャム			白ごはん 厚揚げの中華煮 もやしのゆかり和え 揚げギョーザ		
①食パン	①食パン 小麦粉、ショートニング、 脱脂粉乳、砂糖、食塩、 イースト (アレルギー表示:小麦、 乳)	50 70	米飯	70 90	
②無塩バター	②無塩バター 生乳 (アレルギー表 示:乳)	0.3 0.4	サラダ油	0.2 0.25	
鶏肉もも皮つき		10 13	豚ももスライス	24 30	
鶏肉はね身皮なし		10 13	酒	1 1.2	
にんじん		24 30	(大冷)ミニ絹厚揚げ【20日②参照】	34 43	
たまねぎ		34 42	にんじん	24 30	
ミニカリフラワー		22 27	たまねぎ	31 38	
パセリ		0.8 1	キャベツ	28 35	
国産白いんげんペースト		28 34	たけのこ缶	13 17	
蒸し白いんげん豆		12 14.5	ヤングコーン缶	13 16	
ベシャメルソース【13日④参照】		9 11	椎茸スライス（干）	1 1.2	
牛乳		23 30	三温糖	1.6 2	
デーリィ高千穂生クリーム48【13日⑤参照】		3.4 4.2	うすくちしょうゆ	5 6	
塩		0.25 0.31	中華用ｽｰﾌﾟｽﾄｯｸ【10日②参照】	0.3 0.36	
こしょう		0.02 0.03	でんぷん	1.2 1.5	
国産チキンガラスープ【12日③参照】		8 10	純正ごま油	0.3 0.35	
ヘルシーファームコンソメ【13日③参照】		0.46 0.57			
うすくちしょうゆ		0.3 0.36	太もやし	35 44	
③無塩せきウインナーカット		15 19	①ゆかり（S）	0.29 0.35	
サラダ油		0.7 0.9	うすくちしょうゆ	0.3 0.36	
キャベツ		23 29	②ニラ入りギョーザ	30 45	
アスパラガススライス		10 12.5	大豆白絞油缶	3 4.5	
ホールコーン缶		19 24	①ゆかり 塩蔵赤しそ(赤しそ、食塩、梅酢)、砂糖、食塩、酵母 エキス、酸味料 (アレルギー表示:ー)		
塩		0.2 0.25			
こしょう		0.02 0.03	②ニラ入りギョーザ キャベツ、たまねぎ、にら、豚肉、豚脂、粒状大豆たん 白、おろしにんにく、しょうゆ、砂糖、中華調味料、 植物油(大豆、ごま)、おろししょうが、みりん、こしょ う、皮〔小麦粉、大豆粉、植物油脂(なたね、大豆)、 食塩〕、調味料(アミノ酸等)、加工デンプン、水 (アレルギー表示:小麦、豚肉、大豆、鶏肉、ごま) ※えび、卵、乳、くるみ		
うすくちしょうゆ		0.5 0.62			
④メープルゼリー		12 12			
③無塩せきウインナーカッ ト 豚肉、食塩、砂糖、香辛 料(白コショウ・カルワイ、 マスタード) (アレルギー表示:豚肉)	④メープルゼリー 食物繊維(ポリデキストロース)、 砂糖、メープルシュガー、寒天、 香料、着色料(カラメル)、酸味 料、水 (アレルギー表示:ー)				

※コンタミ・キャリアー等由来