

令和4年度 11月詳細献立 (ご家庭、学校での確認をお願いします。)

日	献立名	材料名
1日 (火)	麦ごはん	米、大麦
	大豆ミート入り鶏そぼろ	鶏肉、大豆ミート(脱脂大豆、クエン酸鉄)、たまねぎ、グリーンピース、濃口しょうゆ、生姜、三温糖、油、酒
	ツナ和え	だいこん、きゅうり、にんじん、カットわかめ、ライトツナフレーク(カツオ、メバチマグロ、大豆油、野菜エキス、食塩、調味料(アミノ酸)、水)、酢、砂糖、濃口しょうゆ、塩、ごま油、ごま
	じゃがいもと生揚げのみそ汁	冷凍ミニ絹揚げ(豆乳(大豆、消泡剤、水)、じゃがいも、はくさい、にんじん、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	ラ・フランスゼリー	グラニュー糖、洋梨ピューレ、洋梨果汁、粉あめ、果糖、ゲル化剤(増粘多糖類)、増粘剤(加工でん粉)、酸味料、香料、ビタミンC、クエン酸第一鉄Na、水
	牛乳	牛乳
2日 (水)	麦ごはん	米、大麦
	いわしのカリカリフライ	いわしのカリカリフライ(まいわし、還元水飴、たん白加水分解物、砂糖、しょうが、食塩、発酵調味料、衣【じゃがいも、でん粉、玄米粉、米粉パン粉、植物油脂、食塩、酵母エキス、香辛料】、揚げ油(なたね油、パーム油)、加水)、揚げ油(大豆油、なたね油、シリコーン)
	大根のカレー炒め	ベーコン(豚かた肉、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))、ごぼう、だいこん、にんじん、さやいんげん、三温糖、みりん、濃口しょうゆ、油、カレー粉、だし汁(かつお、煮干し、昆布)
	小松菜のかきたま汁	鶏卵、豆腐、こまつな、はくさい、しいたけ、だし汁(かつお、煮干し、昆布)、濃口しょうゆ、薄口しょうゆ、食塩、でん粉
	牛乳	牛乳
4日 (金)	ごはん	米
	鶏肉の黒酢ソースかけ	鶏肉、にんにく、濃口しょうゆ、酒、でん粉、揚げ油(大豆油、なたね油、シリコーン)、黒酢、三温糖、濃口しょうゆ
	きゃべつのゆかり和え	きゃべつ、もやし、にんじん、茎わかめ、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)、かつお節、薄口しょうゆ
	なめこ汁	なめこ、豆腐、にんじん、だいこん、こまつな、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	牛乳	牛乳
7日 (月)	ごはん	米
	さばの塩焼き	さば、食塩
	ご・ず・こんサラダ	きゃべつ、とうもろこし、ひじき、大豆、枝豆、チキンささみ水煮(ささみ、でん粉、食塩、野菜エキス、チキンエキス)、ノンエッグマヨネーズ(食用植物油脂、水あめ、さとう、酢、食塩、増粘剤(加工でん粉、増粘多糖類)、粉末状大豆たんぱく、香辛料、酵母エキス、水)、酢、濃口しょうゆ、三温糖、ごま
	高野豆腐のみそ汁	高野豆腐(大豆、豆腐用凝固剤、重曹、消泡剤製剤)、ぶなしめじ、にんじん、だいこん、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	牛乳	牛乳
8日 (火)	麦ごはん	米、大麦
	いか寄せフライ	いか寄せフライ(いか、無リン魚肉すり身(タチウオ)、米油、でん粉(馬鈴薯、とうもろこし)、パン粉、砂糖、発酵調味料、食塩、こしょう、衣【パン粉、バターミックス】、炭酸カルシウム、ヒロリン酸鉄)、揚げ油(大豆油、なたね油、シリコーン)
	豚肉とれんこんの炒め物	豚肉、れんこん、ぶなしめじ、きゃべつ、こまつな、油、コンソメゴールド(食塩、デキストリン、ぶどう糖、麦芽糖、食用植物油脂、粉末しょうゆ(小麦、大豆)、砂糖、野菜パウダー、チキンエキスパウダー、チキンパウダー、香辛料、ポークエキスパウダー、酵母エキス、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、酸味料)、食塩、こしょう、オイスターソース(かき、水あめ、しょうゆ、砂糖液糖、食塩、酒精、加工でん粉、水)
	ひきな汁	だいこん、にんじん、ごぼう、しいたけ、油揚げ(大豆、植物油(菜種油、大豆油)、凝固剤、消泡剤)、みつば、だし汁(かつお、煮干し、昆布)、濃口しょうゆ、食塩、酒
	りんご	りんご
10日 (木)	麦ごはん	米、大麦
	だし巻き玉子焼き	鶏卵、水、でん粉、イヌリン、さとう、希釈用つゆ(しょうゆ、食塩、さとう、削り節(かつお、うるめ)、発酵調味料、にぼし、酵母エキス、昆布、調味料(アミノ酸等))、醸造酢、トレハロース、食塩、植物油
	おからの炒り煮	おから、鶏肉、ごぼう、にんじん、たまねぎ、グリーンピース、糸こんにゃく、三温糖、濃口しょうゆ、みりん、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	さつま汁	豚肉、さつまいも、にんじん、だいこん、ごぼう、しいたけ、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	牛乳	牛乳
11日 (金)	ごはん	米
	鮭きゃべつカツ	鮭、きゃべつ、たまねぎ、粒状植物性たん白、つなぎ(パン粉、小麦粉加工品、でん粉)、植物油脂、鮭エキス、かつおエキス、食塩、香辛料、衣(パン粉、小麦粉、植物油脂、粉末状植物性たん白)、加工でん粉、ドロマイト、調味料(アミノ酸)、ピロリン酸鉄、硫酸Ca、着色料(クチナシ、紅麴)、乳化剤、クエン酸、揚げ油(大豆油、なたね油、シリコーン)
	野菜のごま和え	きゃべつ、にんじん、こまつな、ごま、薄口しょうゆ、三温糖
	えのきだけのみそ汁	えのきだけ、じゃがいも、にんじん、だいこん、油揚げ(大豆、植物油(菜種油、大豆油)、凝固剤、消泡剤)、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	牛乳	牛乳

令和4度 11月詳細献立 (ご家庭、学校での確認をお願いします。)

日	献立名	材料名
14日 (月)	麦ごはん	米、大麦
	さわらのカレー焼き	さわら、食塩、カレー粉
	じゃがいもの そばろ煮	鶏肉、じゃがいも、にんじん、大豆、むき枝豆、油、しょうが、三温糖、濃口しょうゆ、みりん、でん粉、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	チンゲンサイの かきたま汁	鶏卵、豆腐、チンゲンサイ、にんじん、たまねぎ、濃口しょうゆ、薄口しょうゆ、酒、食塩、でん粉、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	柿	柿
	牛乳	牛乳
15日 (火)	麦ごはん	米、大麦
	揚げ餃子	きゃべつ、たまねぎ、にら、豚肉、豚脂、でん粉加工食品、香味油、しょうゆ、酵母エキス、食塩、さとう、生姜ペースト、香辛料、小麦粉、小麦たん白、食塩、水、加工でん粉、炭酸カルシウム、ピロリン酸鉄、揚げ油(大豆油、菜種油、シリコン、米白絞油)
	もやしと春雨の 中華和え	きゅうり、もやし、にんじん、春雨(馬鈴薯でん粉、緑豆でん粉)、ロースハム(豚肉、食塩、さとう、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))、ごま油、酢、三温糖、濃口しょうゆ
	ごまキムチ汁	豚肉、ごぼう、だいこん、にんじん、さといも、こんにやく、ねぎ、こまつな、豆腐、キムチ(はくさい、だいこん、食塩、魚醤油、異性化糖、唐辛子、三温糖、重湯、にんにく、しょうが、ねぎ、にら)、油、だし汁(かつお、煮干し、さば)、酒、みりん、ごま、みそ
	チーズ(中学校のみ)	ナチュラルチーズ、ミルクカルシウム、乳タンパク質、乳化剤、水
	牛乳	牛乳
16日 (水)	ごはん	米
	彩り野菜玉子焼き	彩り野菜玉子焼き(液卵、植物油脂、砂糖、にんじん、豚肉、たまねぎ、米・でん粉発酵調味料、しょうゆ、ほうれんそう、食塩、かつお節だし、ゼラチン、こんぶ、魚介エキスパウダー、水)
	ひじきと大豆の 炒り煮	ひじき、にんじん、大豆、こんにやく、さつま揚げ(魚肉、植物油(大豆)、発酵調味液、大豆たん白、砂糖、食塩、魚介エキス、ぶどう糖、加工でん粉(馬鈴薯)、水)、油揚げ(大豆、植物油(菜種油、大豆油)、凝固剤、消泡剤)、さやいんげん、油、濃口しょうゆ、三温糖、みりん、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	せんべい汁	鶏肉、かやくせんべい(小麦粉、食塩、重曹)、だいこん、にんじん、ごぼう、ぶなしめじ、ねぎ、濃口しょうゆ、酒、みりん、だし汁(かつお、さば、煮干し)、食塩
	牛乳	牛乳
17日 (木)	わかめごはん	米、わかめご飯の素(わかめ、食塩、砂糖、酵母エキス、発酵調味料、ピロリン酸第二鉄)
	鶏のから揚げ	鶏肉、しょうが、にんにく、濃口しょうゆ、でん粉、揚げ油(大豆油、なたね油、シリコン)
	おかか和え	きゃべつ、こまつな、かつお節、薄口しょうゆ
	大根のみそ汁	冷凍ミニ絹揚げ(豆乳(大豆、消泡剤、水)、えのきだけ、だいこん、、にんじん、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	お米のみかんクレープ	豆乳、砂糖、加工油脂、米粉、みかんシラップ漬け、うんしゅうみかん果汁(濃縮還元)、水あめ、植物油、調整豆乳粉末、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、麦芽糖、レモン果汁、水、加工でん粉、増粘剤(カドラン)、乳化剤、ゲル化剤(増粘多糖類)、安定剤(増粘多糖類)、香料、凝固剤、酸味料、メタリン酸Na、カラメル色素、ベーキングパウダー、ピロリン酸第二鉄、カロチノイド色素
	牛乳	牛乳
18日 (金)	背割りコッペパン	小麦粉、上白糖、ショートニング、脱脂粉乳、食塩、パン酵母、イーストフード、ビタミンC
	カレーブルスト	ウインナー(豚肉、豚脂肪、食塩、砂糖、香辛料(大豆、牛肉含む)、ポリリン酸ナトリウム、調味料(アミノ酸)、pH調整剤、酸化防止剤(ビタミンC)、発色剤(亜硝酸ナトリウム)、香辛料抽出物)、トマトケチャップ(トマト、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、ぶどう糖、醸造酢、食塩、たまねぎ、香辛料)、トマトピューレ、三温糖、カレー粉
	ザワークラフト風 サラダ	きゃべつ、水菜、酢、オリーブオイル、食塩、こしょう
	アイントプフ	レンズ豆、ベーコン(豚かた肉、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))、たまねぎ、にんじん、セロリ、じゃがいも、ワイン、コンソメゴールド(食塩、デキストリン、ぶどう糖、麦芽糖、食用植物油脂、粉末しょうゆ(小麦、大豆)、砂糖、野菜パウダー、チキンエキスパウダー、チキンパウダー、香辛料、ポークエキスパウダー、酵母エキス、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、酸味料)、食塩、こしょう
	牛乳	牛乳
21日 (月)	ごはん	米、
	ぶりの西京焼き	ぶりの西京味付け(ぶり、みそ、砂糖、発酵調味料、酒)
	白菜の煮びたし	はくさい、こまつな、にんじん、油揚げ(大豆、植物油(菜種油、大豆油)、凝固剤、消泡剤)、こんにやく、濃口しょうゆ、みりん、酒、だし汁(かつお、にぼし、さば)、
	かぼちゃのみそ汁	かぼちゃ、だいこん、にんじん、ねぎ、冷凍ミニ絹揚げ(豆乳(大豆、消泡剤、水)、だし汁(かつお、にぼし、さば)、みそ
	牛乳	牛乳

令和4年度 11月詳細献立 (ご家庭、学校での確認をお願いします。)

日	献立名	材料名
22日 (火)	麦ごはん	米、大麦
	いわて純情メンチカツ	いわて純情メンチカツ(豚肉、豚脂肪、たまねぎ、ドライパン粉、砂糖、ウスターソース、小麦粉加工品、食塩、酵母エキス、香辛料、加水、バター(加工でん粉、増粘多糖類、加水)、パン粉)、揚げ油(大豆油、なたね油、シリコーン)
	切干大根のはりはり漬け	切干大根、にんじん、もやし、きゅうり、三温糖、酢、濃口しょうゆ、ごま油、食塩
	じゃがいもと豆腐のみそ汁	豆腐、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、こまつな、だし汁(かつお、にぼし、さば)、みそ
	牛乳	牛乳
24日 (木)	ごはん	米
	さばみそ	さば、みそ、三温糖、酒、みりん、でん粉
	白菜のごま和え	はくさい、にんじん、こまつな、ごま、薄口しょうゆ、三温糖
	ずるびき	にんじん、ごぼう、しいたけ、麩(小麦粉、グルテン)、油揚げ(大豆、植物油(菜種油、大豆油)、凝固剤、消泡剤)、さつまいも、こんにやく、たけのこ、みつば、しょうゆ、さとう、酒、食塩、でん粉、だし汁(かつお、煮干し、昆布)
	牛乳	牛乳
25日 (金)	ごはん	米
	和風ハンバーグ	ハンバーグ(鶏肉、豚肉、たまねぎ、粒状植物性たん白(大豆)、豚脂、でん粉、乾燥マッシュポテト、砂糖、トマトケチャップ、野菜ペースト、食塩、香辛料、オニオンエキスパウダー、酵母エキス、植物油脂、水、加工デンプン、炭酸カルシウム、焼成カルシウム、ピロリン酸鉄、着色料、硫酸カルシウム)、たまねぎ、油、濃口しょうゆ、三温糖、みりん、一味唐辛子
	おからサラダ	おから、にんじん、きゅうり、じゃがいも、ツナフレーク、ノンエッグマヨネーズ(食用植物油脂、水あめ、さとう、酢、食塩、増粘剤(加工でん粉、増粘多糖類)、粉末状大豆たんぱく、香辛料、酵母エキス、水)、酢、三温糖、食塩、こしょう
	わかめのかきたま汁	わかめ、鶏卵、はくさい、こまつな、だし汁(かつお、煮干し、昆布)、濃口しょうゆ、薄口しょうゆ、食塩、でん粉
	牛乳	牛乳
28日 (月)	麦ごはん	米、大麦
	気仙沼産かつおカツ	かつおカツ(かつお、たまねぎ、しょうが、パン粉、しょうゆ、さとう、食塩、かつおエキス、衣(パン粉、小麦粉、植物油脂、粉末状植物性たん白)、水、加工でん粉、ドロマイト、ピロリン酸鉄、乳化剤)、揚げ油(大豆油、なたね油、シリコーン)
	じゃがいもの塩麹炒め	鶏肉、生姜、油、酒、じゃがいも、にんじん、こんにやく、枝豆、液体塩麹(米麹、食塩、酒精)、だし汁(かつお、煮干し、昆布)
	きゃべつと油揚げのみそ汁	きゃべつ、たまねぎ、えのきだけ、こまつな、油揚げ(大豆、植物油(菜種油、大豆油)、凝固剤、消泡剤)、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	牛乳	牛乳
29日 (火)	ごはん	米
	野菜サラダ	きゃべつ、だいこん、にんじん、酢、オリーブオイル、食塩、こしょう、三温糖
	ビーフストロガノフ	牛肉、ワイン、たまねぎ、しいたけ、トマトピューレ、ハヤシルウ(小麦粉、加工油脂、砂糖、ぶどう糖、食塩、トマトペースト、コーンスターチ、オニオンパウダー、香辛料、カラメル色素、調味料(アミノ酸))、トマトケチャップ(トマト、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、ぶどう糖、醸造酢、食塩、たまねぎ、香辛料)、三温糖、食塩、こしょう
	りんご	りんご
30日 (水)	麦ごはん	米、大麦
	ちくわの磯辺揚げ	ちくわ(魚肉すり身、でん粉、食塩、発酵調味料、砂糖、植物油、調味料(アミノ酸等)、キシロース、衣:てんぷら粉(小麦粉、でん粉、膨張剤製剤、着色料製剤)、アオサ)、揚げ油(大豆油、なたね油、シリコーン)
	野菜のごまマヨ和え	きゃべつ、こまつな、にんじん、ノンエッグマヨネーズ(食用植物油脂、水あめ、さとう、酢、食塩、増粘剤(加工でん粉、増粘多糖類)、粉末状大豆たんぱく、香辛料、酵母エキス、水)、みそ、濃口しょうゆ、ごま
	豚汁	豚肉、油、豆腐、こんにやく、にんじん、だいこん、ごぼう、ねぎ、酒、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ、濃口しょうゆ
	牛乳	牛乳