

令和5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 (水)	麦ごはん	米、大麦
	ひじき入り厚焼き玉子	鶏卵、ひじき煮(ひじき、にんじん、砂糖、しょうゆ、発酵調味料、かつおだし、食塩)、水、砂糖、食酢、しょうゆ、発酵調味料、食塩、かつおだし、こんぶだし、植物油脂、加工でん粉、調味料(アミノ酸等)
	さつまいものそぼろ煮	さつまいも、にんじん、こんにゃく、鶏肉、グリーンピース、米油、生姜、濃口しょうゆ、三温糖、みりん、酒、でん粉、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	チンゲンサイのみそ汁	チンゲンサイ、たまねぎ、にんじん、えのきだけ、豆腐、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	牛乳	牛乳
2日 (木)	ごはん	米
	いわしの梅煮	いわし、砂糖、水あめ、しょうゆ、梅酢、発酵調味料、でん粉、梅肉ペースト、かつお削り節、こんぶだし、水、増粘剤(キサンタンガム)、着色料(紅麴、しそ色素)
	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(かつお、めばちまぐろ、大豆油、野菜エキス、食塩、調味料(アミノ酸)、水)、ノンエッグマヨネーズ(食用植物油脂、醸造酢、食塩、砂糖、粉末状植物性たん白、香辛料、酵母エキスパウダー、増粘剤(加工でん粉、キサンタンガム)、調味料(有機酸等)、香辛料抽出物、水)、酢、三温糖、食塩、こしょう
	きゃべつと油揚げのみそ汁	油揚げ(大豆、植物油(菜種油、大豆油)、凝固剤、消泡剤)、きゃべつ、にんじん、ぶなしめじ、こまつな、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	牛乳	牛乳
6日 (月)	ごはん	米
	ハンバーグのきのこあんかけ	ハンバーグ(鶏肉、豚肉、たまねぎ、粒状植物性たん白、豚脂、でん粉、砂糖、トマトケチャップ、植物油脂、乾燥マッシュポテト、野菜ペースト、香辛料、オニオンエキスパウダー、食塩、酵母エキス、水、加工でん粉、炭酸カルシウム、調味料(無機塩)、焼成カルシウム、ピロリン酸鉄、着色料、硫酸カルシウム)、しいたけ、えのきだけ、無塩バター、濃口しょうゆ、みりん、三温糖、でん粉
	レモンドレッシングサラダ	きゃべつ、きゅうり、とうもろこし、レモン果汁、オリーブオイル、上白糖、食塩、こしょう、濃口しょうゆ
	鶏肉と野菜のスープ	鶏肉、にんじん、じゃがいも、たまねぎ、みずな、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、ボ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
7日 (火)	麦ごはん	米、大麦
	鮭ボールの酢豚風	鮭ボール(さけ、たらすり身、たまねぎ、植物油脂、食塩、清酒、砂糖、酵母エキス、増粘剤(加工でん粉))、揚げ油(大豆油、菜種油、シリコーン)、たまねぎ、にんじん、たけのこ、ピーマン、ごま油、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)、酢、濃口しょうゆ、三温糖、みりん、ヘルシーファーム中華スープの素(食塩、デキストリン、砂糖、たん白加水分解物、オニオンパウダー、ガーリックパウダー、魚醤パウダー、酵母エキスパウダー、食用植物油脂、ジンジャーパウダー、調味動物油脂、こしょう、乳酸発酵酵母エキスパウダー、乳酸発酵トマトエキスパウダー、チキンパウダー、カラメル色素 ※一部にごま・大豆・鶏肉・豚肉を含む)、でん粉
	もやしとチンゲンサイのナムル	もやし、チンゲンサイ、ごま油、酢、三温糖、濃口しょうゆ、白いりごま
	春雨スープ	春雨、ベーコン(豚肉、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))、にんじん、きゃべつ、しいたけ、ねぎ、ヘルシーファーム中華スープの素(食塩、デキストリン、砂糖、たん白加水分解物、オニオンパウダー、ガーリックパウダー、魚醤パウダー、酵母エキスパウダー、食用植物油脂、ジンジャーパウダー、調味動物油脂、こしょう、乳酸発酵酵母エキスパウダー、乳酸発酵トマトエキスパウダー、チキンパウダー、カラメル色素 ※一部にごま・大豆・鶏肉・豚肉を含む)、食塩、こしょう、ごま油
	牛乳	牛乳
9日 (木)	ごはん	米
	鶏肉のごまみそ焼き	鶏肉、みそ、生姜、酒、みりん、三温糖、白すりごま
	切り干し大根のかみかみサラダ	切り干し大根、にんじん、きゅうり、もやし、とうもろこし、さきいか(いか、砂糖、食塩、還元水あめ、調味酢(醸造酢、ぶどう糖、食塩)、発酵調味液、醸造酢、唐辛子、調味料(アミノ酸等)、ソルビット、酸味料、酒精、リン酸塩、甘味料(ステビア、甘草)、香料)、酢、三温糖、薄口しょうゆ
	秋のきのこ汁	豚肉、酒、米油、にんじん、だいこん、なめこ、えのきだけ、ぶなしめじ、さといも、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	柿 牛乳	柿 牛乳
10日 (金)	麦ごはん	米、大麦
	ちくわの磯辺揚げ	ちくわの磯辺揚げ(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、てんぷら粉(小麦粉、でん粉、膨張剤、着色料製剤)、アオサ、水、大豆油)、揚げ油(大豆油、菜種油、シリコーン)
	じゃがいものそぼろ煮	鶏肉、じゃがいも、にんじん、大豆、枝豆、米油、生姜、三温糖、濃口しょうゆ、みりん、でん粉、だし汁(かつお、煮干し、昆布)
	沢煮椀	だいこん、にんじん、ごぼう、しいたけ、たけのこ、豚肉、みつば、だし汁(かつお、煮干し、昆布)、薄口しょうゆ、濃口しょうゆ、食塩
	牛乳	牛乳

令和5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
13日 (月)	ごはん	米
	さばの塩焼き	さば、食塩
	ひじきと大豆の炒り煮	ひじき、にんじん、こんにゃく、大豆、油揚げ(大豆、植物油(菜種油、大豆油)、凝固剤、消泡剤)、さつま揚げ(魚肉、植物油、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、水)、さやいんげん、米油、濃口しょうゆ、三温糖、みりん、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	じゃがいもときゃべつのみそ汁	じゃがいも、きゃべつ、にんじん、ぶなしめじ、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	牛乳	牛乳
14日 (火)	舞茸ごはん	米、舞茸ご飯の素(まいたけ、にんじん、油揚げ、ごぼう、異性化液糖、しょうゆ、みりん、かつおエキス、食塩、たん白加水分解物(大豆)、しいたけエキス、調味料(アミノ酸等)、酸味料、豆腐用凝固剤)
	鶏肉の北京ダック風	鶏肉、酒、濃口しょうゆ、はちみつ、みりん、テンメンジャン(みそ、砂糖、植物油脂、発酵調味料、香辛料、酒精、カラメル色素)、ごま油
	かりぼり和え	もやし、きゅうり、つぼ漬け(干しだいこん、砂糖、しょうゆ、食塩、還元水あめ、醸造酢、酒精、調味料(アミノ酸等)、酸味料、着色料(カラメル))、食塩
	かきたま汁	鶏卵、豆腐、はくさい、にんじん、こまつな、濃口しょうゆ、薄口しょうゆ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、食塩、酒、でん粉
	お米のみかんクレープ	豆乳、砂糖、加工油脂、うんしゅうみかん果汁(濃縮還元)、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(濃縮還元)、小麦不使用しょうゆ、水、加工でん粉、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)、安定剤(増粘多糖類)、香料、ビタミンC、酸味料、メタリン酸ナトリウム、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
15日 (水)	麦ごはん	米、大麦
	豚肉のすき焼き風炒め	豚肉、こんにゃく、たまねぎ、はくさい、えのきだけ、にんじん、ねぎ、濃口しょうゆ、みりん、三温糖、米油
	キャベツの甘酢和え	きゃべつ、きゅうり、にんじん、砂糖、食塩、酢
	じゃがいもと生揚げのみそ汁	じゃがいも、だいこん、絹揚げ(豆乳(大豆、消泡剤、水)、植物油、安定剤(加工でん粉)、豆腐用凝固剤製剤、酵素製剤、水)、こまつな、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	牛乳	牛乳
16日 (木)	コッペパン	小麦粉、上白糖、ショートニング、脱脂粉乳、パン酵母、食塩、イーストフード、ビタミンC
	えびカツ	えびカツ(えび、粒状植物性たん白(大豆)、つなぎ(でん粉、パン粉)、砂糖、えびエキス、食塩、香辛料、衣(パン粉、小麦粉、植物油脂)、水、加工でん粉、ドロマイト、調味料(アミノ酸等)、ピロリン酸鉄、硫酸カルシウム、乳化剤、クエン酸、香料、着色料)、揚げ油(大豆油、菜種油、シリコーン)
	豆サラダ	きゃべつ、にんじん、きゅうり、黄大豆、青大豆、手亡豆、金時豆、米油、酢、砂糖、食塩、こしょう
	シチュー	鶏肉、バター、ワイン、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、ブロッコリー、ガラスープ(ガラスープ、酵母エキス)、ベシヤメルルウ(小麦粉、パーム油、ホエイパウダー、脱脂粉乳、クリーミングパウダー、チキンエキス、食塩、砂糖、香辛料、酵母エキス、ローストオニオンパウダー、貝カルシウム、香料、ピロリン酸鉄)、脱脂粉乳、食塩、こしょう
	牛乳	牛乳
17日 (金)	ごはん	米
	だし巻き玉子焼き	鶏卵、水、でん粉、イヌリン、砂糖、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、鉄含有加工助剤(ピロリン酸第二鉄等)、トレハロース、食用卵殻粉、食塩、植物油
	野菜のカレー炒め	ベーコン(豚肉、食塩、香辛料、砂糖、水あめ、調味料(アミノ酸等)、リン酸塩(Na)、酸化防止剤(ビタミンC)、発色剤(硝酸カリウム、亜硝酸ナトリウム)、きゃべつ、にんじん、こまつな、三温糖、みりん、濃口しょうゆ、米油、カレー粉)
	大根と豆腐のみそ汁	だいこん、にんじん、しいたけ、ねぎ、豆腐、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	りんご 牛乳	りんご 牛乳
20日 (月)	麦ごはん	米、大麦
	高野豆腐の揚げ煮	凍り豆腐(大豆、豆腐用凝固剤、重曹、消泡剤製剤)、でん粉、揚げ油(大豆油、菜種油、シリコーン)、鶏肉、たまねぎ、にんじん、生姜、米油、三温糖、濃口しょうゆ、みりん、食塩、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	野菜のからし和え	チンゲンサイ、もやし、にんじん、からし粉、濃口しょうゆ、砂糖
	わかめのかきたま汁	鶏卵、わかめ、はくさい、ぶなしめじ、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、濃口しょうゆ、薄口しょうゆ、でん粉
牛乳	牛乳	
21日 (火)	ごはん	米
	鶏のから揚げ	鶏肉、生姜、にんにく、濃口しょうゆ、酒、でん粉、揚げ油(大豆油、菜種油、シリコーン)
	きゃべつ塩昆布和え	きゃべつ、きゅうり、にんじん、塩昆布(しょうゆ、昆布、食塩、砂糖、甘味料(ソルビトール)、調味料(アミノ酸等))、糊料(プルラン)、薄口しょうゆ、白いりごま、ごま油
	なめこ汁	なめこ、豆腐、にんじん、だいこん、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	レモンソーダゼリー	異性化液糖、砂糖、濃縮レモン果汁、濃縮りんご果汁、香料、ゲル化剤(増粘多糖類)、pH調整剤、ビタミンC、酸味料、水
牛乳	牛乳	

令和5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 (水)	麦ごはん	米、大麦
	和風きんぴら包み焼き	鶏肉、たまねぎ、ごぼう、豆腐、鶏皮、粒状植物性たん白、小麦不使用しょうゆ、にんじん、砂糖、みりん、植物油、ぶどう糖、しょうが、食塩、豚ゼラチン、酵母エキス、液状混合調味料、ごま、香辛料、水、加工でん粉、セルロース、凝固剤、安定剤(グァーガム)、ピロリン酸第二鉄
	こんにゃく炒め	こんにゃく、にんじん、こまつな、しいたけ、豚肉、米油、生姜、濃口しょうゆ、三温糖、酒、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	白菜と生揚げのみそ汁	絹揚げ(大豆、消泡剤、水)、植物油、安定剤(加工でん粉)、豆腐用凝固剤製剤、酵素製剤、水)、はくさい、にんじん、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	牛乳	牛乳
24日 (金)	麦ごはん	米、大麦
	ぶりの西京焼き	ぶり、西京味噌(みそ、砂糖、みりん、ごま油、水)
	わかめのごま和え	わかめ、きゃべつ、にんじん、さやいんげん、濃口しょうゆ、砂糖、白すりごま
	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、こんにゃく、たけのこ、みつば、濃口しょうゆ、砂糖、酒、食塩、でん粉、だし汁(かつお、煮干し、昆布)
	花みかん	みかん
	牛乳	牛乳
27日 (月)	ごはん	米
	大豆ミート入り鶏そぼろ	鶏肉、大豆ミート(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、米油、酒
	野菜のみそマヨ和え	こまつな、きゃべつ、にんじん、ノンエッグマヨネーズ(食用植物油脂、醸造酢、食塩、砂糖、粉末状植物性たん白、香辛料、酵母エキスパウダー、増粘剤(加工でん粉、キサンタンガム)、調味料(有機酸等)、香辛料抽出物、水)、みそ、濃口しょうゆ、白すりごま
	さつまいものみそ汁	にんじん、さつまいも、だいこん、豆腐、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	牛乳	牛乳
28日 (火)	麦ごはん	米、大麦
	まぐろカツ	まぐろ、粒状植物性たん白(大豆)、たまねぎ、パン粉、みりん、植物油脂、しょうゆ、砂糖、生姜、ほたてエキス、食塩、衣(パン粉、小麦粉、植物油脂)、加工でん粉、ドロマイト、pH調整剤、硫酸カルシウム、ピロリン酸鉄、乳化剤、調味料(アミノ酸等)、香料、酸味料)、揚げ油(大豆油、菜種油、シリコーン)
	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)、こんにゃく、濃口しょうゆ、みりん、酒、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	どさんこ汁	豚肉、米油、生姜、にんにく、にんじん、もやし、とうもろこし、豆腐、たまねぎ、じゃがいも、ねぎ、みそ、バター、一味唐辛子粉、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	牛乳	牛乳
29日 (水)	ごはん	米
	フレンチサラダ	だいこん、きゃべつ、きゅうり、にんじん、酢、米油、食塩、砂糖、こしょう
	いわて短角牛のビーフシチュー	牛肉、ワイン、米油、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、セロリ、ブロッコリー、デラックスビーフシチュー(小麦粉、大豆油、砂糖、デキストリン、食塩、トマトペースト、トマトケチャップ、粉末ワイン、たん白加水分解物(豚肉)、ビーフエキス、香辛料、カラメル色素、調味料(アミノ酸等)、酸味料)、ウスターソース(醸造酢、ぶどう糖果糖液糖、砂糖、トマト、ブルーネ、たまねぎ、にんじん、食塩、たん白加水分解物(とうもろこし)、酵母エキス、香辛料、水)、トマトピューレ、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)、食塩
	りんご	りんご
	牛乳	牛乳
30日 (木)	ごはん	米
	揚げ餃子	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、砂糖、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、シリコーン)
	野菜の中華和え	はくさい、にんじん、ほうれんそう、砂糖、酢、濃口しょうゆ、ごま油
	ごまキムチ汁	豚肉、ごぼう、だいこん、にんじん、さといも、こんにゃく、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、赤唐辛子、三温糖、重湯、にんにく、しょうが、ねぎ、にら)、米油、だし汁(かつお、煮干し、さば)、酒、みりん、白ねりごま、白いりごま、みそ
	牛乳	牛乳