

令和6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 (金)	ごはん	米
	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、パン粉、たまねぎ、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、加工でん粉、炭酸カルシウム、増粘多糖類、揚げ油(米油))
	ツナ和え	だいこん、きゅうり、にんじん、わかめ、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)、酢、砂糖、濃口しょうゆ、食塩、ごま油、白いりごま
	きゃべつと豆腐のみそ汁	きゃべつ、にんじん、えのきだけ、ねぎ、豆腐、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	牛乳	牛乳
5日 (火)	麦ごはん	米、大麦
	たらのチーズ焼き	たら、濃口しょうゆ、酒、しょうが、ミックスチーズ(ナチュラルチーズ、植物油脂、でん粉、ホエイパウダー、乳たん白質、デキストリン、食塩、水、増粘剤(加工でん粉)、セルロース、pH調整剤、カロチノイド色素)
	煮じゃ昆布	豚肉、酒、刻み昆布、にんじん、こんにゃく、油揚げ(大豆、植物油(菜種油、大豆油)、凝固剤、消泡剤)、しいたけ、大豆、さやいんげん、ごま油、濃口しょうゆ、みりん、三温糖、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	じゃがいもと高野豆腐のみそ汁	高野豆腐(大豆、豆腐用凝固剤、重曹、消泡剤製剤)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	牛乳	牛乳
6日 (水)	ごはん	米
	さばのカレー塩焼き	さば、食塩、カレー粉
	筑前煮	鶏肉、にんじん、ごぼう、こんにゃく、れんこん、たけのこ、さやいんげん、米油、三温糖、濃口しょうゆ、みりん、酒、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	白菜と生揚げのみそ汁	はくさい、にんじん、冷凍ミニ絹揚げ(豆乳、植物油(菜種油)、加工でん粉、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
7日 (木)	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、しょうが、三温糖、米油、酒
	野菜のごまマヨ和え	こまつな、きゃべつ、にんじん、スクール系かまぼこ(たら、魚介エキス、でん粉、みりん、食塩、砂糖、酵母エキス、加工でん粉(タビオカ)、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)、みそ、濃口しょうゆ、白すりごま、白いりごま
	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
	ミニフィッシュ(中学校のみ)	かたくちいわし、砂糖、でんぶん分解物、ごま、食塩、水
	牛乳	牛乳
8日 (金)	ごはん	米
	鮭メンチカツ	鮭メンチカツ(さけ、たら、たまねぎ、食塩、植物油脂、清酒、砂糖、酵母エキス、増粘剤(加工でんぶん))、揚げ油(米油)
	ごぼうサラダ	ごぼう、にんじん、きゅうり、きゃべつ、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、濃口しょうゆ、三温糖、白すりごま
	きのこ豚汁	豚肉、米油、豆腐、しいたけ、えのきだけ、ぶなしめじ、にんじん、こんにゃく、だいこん、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、酒、みそ、濃口しょうゆ
	牛乳	牛乳
12日 (火)	ごはん	米
	ポークチャップ	豚肉、たまねぎ、ピーマン、ぶなしめじ、米油、中濃ソース(醸造酢、トマト、プルーン、たまねぎ、にんじん、ぶどう糖果糖液糖、砂糖、食塩、コーンスターチ、たん白加水分解物(とうもろこし)、酵母エキス、香辛料、水)、ウスターソース(醸造酢、ぶどう糖果糖液糖、砂糖、トマト、プルーン、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
	ほうれんそうと大根のサラダ	ほうれんそう、だいこん、にんじん、ハム(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))、米油、薄口しょうゆ、食塩、こしょう、砂糖
	きゃべつとあさりのマカロニスープ	あさり、きゃべつ、にんじん、たまねぎ、にんにく、オリーブオイル、ひまわり油、マカロニ、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)、塩、こしょう
	牛乳	牛乳

令和6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 (水)	安比舞茸ごはん	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)
	彩り野菜玉子焼き	鶏卵、かつお昆布だし、豚肉、にんじん、たまねぎ、ほうれんそう、砂糖、でん粉、昆布、トレハロース、醸造酢、しょうゆ、鉄含有加工助剤、みりん、食塩、植物油
	じゃがいもの塩麹炒め	鶏肉、しょうが、米油、酒、じゃがいも、にんじん、こんにゃく、枝豆、液体塩麹(米麹、食塩、酒精)、だし汁(かつお、煮干し、昆布)
	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
	柿	柿
14日 (木)	牛乳	牛乳
	ごはん	米
	鶏のから揚げ	鶏肉、しょうが、にんにく、濃口しょうゆ、酒、でん粉、揚げ油(米油)
	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
	白菜と豆腐のみそ汁	はくさい、にんじん、しいたけ、豆腐、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	ラ・フランスゼリー	ラ・フランス果汁、水あめ、砂糖、水、乳酸カルシウム、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、ビタミンC、クエン酸鉄ナトリウム、香料、酸化防止剤(ビタミンC)
15日 (金)	牛乳	牛乳
	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、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、加工デンプン、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)、たまねぎ、米油、濃口しょうゆ、三温糖、みりん、一味唐辛子粉
	大根と海藻のサラダ	にんじん、だいこん、きゅうり、茎わかめ、わかめ、白とさか、昆布、赤とさか、濃口しょうゆ、食塩、酢、砂糖、ごま油、白いりごま
	野菜のカレー風味スープ	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))、じゃがいも、きゃべつ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、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、ボーケエキスパウダー、酵母エキス、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、酸味料)、カレー粉、濃口しょうゆ
18日 (月)	牛乳	牛乳
	麦ごはん	米、大麦
	あじの南蛮漬け	あじ、でん粉、揚げ油(米油)、ねぎ、濃口しょうゆ、酢、三温糖、みりん、酒、一味唐辛子、水
	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	きゃべつ、にんじん、油揚げ(大豆、植物油(菜種油、大豆油)、凝固剤、消泡剤)、たまねぎ、こまつな、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
19日 (火)	牛乳	牛乳
	ごはん	米
	ますの南部焼き	ます、みそ、濃口しょうゆ、みりん、酒、白すりごま、白いりごま、黒いりごま
	野菜のゆかり和え	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
	さつま汁	豚肉、米油、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
20日 (水)	牛乳	牛乳
	中華麺	小麦粉、小麦たん白、かん水、食塩、クチナシ色素
	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、しょうがペースト、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(米油)
	もやしのナムル	もやし、ほうれんそう、ごま油、酢、三温糖、濃口しょうゆ、白いりごま
	みそラーメンスープ	豚肉、米油、にんじん、たまねぎ、きゃべつ、とうもろこし、なると(魚肉(スケソウダラ)加工でん粉、還元水あめ、調味料(アミノ酸)、発酵調味料、食塩、炭酸カルシウム、着色料(紅麹)、水)、ねぎ、味噌ラーメンスープ(みそ、畜肉エキス、砂糖、動物油脂、食塩、香辛野菜、ごま、たん白加水分解物、香辛料、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、(一部に小麦・ごま・さば・大豆・豚肉を含む))
	お米のみかんクレープ	豆乳、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、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
牛乳	牛乳	

令和6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
21日 (木)	ごはん	米
	豚肉のすき焼き風煮	豚肉、はくさい、しいたけ、にんじん、ねぎ、濃口しょうゆ、みりん、三温糖、米油
	甘酢和え	きゃべつ、だいこん、にんじん、砂糖、食塩、酢
	かきたま汁	鶏卵、豆腐、ねぎ、こまつな、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)
	牛乳	牛乳
22日 (金)	ごはん	米
	だし巻き玉子	鶏卵、砂糖、みりん、醸造酢、しょうゆ、食用植物油脂、かつおだし、こんぶだし、食塩、加工でん粉、トレハロース、炭酸カルシウム、リン酸塩(Na)、ピロリン酸鉄、ビタミンB1、清水
	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)、しらす、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)
	秋のきのこ汁	鶏肉、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、一味唐辛子粉
	牛乳	牛乳
25日 (月)	ごはん	米
	さばの塩焼き	さば、食塩
	納豆和え	納豆、はくさい、もやし、にんじん、ほうれんそう、ねぎ、そばつゆ(しょうゆ、砂糖、食塩、削りぶし(かつお、さば)、醗酵調味料、にぼし、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素 ※一部に小麦・さば・大豆を含む)
	大根と豆腐のみそ汁	だいこん、にんじん、豆腐、しいたけ、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、昆布)、みそ
	みかん	みかん
	牛乳	牛乳
26日 (火)	ごはん	米
	高野豆腐の揚げ煮	高野豆腐(大豆、豆腐用凝固剤、重曹、消泡剤製剤)、でん粉、揚げ油(米油)、鶏肉、たまねぎ、にんじん、しょうが、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)
	野菜のごま酢和え	こまつな、にんじん、はくさい、もやし、とうもろこし、白いりごま、白すりごま、濃口しょうゆ、酢、三温糖
	じゃがいものみそ汁	じゃがいも、だいこん、ぶなしめじ、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	牛乳	牛乳
27日 (水)	麦ごはん	米、大麦
	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、甜麵醬(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
	春雨の甘辛炒め	春雨、豚肉、大豆ミート(大豆、クエン酸鉄)、にんじん、きゃべつ、もやし、ピーマン、ごま油、濃口しょうゆ、酒、三温糖、一味唐辛子粉、白いりごま
	わかめと卵のスープ	わかめ、豆腐、鶏卵、たまねぎ、にんじん、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)、薄口しょうゆ、ごま油、でん粉
	牛乳	牛乳
28日 (木)	ごはん	米
	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、ビーフシチューフレーク(小麦粉、でんぷん、植物油脂、デキストリン、砂糖、食塩、ブラウンルウ、チキンエキス、調味油、たまねぎ加工品、オニオンパウダー、トマトペースト、チキンブイヨンパウダー、香辛料、酵母エキス、ブークエキス、バルサミコソース、調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル、パプリカ色素)、乳化剤、酸味料、香料、酸化防止剤(ビタミンE、ビタミンC)、香辛料抽出物)ウスターソース(醸造酢、ぶどう糖果糖液糖、砂糖、トマト、プルーン、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
	野菜と豆のサラダ	きゃべつ、にんじん、きゅうり、黄大豆、青大豆、手亡豆、金時豆、酢、ひまわり油、オリーブオイル、食塩、砂糖、こしょう
	りんご	りんご
	牛乳	牛乳
29日 (金)	ごはん	米
	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、膨張剤製剤、着色料製剤)、アオサ、水)、揚げ油(米油)
	肉じゃが	豚肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、こんにゃく、さやいんげん、酒、三温糖、濃口しょうゆ、みりん、米油、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	えのきだけと白菜のみそ汁	豆腐、えのきだけ、はくさい、にんじん、こまつな、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	牛乳	牛乳