

11月分予定献立表

17日(月)～28日(金)

令和7年度 山田学校給食センター

※牛乳（赤の仲間）は毎日つきます。 ※食材入荷の都合により、献立及び食材を変更することがあります。

日	しめしよく 主食およびおかず	あか 赤の仲間	き 黄の仲間	みどり 緑の仲間	ちようみりよう 調味料その他	アレルギー表示		エネルギー たんぱく質		お知らせと 調味料の原材料表	
		ち 血や肉になる	ねつ ちから もと 熱や力の元になる	からだ ちようし ととの 体の調子を整える		義務 8品目	推奨 20品目	小	中		
17月	げんりよう 減量ごはん	こめ				—	—	615	756	【バーモントカレー】 小麦 豚脂 砂糖 塩 カ レー粉 でん粉 玉ねぎ トマ ト 脱脂粉乳 チーズ パナ ナペースト 醤油 はちみつ りんご ココア 《アレルギー：小麦・乳・大 豆・バナナ・鶏肉・豚肉・りん ご》	
	わかめうどん	どりにく あぶらあげ かまぼこ わかめ	【かまぼこ】たらすり身 砂糖 塩発 酵調味料 でんぷん 着色料《アレ ルギー：なし》	うどん	にんじん ねぎ しいたけ	煮干だし 淡口しょうゆ 料理酒 みりん	小麦 大豆 鶏肉	23.2	27.2		
	具だくさんきんぴらごぼう	ぶたにく さつまあげ	【さつまあげ】スケソウ タチウオ イ トヨリ でんぷん 大豆たん白 玉ね ぎ 砂糖 大豆油 塩《アレルギー： 大豆》	さんおんどう こめあぶら こま	ごぼう にんじん こんにゃく あおまめ	淡口しょうゆ 濃口しょうゆ 料理酒	小麦 大豆 豚肉 ごま				
18火	ミルクパン	だっしふんにゅう きゅうにゅう	こむぎこ さとう ショートニング		塩 イースト	小麦 乳	—	637	813	【とろけるカレー】 小麦粉 食用油脂 砂糖 で ん粉 塩 カレー粉 さつまい も 白菜 キャベツ 玉ねぎ 香辛料《アレルギー：小麦》	
	トマトミートオムレツ	トマトミートオムレツ たまご とりにく	でんぷん だいずあぶら なたねあぶら	たまねぎ トマトピューレ	トレハロース	卵	大豆 鶏肉	23.0	28.7		
	ポテトサラダ	ハム	【ハム】豚ロース肉 砂糖 塩《アレ ルギー：豚肉》	じゃがいも さんおんどう 卵不使用マヨネーズ	きゅうり にんじん	淡口しょうゆ	小麦 大豆 豚肉				
	ABCスープ	どりにく	ABCマカロニ	ちんげんさい にんじん たまねぎ	塩 洋風スープ 料理酒 ガラスープ	小麦 大豆 豚肉 鶏肉 ゼラチン					
19水	ごはん	こめ				—	—	634	798	【青じそドレッシング】 ぶどう糖果糖液糖 しょうゆ 酢 かつおだし 塩 こんぶだ し はくさいエキス オニオンエ キス 塩蔵青じそ《アレル ギー：小麦 大豆》	
	いわしの梅味噌煮	いわしのうめみそに いわし みそ		さとう こめこ	しそ うめ	塩	— 大豆	24.1	29.2		
	きざみ昆布と大豆の炒め物	ぶたにく こんぶ だいず		こめあぶら さんおんどう こま	にんじん	料理酒 濃口しょうゆ 淡口しょうゆ	小麦 大豆 豚肉 ごま				
	ごぼう団子汁	ごぼうだんご とうふ むぎみそ	【ごぼうだんご】タラ ごぼう でんぷん ラード 砂糖 しょうゆ 塩《アレルギー： 小麦 大豆 豚肉》	にんじん たまねぎ だいこんば	煮干だし しょうが	小麦 大豆 豚肉					
20木	きなこ揚げパン	だっしふんにゅう きなこ	こむぎこ さとう ショートニング こめあぶら		塩 イースト	小麦 乳	大豆	628	777	【オイスターソース】 水 オイスターエキス 砂糖 塩《アレルギー：なし》	
	野菜サラダ	ハム	【ハム】豚ロース肉 砂糖 塩《アレ ルギー：豚肉》	キャベツ きゅうり にんじん	日向夏ドレッシング	小麦 大豆 豚肉		22.0	26.5		
	カレー味ポトフ	ぶたにく だいず	じゃがいも こめあぶら さんおんどう	たまねぎ にんじん だいこん パセリ	にんにく ガラスープ 洋風スープ カレー粉 淡口しょうゆ 塩 こしょう	小麦 大豆 豚肉 鶏肉 ゼラチン					
21金	わかめごはん	こめ			わかめごはんの素	—	—	606	760	【わかめごはんの素】 塩蔵わかめ 塩 砂糖 酵母 エキス《アレルギー：なし》	
	おでん	どりにく あつあげ あげボール おでんこんぶ	【あげボール】魚肉 人参 玉ねぎ 砂 糖 塩 ごぼう 大豆油 大豆《アレ ルギー：大豆》	さんかくこんにゃく にんじん だいこん	かつおだし 淡口しょうゆ 濃口しょうゆ 料理酒 みりん	小麦 大豆 鶏肉	22.5	26.8			
	ほうれん草サラダ	まぐろみずに	【まぐろみずに】きはだまぐろ 野菜エ キス 塩《アレルギー：なし》	卵不使用マヨネーズ にんじん ほうれんそう コーン きゅうり	淡口しょうゆ	小麦 大豆					
24月	ふりかえきゅうじつ 振替休日										【コーンポタージュ】 コーンパウダー 加工油脂 で んぷん 小麦粉 塩 脱脂脂 粉 乳 ラード 砂糖 チキンコンソ メ チーズ ホタテエキス《アレ ルギー：小麦 乳 鶏肉 豚 肉》
25火	コッパン	だっしふんにゅう	こむぎこ さとう ショートニング		塩 イースト	小麦 乳	—	571	711		
	コーンポタージュスープ	どりにく きゅうにゅう	じゃがいも	たまねぎ にんじん コーン コーンペースト パセリ	ガラスープ コーンポタージュ 白ワイン 塩	小麦 乳	鶏肉 豚肉	24.3	29.5		
	玉ねぎドレッシングサラダ	まぐろみずに	【まぐろみずに】きはだまぐろ 野菜エ キス 塩《アレルギー：なし》	キャベツ きゅうり にんじん	たまねぎドレッシング	小麦 大豆 豚肉					
26水	ごはん	こめ				—	—	796	930	【たまねぎドレッシング】 酢 しょうゆ 植物油脂 玉ね ぎ 砂糖 しいたけ かつおだ し にんにく 《アレルギー：小麦 大豆 豚 肉》	
	牛肉コロッケ	ぎゅうにく だいず	ぎゅうにくコロッケ じゃがいも さとう パンこ マーガリン 小麦粉 なたねあぶら こめあぶら		たまねぎ	しょうゆ 香辛料 塩 増粘剤 調味料	小麦 乳	牛肉 大豆	22.7		26.0
	チーズサラダ	チーズ ハム	【ハム】豚ロース肉 砂糖 塩《アレ ルギー：豚肉》	きゅうり ブロッコリー にんじん コーン	具だくさんたまねぎドレッシング	乳 豚肉 大豆 りんご					
	ワントンスープ	とりひきにく	ワントン こめあぶら こま こまあぶら	にんじん たまねぎ チンゲンサイ	しょうが ガラスープ 中華だし 淡口しょうゆ 塩	小麦 大豆 鶏肉 ごま					
	チョコタルト	たまご にゅうせいひん	チョコタルト こむぎこ さとう マーガリン だいずあぶら アーモンド チョコレート		ココア	小麦 卵 乳	大豆 アーモンド				
27木	黒糖パン	だっしふんにゅう	こむぎこ さとう くるざとう ショートニング		塩 イースト	小麦 乳	—	593	740	【麻婆ソース】 醤油 砂糖 にんにく しょう が 塩 味噌 ラーゼン チ キンエキス でん粉 ポーク エキス ゼラチン 《アレルギー：小麦・大豆・鶏 肉・豚肉 ゼラチン》	
	麻婆春雨	ぶたひきにく あかみそ	こめあぶら はるさめ さんおんどう	たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ キャベツ いら	にんにく みりん 濃口しょうゆ 麻婆ソース	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ゼラチン	24.8	29.9			
	ふわふわかきたまスープ	どりにく たまご	パンこ	にんじん たまねぎ チンゲンサイ	ガラスープ 洋風スープの素 淡口しょうゆ 塩 白ワイン	小麦 卵 大豆 鶏肉 豚肉 ゼラチン					
28金	ごはん	こめ				—	—	607	763	【和風だしの素】 砂糖 塩 かつおエキス こん ぶエキス《アレルギー：なし》	
	ひじきの炒り煮	どりにく さつまあげ だいず ひじき	【さつまあげ】スケソウ タチウオ イ トヨリ でんぷん 大豆たん白 玉ね ぎ 砂糖 大豆油 塩《アレルギー： 大豆》	さんおんどう	こんにゃく にんじん あおまめ	みりん 濃口しょうゆ 淡口しょうゆ 和風だしの素	小麦 大豆 鶏肉	23.5	28.0		
	ほうとう	ぶたにく あぶらあげ むぎみそ	ほうとうめん	はくさい にんじん かぼちゃ しいたけ ねぎ	煮干だし 料理酒 淡口しょうゆ	小麦 大豆 豚肉					

よく使用する調味料の原材料表示

むぎみそ 大麦 大豆 塩 水あめ 《アレルギー：大豆》	あかみそ 大麦 大豆 塩 水あめ 《アレルギー：大豆》	濃口しょうゆ 大豆 小麦 塩 アルコール 《アレルギー：小麦 大豆》	淡口しょうゆ 大豆 小麦 塩 アルコール 《アレルギー：小麦 大豆》	ケチャップ トマト 砂糖 酢 塩 玉ねぎ 香辛料 《アレルギー：なし》	デミグラスソース 小麦粉 ラード 玉ねぎ チキンエキス にんじん 砂糖 でん粉 塩 香辛料 《アレルギー：小麦 鶏肉》	トマトソース トマト 玉ねぎ 大豆油 砂糖 にんにく 植物油 塩 《アレルギー：大豆》
ウスターソース 砂糖 塩 玉ねぎ 酢 香辛料 トマト カラメル色素 《アレルギー：なし》	野菜フィヨン 塩 砂糖 たまねぎ にんにく 植物油 トマト 香辛料 《アレルギー：なし》	丸鶏がらスープ 塩 チキンエキス 鶏脂 玉ねぎ にんじん キャベツ 香辛料 《アレルギー：鶏肉》	がらスープ チキンエキス 《アレルギー：鶏肉》	コンソメ 塩 砂糖 鶏肉 魚醤 香辛料 トマト 玉ねぎ 人参 《アレルギー：鶏肉 豚肉》	洋風スープ 砂糖 塩 でんぷん 玉ねぎ にんにく トマトエキス にんじんエキス 豚肉 大豆《アレルギー：大豆 豚肉 ゼラチン》	中華だし デキストリン 塩 コーンスターチ 砂糖 酵母エキス にんにく はくさい しょうが 香辛料 《アレルギー：なし》