

11月きゅうしよくんだてひょう

2024年10月29日

剣崎学校給食センター

11/11, 12, 25...松浦小なし
11/5, 22...米水津小なし
11/18...鶴見中なし
11/5, 18, 22, 25...米水津中なし
11/5...城南中・鶴谷中なし

*牛乳(主に体をつくるもとになる)は、毎日つきます。 *献立は都合により変更することもあります。 *材料の()は、だしとりのみです。

日	学校 確認欄	献立名	主に体をつくる もとになる	主に調子を整える もとになる	主にエネルギーの もとになる	その他	加工品等のアレルギー表示		*コンタミ					もりつけかた	
							加工品名等	卵	乳	小麦	落花生	えび	かに		
1 金		ごはん			米									1 どうふいりふくさたまご くろざとうまめ ごはん かしわじる かみかみメニュー	
		豆腐入りふくさ卵	鶏ひき肉,しほり豆腐,卵	玉ねぎ,にんじん,ほうれん草	砂糖,サラダ油	薄口しょうゆ,和風だし,塩									
		かしわ汁	豆腐,鶏肉,かまぼこ,(こんぶ),(かつおぶし)	にんじん,玉ねぎ,ごぼう,ねぎ	砂糖	塩,濃口しょうゆ,薄口しょうゆ	520	かまぼこ							
		黒砂糖豆	ロースト大豆		てんぷん,黒砂糖										
5 火		ごまだしチャーハン	豚ロースハム,ごまだし,卵	ねぎ	米,ごま,砂糖,サラダ油,ごま油	塩	647 515	ロースハム ごまだし						5 さつまいもいり ココアむしパン ごまだし チャーハン はるさめ スープ	
		春雨スープ	豚バラ肉,かまぼこ	玉ねぎ,にら,にんじん	春雨,ごま油	塩,こしょう,薄口しょうゆ,中華あじ	520	かまぼこ							
		さつまいも入りココアむしパン			蒸しパンミックス,さつまいも	甘酒,ココア	61	蒸しパンミックス							
6 水		揚げパン(きな粉)	きな粉		コッペパン,砂糖,大豆油	塩	45	コッペパン						6 ヨーグルト あげパン ポトフ	
		ポトフ	鶏肉,ウインナー	キャベツ,玉ねぎ,にんじん,グリーンピース,にんにく	じゃがいも,バター	塩,こしょう,薄口しょうゆ,コンソメ,片割らスープ	504	ウインナー							
		ヨーグルト	ヨーグルト				533	ヨーグルト							
7 木		ごはん			米									7 ノンエッグタルタルハーフ はものフライ ごはん つぼづけ うまに	
		はものフライ	はも,卵		小麦粉,パン粉,大豆油	塩,こしょう,酒	516	パン粉							
		うまに	鶏肉,さつまいも	ごぼう,たけのこ,にんじん,乾しいたけ	じゃがいも,こんにゃく,砂糖,サラダ油	酒,濃口しょうゆ,薄口しょうゆ,みりん	523	さつまいも							
		つぼづけ		つぼづけ			601	つぼづけ							
		ノンエッグタルタルハーフ				ノンエッグタルタルハーフ	578	ノンエッグタルタルハーフ							
8 金		米粉パン			米粉パン		48	米粉パン						8 りんご かみかみメニュー ごはん りんご さつまいも しめじの こめコンチュー	
		さつまいもとしめじの米粉シチュー	鶏肉,牛乳	玉ねぎ,にんじん,ぶなしめじ	さつまいも,米粉,バター,サラダ油	塩,こしょう,コンソメ,薄口しょうゆ									
		フレンチサラダ	豚ロースハム	キャベツ,きゅうり,にんじん,コーン	サラダ油,砂糖	酢,塩,こしょう	647	ロースハム							
		りんご		りんご											
11 月		ごはん			米									11 あげさほの ごうみソース ごはん あさづけ かみかみメニュー ひじきと だいずの にもの	
		揚げさほの香味ソース	さば,赤みそ	生姜,ねぎ	でんぷん,大豆油,砂糖	濃口しょうゆ,トウバンジャン,酒									
		ひじきと大豆の煮物	ひじき,さつまいも,油揚げ,鶏肉,大豆	にんじん,いんげん	砂糖,サラダ油	濃口しょうゆ,薄口しょうゆ,みりん,酒,和風だし	523	さつまいも							
		浅漬け	かつおぶし	キャベツ,きゅうり,かぼす	ごま	薄口しょうゆ,塩									
12 火		ごはん			米									12 みかん だいがくいも ごはん はっほうさい	
		八宝菜	かまぼこ,いか,豚肉	玉ねぎ,にんじん,キャベツ,乾しいたけ,ねぎ,たけのこ,生姜	でんぷん,サラダ油,ごま油	酒,中華あじ,塩,こしょう,薄口しょうゆ	520	かまぼこ							
		みかん		みかん											
13 水		ごはん			米									13 ごはん ポークカレー ツナとコーンの サラダ	
		ポークカレー	豚肉	玉ねぎ,にんじん,りんご,にんにく,生姜	じゃがいも,サラダ油	カレーフレーク給食用,やさしいカレー,赤ワイン,ローレル,塩,こしょう,コンソメ	649 528	カレーフレーク やさしいカレー							
14 木		鶏めし	鶏肉	にんにく,ごぼう	米,砂糖,サラダ油	濃口しょうゆ,酒								14 ししゃもの いそべあげ ごはん としめじ かきたまじる かみかみメニュー	
		かきたま汁	卵,かまぼこ,(こんぶ),(かつおぶし)	玉ねぎ,にんじん,ねぎ	でんぷん	塩,酒,薄口しょうゆ	520	かまぼこ							
		ししゃもの磯辺揚げ	ししゃも,卵,あおのり		小麦粉,でんぷん,大豆油										
15 金		ごはん			米									15 ジビエバーグ ゆでキャベツ ごはん さつまいも	
		ジビエバーグ	しから肉,いのしし肉,しほり豆腐,卵,牛乳	玉ねぎ,生姜	パン粉,砂糖,でんぷん	塩,ナツメグ,濃口しょうゆ,みりん	516	パン粉							
		さつまいも	鶏肉,豆腐,白すりみそ,(いりこ)	にんじん,大根,ごぼう,ねぎ	さつまいも,サラダ油	和風だし									
18 月		チキンピラフ	鶏肉	玉ねぎ,にんじん,コーン,ぶなしめじ	米,サラダ油	塩,こしょう,薄口しょうゆ,コンソメ,酒								18 あおのりピーンズ チキンピラフ かみかみメニュー しろはなまめ スープ	
		白花豆スープ(こめこ)	ベーコン,白花豆ペースト,牛乳	にんじん,玉ねぎ,パセリ	米粉	塩,こしょう,コンソメ,片割らスープ,ローレル	594 586	ベーコン 白花豆ペースト							
		青のりピーンズ	大豆,あおのり		でんぷん,大豆油	塩									
19 火		ごはん			米									19 フロッコリーと ツナのサラダ かみかみメニュー ごはん ひじきふりかけ ぶいかまの しめじ ふるさと給	
		ぶりかまの塩焼き	ぶりかま			塩,酒									
		フロッコリーとツナのサラダ	フレッシュミート	フロッコリー,コーン,キャベツ,きゅうり,にんじん	エッグケアマヨネーズ	薄口しょうゆ,こしょう	12 77	フレッシュミート エッグケアマヨネーズ							
		ひじきふりかけ	ひじき,かつおぶし		ごま,砂糖	濃口しょうゆ,みりん									

11月きゅうしよくこんだてひょう 2024年10月29日 剣崎学校給食センター

11/11、12、25…松浦小なし
 11/5、22…米水津小なし
 11/18…鶴見中なし
 11/5、18、22、25…米水津中なし
 11/5…城南中・鶴谷中なし

*牛乳(主に体をつくるものになる)は、毎日つきます。 *献立は都合により変更することもあります。 *材料の()は、だしとりのみです。

日	学校 確認欄	献立名	主に体をつくる ものになる	主に調子を整える ものになる	主にエネルギーの ものになる	その他	加工品等のアレルギー表示 *コンタミ					もりつけかた	
							加工品名等	卵	乳	小麦	落花生 えび		かに
20 水		コッペパン			コッペパン		45	コッペパン	●	●			20 みかんジャム コッペパン ポテトミート 焼き ぎょうざ スープ
		ポテトミート焼き	牛ひき肉,豚ひき肉,チー ズ	玉ねぎ,にんじん,れんこ ん	クリンクルカットポテ ト,サラダ油	赤ワイン,塩,こしょう,コンソ メ,デミグラスソース,ケ チャップ,ウスターソース	674 99 574	チーズ デミグラスソース クリンクルカット ポテト	●	●			
		餃子スープ		スープギョウザ,白菜,に んじん,乾しいたけ,ねぎ	春雨	薄口しょうゆ,塩,こしょう,中 華あじ,酒,酢,カス	535	スープギョウザ		●			
		みかんジャム		みかんジャム			640	みかんジャム					
21 木		ごはん			米								21 ごはん ハッシュド ポーク スイーツ ポテトサラダ
		ハッシュドポーク	豚肉	玉ねぎ,にんじん,ぶなし めじ,にんにく,グリーン ピース,ミルポア	砂糖,サラダ油,小麦粉,パ ター	トマトピューレ,コンソメ,デ ミグラスソース,ウスター ソース,濃口しょうゆ,塩,赤ワ イン	44 99	ミルポア デミグラスソース		●			
		スイーツポテトサラダ	豚ロースハム	にんじん,きゅうり,キャ ベツ	さつまいも,エッグケア マヨネーズ	塩,こしょう	647 77	ロースハム エッグケアマヨネーズ					
22 金		ごはん			米								22 ちゅうかサラダ ごはん マーボー はるさめ
		麻婆春雨	豆腐,豚ひき肉,赤みそ	にんじん,ねぎ,生姜	春雨,砂糖,でんぷん,ごま 油,サラダ油	濃口しょうゆ,酒,みりん,麻婆 ソースG,トウバンジャン	666	麻婆ソースG		●			
		中華サラダ	焼豚,卵	キャベツ,にんじん,冷凍 ほうれん草,もやし	砂糖,サラダ油,ごま油	塩,濃口しょうゆ,酢,こしょう	511	焼豚					
25 月		ごはん			米								25 みかん にべの みそマヨネーズ焼き ごはん ふるさと給食 だんごじる 学校給食1日まるごと大分県
		にべのみそマヨネーズ焼き	にべ,米みそ	白ねぎ,コーン	エッグケアマヨネーズ		77	エッグケアマヨネーズ					
		だんご汁	豚肉,油揚げ,(いりこ)	大根,白菜,ごぼう,にんじ ん,乾しいたけ,ねぎ	小麦粉,米粉	塩,薄口しょうゆ,和風だし							
		みかん		みかん									
26 火		ごはん			米								26 さいきパッケージのり たいこんサラダ ごはん じゃがいもの とぼろに
		じゃがいものとぼろ煮	鶏ひき肉	玉ねぎ,にんじん,いんげ ん	じゃがいも,砂糖,サラダ 油	濃口しょうゆ,薄口しょうゆ, 和風だし,酒,みりん							
		大根サラダ	フレッシュミート	大根,きゅうり,生姜,かぼ す	砂糖,ごま油,サラダ油	薄口しょうゆ	12	フレッシュミート					
		佐伯パッケージのり	佐伯パッケージのり				567	佐伯パッケージの り					
27 水		黒砂糖パン			黒砂糖パン		46	黒砂糖パン	●	●			27 くろざとうパン たいこんと ベーコンの グラタン レタスと たまごの スープ
		大根とベーコンのグラタン	ベーコン,牛乳,生クリー ム,チーズ	ぶなしめじ,大根,コーン, アスパラガス	マカロニ,バター,サラダ 油,米粉	塩,こしょう,コンソメ	508 674 57	ベーコン チーズ マカロニ		●	●		
		レタスとたまごのスープ	卵,ベーコン	レタス,玉ねぎ,にんじん		オリーブオイル,薄口しょうゆ,塩, こしょう	508	ベーコン					
28 木		ごはん			米								28 とうふボールの わふうあん ごはん ぶたキムチじる
		豆腐ボールの和風あん	しぼり豆腐,鶏ひき肉	にら,にんじん,きくらげ, 乾しいたけ,れんこん	でんぷん,大豆油,砂糖	酒,塩,濃口しょうゆ,みりん							
		豚キムチ汁	豚肉,油揚げ,豆腐,白すり みそ,(いりこ)	キムチ,大根,にんじん,白 菜,ごぼう,ねぎ	さつまいも		40	キムチ					
29 金		米粉パン			米粉パン		48	米粉パン	●	●			29 かみかみメニュー こめこパン マゼドアン サラダ きのこ スパゲティ
		きのこスパゲティ	鶏肉,チーズ	玉ねぎ,にんじん,冷凍ほ うれん草,生しいたけ,ぶ なしめじ	スパゲッティ,バター, サラダ油	塩,こしょう,コンソメ,薄口 しょうゆ,赤ワイン	6 57	チーズ スパゲティ		●	●		
		マゼドアンサラダ	ウインナー	にんじん,きゅうり	じゃがいも,エッグケア マヨネーズ,砂糖	からし,酢,薄口しょうゆ	504 77	ウインナー エッグケアマヨネーズ					

*材料の()はだしとりのみです。

*表示義務のない(7品目以外)アレルギーを完全除去することはできません。

*アレルギー表示対象品目は、特定原材料7品目(表示義務)えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生(ピーナッツ)です。そばは、給食にはできません。

*特定原材料に準ずる原材料21品目の(表示推奨)くるみ、アーモンド、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチンについては、献立表と各校に配布している加工食品一覧表で確認をお願いします。(2023年3月9日より、くるみを含む8品目がアレルギー表示義務対象となりましたが、2025年3月31日までは表示義務が猶予されるため、完全除去ができません。そのため給食の除去対象から除外します。)

*加工食品や調味料は、同じ品名でも以前と成分が変わる場合があります。毎月の献立表と加工食品一覧表でアレルギー食品表示をご確認下さい。

*パンの日は、乳アレルギーの場合は代替パン(乳アレルギーなし)を準備します。小麦アレルギーの場合は、ごはん等を持参してください。

*天候等による急なトラブルで献立や食材を変更する場合があります。



(出典：食育フォーラム)



11月の食にかかわる‘00の日’

☆11月19日：「おおいた食(ごはん)の日」

☆11月19日を含む一週間：「おおいた食育ウィーク」

大分県は令和4年度から大分県産食材を紹介する食育動画「謎解き！大分のおいしいモン」を作成しており、今年度も作成予定です。この週の給食に動画の食材が登場予定です。

☆11月24日：「和食の日」



25日は佐伯産や
大分県産の食材を使って
給食を作ります。



今月の給食

①学校給食1日まるごと大分県

・11月25日(月)

ごはん、牛乳、にべのみそマヨネーズ焼き、だんご汁、みかん

②ふるさと給食

・11月19日(火)ぶりがまの塩焼き(ぶりがま)

・11月25日(月)にべのみそマヨネーズ焼き(にべ)

*11月はオーガニック野菜の使用はありません。

☆11月9、10日：第43回全国豊かな海づくり大会が、大分県で開催されます！