11 月 こんだてひょう No. 1

玖珠町学校給食センター

日	曜日	牛乳 エネルギー（Kcal）	献立名	血や肉・骨になるもの	熱や力になるもの	体の調子をととのえるもの	アレルゲン 下線はコンタミ
1	水	牛乳	チリコンカン	ぶたにく ベーコン だいず	バター マカロニ	にんにく たまねぎ にんじん パセリ	小麦 卵 乳 大豆 豚肉
566		黒糖パン	コンソメスープ	チキンハム	あぶら じゃがいも	にんじん たまねぎ キャベツ	小麦 卵 乳 牛肉 大豆 鶏肉
2	木	牛乳	キムチ炒め	ぶたにく	ごまあぶら はるさめ	もやし にら はくさい（キムチ）	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 りんご ゼラチン ごま
565		ごはん	親子煮	とりにく こうやどうふ ちくわ たまご	あぶら じゃがいも さとう	たまねぎ にんじん きぬさや	小麦 卵 乳 えび かに 大豆 鶏肉
6	月	牛乳	豚肉とキャベツのとろみ炒め	ぶたにく	あぶら でんぷん ごまあぶら	キャベツ にんじん ブロッコリー	大豆 豚肉 ごま
637		ごはん	つみれ汁	はもつみれ かまぼこ とうふ	マロニー	にんじん チンゲンサイ しょうが ねぎ	大豆
			さつまいもと栗のタルト	とうにゅう	さつまいも こめこ さとう くり		大豆
7	火	牛乳	五目チャーハン	ぶたにく	こめ さとう	にんじん たけのこ しいたけ ねぎ	小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉 ゼラチン ごま
582		五目チャーハン	筑前煮	とりにく	あぶら さとう さといも	ごぼう しいたけ たけのこ にんじん だいこん	大豆 鶏肉
			ごま汁	ぶたにく みそ とうふ	ごま	かぼちゃ なす いんげん ねぎ	大豆 豚肉 ごま
8	水	牛乳	小 あげパン（かみかみ献立）	きなこ	パン あぶら さとう		小麦 乳 大豆
			鶏肉となすのマヨソテー	とりにく	あぶら ノンエッグマヨネーズ さとう	にんじん たまねぎ なす	大豆 鶏肉
666		小あげパン	豆とトマトのスープ	ベーコン ミックスビーンズ（ガルバンゾ レッドキドニー マローファットピース）		たまねぎ トマト キャベツ	小麦 卵 乳 牛肉 大豆 豚肉
		中基本パン	中 いちごジャム		さとう	いちご	
9	木	牛乳	さばみぞれ煮	さば	さとう	だいこん	小麦 さば 大豆
609		ごはん	豚汁	ぶたにく あぶらあげ とうふ みそ	あぶら	ごぼう にんじん たまねぎ だいこん ねぎ	大豆 豚肉
10	金	牛乳	ほうれん草のソテー	ロースハム	マーガリン	もやし ほうれんそう	小麦 卵 乳 大豆 豚肉
592		麦ごはん	パンプキンカレー（野菜たっぷり給食）	ぎゅうにく スキムミルク	あぶら	にんにく たまねぎ にんじん かぼちゃ	小麦 乳 牛肉 大豆 鶏肉 豚肉
13	月	牛乳	青椒肉絲	ぎゅうにく	あぶら さとう	しょうが にんにく たけのこ たまねぎ ピーマン	小麦 牛肉 大豆
598		ごはん	酸辣湯	ぶたにく とうふ	でんぷん	たまねぎ えのき トマト キャベツ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ゼラチン ごま
			お米deスイートポテト		さつまいも じゃがいも さとう こめこ		大豆
14	火	牛乳	鶏肉の田舎煮	とりにく あつあげ	さとう でんぷん ごま	こんにゃく	大豆 鶏肉 ごま
568		ごはん	大根のスープ	ベーコン	オリーブあぶら	だいこん にんじん たまねぎ キャベツ	小麦 卵 乳 牛肉 大豆 豚肉
15	水	牛乳	カラフル炒り卵	ピッコロハム（とりにく） たまご	あぶら じゃがいも	たまねぎ ピーマン にんじん	小麦 卵 乳 牛肉 大豆 鶏肉
650		ミルクパン	秋の具沢山シチュー	とりにく ぎゅうにゅう チーズ	バター さつまいも	たまねぎ にんじん しめじ コーン パセリ	小麦 乳 鶏肉 豚肉
16	木	牛乳	にしん昆布煮	にしん こんぶ	さとう		小麦 大豆
629		ごはん	マーボーじゃが	ぶたにく みそ だいず	ごまあぶら さとう じゃがいも でんぷん	にんにく しょうが たまねぎ にんじん にら	大豆 鶏肉 豚肉 ごま

11 月 こんだてひょう No. 2

玖珠町学校給食センター

日	曜日	牛乳 エネルギー（Kcal） 主食	献立名	血や肉・骨になるもの	熱や力になるもの	体の調子をととのえるもの	アレルゲン 下線はコンタミ
17	金	牛乳	宮中トッポギ	ぎゅうにく	あぶら さとう ごま トッポギ	たまねぎ しいたけ エリンギ あかピーマン ピーマン	牛肉 大豆 ごま
551		ごはん	チキン春雨スープ	とりにく	あぶら はるさめ	にんにく しょうが ねぎ キャベツ こまつな	大豆 鶏肉
20	月	牛乳	いわし生姜煮	いわし	さとう	しょうが	小麦 大豆
573		ごはん	牛肉とさといものうま煮	ぎゅうにく	あぶら さとう さといも	にんじん いとこんにゃく はくさい	牛肉 大豆
21	火	牛乳	トリニータ丼	かんむりじどり	あぶら ごまあぶら さとう	にんにく しょうが にら	大豆 鶏肉 ごま
664		ごはん	さつまいものみそ汁	あぶらあげ とうふ みそ	さつまいも	だいこん たまねぎ ねぎ	大豆
			かぼすゼリー（ふるさと給食）		さとう	かぼすかじゅう	小麦 卵 乳 オレンジ 大豆 もも りんご
22	水	牛乳	中 あげパン	きなこ	パン あぶら さとう		小麦 乳 大豆
			アメリカンポーク	ぶたにく だいず	あぶら	にんにく たまねぎ ピーマン	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 りんご
578		小基本パン 中あげパン	野菜スープ	チキンハム		たまねぎ キャベツ にんじん ほうれんそう	小麦 卵 乳 牛肉 大豆 鶏肉
			小 いちごジャム		さとう	いちご	
24	金	牛乳	豚肉のごままぶし	ぶたにく	ごまあぶら さとう ごま	しょうが にんじん ごぼう こんにゃく ほうれんそう	大豆 豚肉 ごま
560		ごはん	なめこ汁	とうふ あぶらあげ みそ		にんじん なめこ こまつな ねぎ	大豆
27	月	牛乳	サーモンフライ/タルタルソース	さけ	あぶら パンこ こむぎこ ノンエッグタルタルソース		小麦 さけ 大豆
592		ごはん	豚肉のねぎ塩スープ	ぶたにく とうふ	ごまあぶら	ねぎ しょうが にんにく にんじん はくさい	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ゼラチン ごま
28	火	牛乳	しらたきのピリ辛炒め	ぶたにく	ごまあぶら さとう	にんにく しょうが にんじん いとこんにゃく ほうれんそう	大豆 豚肉 ごま
581		ごはん	とりすき	とりにく ちくわ あつあげ	あぶら さとう	しいたけ ごぼう たまねぎ にんじん はくさい ねぎ	えび かに 大豆 鶏肉
29	水	牛乳	鶏と根菜の平つくね	とりにく	ごまあぶら さといも パンこ でんぷん	たまねぎ れんこん ごぼう	小麦 卵 乳 大豆 鶏肉 豚肉 ごま
606		減量パン	ミートスパゲティ	ぎゅうにく ゼラチン チーズ	あぶら スパゲティ	にんにく たまねぎ にんじん グリンピース	小麦 乳 牛肉 ゼラチン
30	木	牛乳	ごぼうのキーマカレー	ぶたにく だいず	あぶら	にんにく しょうが たまねぎ ごぼう	大豆 豚肉
539		麦ごはん	鶏肉と里芋のスープ	とりにく	さといも	にんじん いとこんにゃく ねぎ	牛肉 大豆 鶏肉

学校給食一日まるごと大分県

＊表中では以下を省略しています。

	血や肉・骨になるもの	熱や力になるもの	アレルゲン
牛乳	牛乳		乳
ごはん		こめ	
麦ごはん		こめ おおむぎ	
基本パン 減量パン ミルクパン 黒糖パン		パン	小麦 乳 大豆

＊アレルギー表示対象食品は、表示義務のある特定原材料８品目及び特定原材料に準ずるもの２０品目です。

＊コンタミ（コンタミネーション）とは、製品にはアレルギー物質を含む原材料は使用していないが、食品の製造工程や原材料の漁獲工程などで意図せず混入してしまう可能性があること。食材料のコンタミの他、給食センターでは毎日同じ釜やフライヤーで違う料理を作ることから起こるコンタミの可能性があります。表中アレルゲン欄には使用する加工食品のコンタミを下線表示しています。

＊えび、かに、落花生、そばの４品目の使用はありません。（コンタミに含むことはあります）

＊玖珠産食材の使用　米、大麦、乾しいたけ、豆腐、油揚げ、豚肉（一部を除く）、
その他、表中に二重下線表示している野菜（天候等により変更になる場合があります）

＊玖珠町ホームページ掲載版「こんだてひょう」もご利用ください。

＊献立は予定であり、都合により献立や材料の一部を変更する場合があります。変更の場合は学校等を通じてお知らせします。

【８日ごろ（歯の日）】かみかみ献立・・・かみごたえのある食材をとりいれた献立

【１９日ごろ（食育の日）】ふるさと給食・・・地場産物（大分県産・玖珠産）を活用した献立