

10月 給食献立表

5日 (火)	副食	たらのもみじ焼き	たら、卵不使用マヨネーズタイプ（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（加工でんぷん、キサンタンガム）、調味料（有機酸等）、香辛料抽出物、（一部に大豆を含む））、にんじん、食塩、こしょう	カロリー	たら：アラスカ	
				192kcal	人参（うらごし）：日本	
				蛋白質	大根：北海道	
				8g	さつまいも：茨城	
		絹揚げと大根の炊き合わせ	絹揚げ（大豆、異性化液糖、デキストリン、食塩、揚げ油（なたね油）/加工でん粉、豆腐用凝固剤、（一部に大豆を含む））、大根、砂糖、本みりん、醤油（大豆、小麦、食塩）、だしの素（調味料（アミノ酸等）、食塩、砂糖類（グラニュー糖、ぶどう糖）、風味原料（かつおぶし粉末、そうだかつおぶし粉末））	脂質	パイナップル：フィリピン	
				10.8g		
		さつまいものミルクかけ	さつまいも、牛乳、砂糖、片栗粉	食塩		
				1.0g		
		パイナップル	パイナップル（生）			
6日 (水)	主食	ごはん	ごはん	カロリー	豚肉：フランス、ハンガリー	
	副食	豚肉と長芋の醤油マヨ炒め	豚肉、長芋（山芋、ばれいしょでんぷん、食用植物油）、赤ピーマン、卵不使用マヨネーズタイプ（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（加工でんぷん、キサンタンガム）、調味料（有機酸等）、香辛料抽出物、（一部に大豆を含む））、醤油（大豆、小麦、食塩）、キャノーラ油	392kcal	長芋：北海道	
				蛋白質	赤ピーマン：ポルトガル	
				13.1g	しめじ：長野、北海道	
				脂質	しいたけ：日本	
		きのこの旨煮	絹厚揚げ（大豆、異性化液糖、デキストリン、食塩、揚げ油（なたね油）/加工でん粉、豆腐用凝固剤、（一部に大豆を含む））、しめじ、醤油（大豆、小麦、食塩）、しいたけ、砂糖、しょうが、清酒	14.5g	胡瓜：北海道、群馬、宮崎	
			食塩	りんご：北海道		
			1.0g			
		ひじきの五目サラダ	もやし、胡瓜、ハム（豚肉、でん粉、大豆たん白、還元水あめ、食塩、卵たん白、水あめ、乳たん白、豚コラーゲン、砂糖、香辛料/調味料（有機酸等）、加工デンプン、リン酸塩（Na）、増粘多糖類、酸化防止剤（ビタミンC）、クチナシ色素、カゼインNa、発色剤（亜硝酸Na）、香辛料抽出物、（一部に卵、乳成分、小麦、大豆、豚肉を含む）、コーン、和風ドレッシング（食用植物油脂、醤油、醸造酢、砂糖、かつおエキス、卵黄、食塩、調味料（アミノ酸等）、かつおだし、増粘多糖類、発酵調味料、香辛料抽出物、（一部に大豆、小麦、卵を含む））、ひじき			
		りんご	りんご（生）			
7日 (木)	主食	けんちん風うどん	うどん（小麦粉、小麦たん白、食塩/加工デンプン、（一部に小麦を含む））  豚肉、大根、ソフト豆腐（大豆、でん粉/安定剤（加工でん粉）、豆腐用凝固剤、（一部に大豆を含む））、人参、ごぼう、醤油（大豆、小麦、食塩）、だし（いわし煮干し、かつおぶし、むろあじふし、さばふし、まぐろふし、昆布、椎茸、（一部にさばを含む））、砂糖、本みりん、しいたけ、食塩、	カロリー	豚肉：フランス	
					385kcal	大根：北海道
					蛋白質	人参：北海道
	副食	蒸しケーキ バナナ風味	小麦粉、液全卵、砂糖、食用こめ油、イソマルトオリゴ糖シロップ、食塩/乳化剤、膨張剤、香料、（一部に小麦、卵を含む）		12.4g	ごぼう：北海道
					脂質	しいたけ：北海道
					16.6g	
			食塩			
			1.4g			