

10月 給食献立表

| | | | | | |
|------------|----|----------------|---|---------|----------------|
| 12日 (火) | 副食 | 豚肉としめじの中華炒め | 豚肉、チンゲン菜、しめじ、からスープの素（動物油脂、デキストリン、食塩、粉末醤油、砂糖、オニオンエキス、ゼラチン、チキンエキス、たん白加水分解物、植物油/調味料（アミノ酸等）、加工でん粉、酸化防止剤（ビタミンE）、（一部に鶏肉、豚肉、小麦、大豆、ゼラチン、ごまを含む））、清酒、キャノーラ油、醤油（大豆、小麦、食塩）、食塩、生姜、こしょう | カロリー | 豚肉：フランス、ハンガリー |
| | | | | 241kcal | チンゲン菜：北海道、茨城 |
| | | | | 蛋白質 | しめじ：長野、北海道 |
| | | | | 11.4g | ごぼう：北海道 |
| | | | | 脂質 | 黄ピーマン：ポルトガル |
| | | | | 13.5g | 人参：北海道 |
| | | 食塩 | 馬鈴薯：北海道 | | |
| | | 1.3g | 白菜：北海道 | | |
| | | 洋風きんぴら | ごぼう、黄ピーマン、トマトケチャップ（トマト、糖類（果糖ぶどう糖液糖、砂糖）、醸造酢、食塩、玉葱、香辛料、増粘剤（タマリンドシードガム））、人参、ウスターソース（野菜（たまねぎ、トマト）、糖類（果糖ぶどう糖液糖、砂糖）、醸造酢、食塩、香辛料/カラメル色素、調味料（アミノ酸））、バター（生乳、食塩）、砂糖、ごま、食塩、こしょう | | |
| | | 北あかりコロッケ | 野菜（馬鈴薯（北あかり）、たまねぎ）、パン粉、砂糖、脱脂粉乳、マーガリン、加工油脂、食塩、乾燥全卵、醸造酢、香辛料、衣（パン粉、小麦粉、コーンフラワー、デキストリン、加工油脂、クラッカー、粉末状大豆たん白、でん粉）/増粘多糖類、乳化剤、ベーキングパウダー、（一部に小麦、卵、乳成分、大豆を含む）、揚げ油（キャノーラ油） | | |
| | | 白菜ののり和え | 白菜、醤油（大豆、小麦、食塩）、砂糖、きざみのり | | |
| | | メープルプチケーキ | 小麦粉、フラワーペースト（砂糖、水あめ、メープルシュガー、その他）、食用植物油、砂糖、鶏卵、卵白粉、イソマルトオリゴ糖シロップ、全粉乳、食塩、/ベーキングパウダー、増粘多糖類、加工デンプン、グリシン、香料、乳化剤、酸味料、着色料（カラメル）、（一部に小麦、卵、乳成分、大豆を含む） | | |
| 13日 (水) | 主食 | ごはん | ごはん | カロリー | 鶏肉：日本、タイ |
| | 副食 | オムレツ&鶏の唐揚げ | オムレツ（鶏卵、砂糖、醸造酢、食塩、植物油（菜種油、大豆油）/加工澱粉、調味料（アミノ酸）、乳化剤、カロチン色素、（一部に卵、大豆を含む）、トマトケチャップ（トマト、糖類（果糖ぶどう糖液糖、砂糖）、醸造酢、食塩、たまねぎ、香辛料）/増粘剤（タマリンドシードガム）） 鶏の唐揚げ（鶏肉、小麦粉、でん粉、しょうゆ、砂糖、大豆油、食塩、香辛料、チキンミートパウダー、揚げ油（大豆油、パーム油）/加工でん粉、調味料（アミノ酸等）、乳化剤、重曹、増粘剤（キサンタン）、（一部に鶏肉、小麦、大豆を含む））、揚げ油（キャノーラ油） | 386kcal | ごぼう：北海道 |
| | | | | 蛋白質 | 黄ピーマン：ポルトガル |
| | | | | 9.6g | 小松菜：茨城、北海道 |
| | | | | 脂質 | コーン：アメリカ |
| | | | | 12.8g | 人参：北海道 |
| | | | | 食塩 | グレープフルーツ：南アフリカ |
| | | | 1.4g | | |
| | | ごぼうとベーコンの味噌炒め | ごぼう、黄ピーマン、ベーコン（豚ばら肉、還元水あめ、食塩、卵たん白、水あめ、大豆たん白、乳たん白、ポークエキス/リン酸塩（Na）、調味料（アミノ酸）、酸化防止剤（ビタミンC）、発色剤（亜硝酸Na）、（一部に卵、乳成分、大豆、豚肉を含む））、キャノーラ油、味噌（大豆、米、食塩/酒精）、本みりん、醤油（大豆、小麦、食塩） | | |
| | | かぼちゃしゅうまい | 魚肉すり身、かぼちゃペースト、豆腐、小麦粉、なたね油、食物繊維、ショートニング、砂糖、みりん、食塩、醤油、ジンジャーペースト、大豆粉、加工でん粉、豆腐用凝固剤、（一部に大豆、小麦を含む） | | |
| | | 小松菜とコーンのごま風味和え | 小松菜、コーン、人参、ごま、砂糖、穀物酢（穀類（小麦、米、コーン）、醤油（大豆、小麦、食塩）、食塩 | | |
| | | グレープフルーツ | グレープフルーツ（生） | | |