



平成27年度10月学校給食献立表



信楽学校給食センター TEL82-0503 FAX82-0784

日	主 食	牛乳	献 立 名	主 材	使 用 材 料
1 木	たまごを食べよう! 米粉パン 栄養満点!		オムレツ 大豆入りミネストローネ 海そうサラダ	小麦粉 さとう	体の調子を整えるもの(緑) キャベツ たまねぎ とうもろこし
2 金	魚を食べよう! ごはん 修二あじ		あじの塩焼き 臭たくさんぶた汁 れんこんのいため煮	米 さとう	にんじん だいこん ねぎ ごぼう こんにゃく れんこん
5 月	かるちゃんの日 むぎごはん 骨を強くしよう!		ししゃもの天ぷら 切干しだいこんのみそ汁 ピーマンのおかかあえ	米 天ぷら粉 さとう	だいこん たまねぎ にんじん キャベツ れんこん ごぼう
6 火	チーズを食べよう! うすまぎパン 発酵食品		ハムとチーズのはさみあげ 地産産野菜のスープ れんこんサラダ とうもろこし	小麦粉 パン粉 とうもろこし	だいこん たまねぎ パセリ にんじん キャベツ れんこん とうもろこし いんげん豆
7 水	秋の味覚 ごはん さといも		さといもコロッケ ポークカレー 白菜のとさあえ	米 パン粉 さとう	たまねぎ はくさい ごまつな
8 木	目によい献立 コッペパン 目を大事にしよう!		レバー入りハンバーグソースかけ キャロットスープ プロッコリーとツナのサラダ	小麦粉 さとう ノンエッグマヨネーズ	にんじん たまねぎ とうもろこし パセリ プロッコリー
9 金	かみかみ献立 ごはん しっかりかもう!		いわしのしょうが煮 ちくぜん煮 なっとう (遊賀県産大豆)	米 さとう	ごぼう にんじん しいたけ れんこん こんにゃく いんげん豆 たけのこ
13 火	鉄ちゃんの日 コッペパン 鉄分をとろう!		とりとレバーのオーロラ煮 だいこんのポトフ りんこ	小麦粉 サラダ油 じゃがいも	プロッコリー たまねぎ にんじん だいこん ごぼう りんご
14 水	ファイバーくんの日 発芽玄米ごはん 食物繊維たっぷり!		鯉の塩焼き まんでん大豆 いものご汁 ひじきの炒り煮	米 発芽玄米 サラダ油 じゃがいも	たまねぎ にんじん しめじ ねぎ いんげん豆
15 木	ごはんの日 ごはん 和食を楽しもう!		厚焼きたまご ぶたじゃが ほうれん草のとさあえ	米 サラダ油 さとう	たまねぎ にんじん しらたき いんげん豆 ほうれん草 もやし
16 金	海そうパワー! ひじきごはん ひじき		みそカツ えのきのすまし汁 紅白なます	米 ハン粉 さとう	えのきだけ たまねぎ にんじん ねぎ だいこん にんじん
19 月	食育の日 むぎごはん ふるさと献立		いさざのカレーあげ うめほし とりのじゅんじゅん かんぴょうのあえもの	米 むぎ サラダ油 米粉 さとう	たまねぎ かんぴょう 梅 にんじん はくさい ねぎ とうもろこし キャベツ
20 火	東京生まれの野菜 黒糖パン 小松菜		白身魚のフライ パンクンスープ 小松菜とスクランブルエッグ	小麦粉 パン粉 さとう	かぼちゃ たまねぎ とうもろこし パセリ ごまつな
21 水	中華料理 ごはん キムチでポカポカ		ぎょうざ ぶたキムチ丼の具 白菜のナムル	米 ごま油 さとう	にんにく しょうが もやし にんじん たまねぎ はくさい いら
22 木	とりに食べよう! コッペパン とりに肉の部位		チキンカツ マカロニのスープ煮 ゆでプロッコリー とうもろこし	小麦粉 米粉 マヨネーズ パン粉 サラダ油 マカロニ じゃがいも	にんじん たまねぎ セロリ キャベツ プロッコリー
23 金	魚を食べよう! ごはん 鯖二さわか		さわらの塩焼き なめこ汁 白菜のゆずあえ	米 さとう	たまねぎ なめこ ねぎ はくさい ゆず ごまつな だいこん
26 月	青魚の栄養 むぎごはん DHA★EPA		さばのみそ煮 とろろのすまし汁 切り干し大根の煮つけ	米 むぎ さとう	ねぎ えのきだけ たまねぎ にんじん だいこん しいたけ
27 火	めんの日 ソフトめん 上手に食べよう!		かぼちゃコロッケ ミートソース プロッコリーのソテー	小麦粉 パン粉 さとう	かぼちゃ にんじん にんにく たまねぎ プロッコリー トマト グリンピース
28 水	全国味めぐり ごはん ～東京都～		さんまの塩焼き 野菜たっぷりおでん 小松菜の旨め煮 のりのつくし煮	米 さとう	だいこん にんじん こんにゃく ごまつな もやし
29 木	秋の味覚 コッペパン いろいろなきご		肉団子のあまずあんかけ わかめのスープ きのこソテー	小麦粉 米粉 バター	にんじん たまねぎ しめじ まいだけ エリンギ ほうれん草
30 金	ハロウィン献立 ごはん かぼちゃ		ちくわの天ぷら さけのふりかけ さつまいもの豆乳みそ汁 ハロウィンデザート	米 天ぷら粉 さつまいも ごま(ふりかけ)	にんじん たまねぎ しめじ まいだけ エリンギ ほうれん草 にんじん たまねぎ

★子どもたちが食べている給食は、保護者の皆様から頂いております
給食費のみでまかなっております。お支払いをして頂かないと
毎日の給食の食材を買うことができません。

★使用材料などで質問があれば給食センターまでお問い合わせください。
給食センター：0748-82-0503 (FAX 0784)
★都合により材料の一部を変更することがあります。
★ソフト麺(中華麺・うどん等)の工場ではそばの製造も行っていません。