

11月 卵・乳除去食 予定献立

こんげつのもくひょう「かんしゃしてたべよう」

TEL:047-492-1081

日	主食・おかず・デザート・その他	使われている材料	加工品(※)のアレルゲン特定原材料28品目
1 (火)	あげパンきなこ	※①ソフトフランスパン、サラダ油、砂糖、※②きなこ、塩	※①小麦、※②大豆
	トマトのABCスープ	サラダ油、にんにく、セロリ、※①ベーコン、白ワイン、玉ねぎ、人参、白いんげん豆、トマト、※②チキンブイヨン、コンソメ、砂糖、醤油、塩、コショウ、※③マカロニ、キャベツ、パセリ	※①豚肉、※②鶏肉、※③小麦
	じゃがいもとウインナーのソテー	※ウインナー、じゃが芋、玉ねぎ、パセリ、塩、ブラックペッパー、コンソメ、サラダ油	※豚肉
2 (水)	アセロラとうにゅうゼリー	※アセロラ豆乳ゼリー	※大豆、りんご
	ごはん	米	
	パイタンスープ	豚肉、椎茸、人参、玉ねぎ、白菜、ニラ、生姜、※①なると、サラダ油、※②チャンポンスープの素、コショウ、塩、※③春雨	※①-、※②豚肉、小麦、大豆、鶏肉、※③-
3 (木)	やきぎょうざ	※餃子、サラダ油	※豚肉、大豆、ごま、小麦、鶏肉、ゼラチン
	とりにくとアーモンドのいためもの	鶏肉、たけのこ、人参、ピーマン、アーモンド、酒、醤油、※①中華スープの素、生姜、※②オイスターソース、ごま油、でん粉、サラダ油	※①大豆、鶏肉、豚肉、ごま、※②-
4 (金)	ソフトフランスパン	※ソフトフランスパン	※小麦
	じゃがいものポトフ	豚肉、人参、キャベツ、じゃが芋、玉ねぎ、セロリ、パセリ、※チキンブイヨン、コンソメ、醤油、サラダ油、塩、コショウ	※鶏肉
	クリスマスチキン	※クリスマスチキン	※鶏肉、小麦、大豆
	ブロッコリーとベーコンのソテー	ブロッコリー、しめじ、まいたけ、たけのこ、※ベーコン、塩、コショウ、にんにく、オリーブオイル、醤油、コンソメ	※豚肉
7 (月)	とうにゅうプリン	※豆乳プリン	※大豆
	ごはん	米	
	のっぺいじる	鶏肉、酒、里芋、人参、こんにゃく、長ねぎ、小松菜、でん粉、塩、醤油、みりん、かつおだし	
8 (火)	ボーウインナー	※①ウインナー、サラダ油、※②ケチャップ	※①豚肉、※②-
	かぼちゃのそばろに	豚肉、かぼちゃ、玉ねぎ、生姜、サラダ油、砂糖、醤油、酒、みりん、でん粉、かつおだし	
	◆かみかみこんだて◆		
9 (水)	むぎごはん	米、大麦	
	とんじる	豚肉、酒、※①豆腐、人参、こんにゃく、ごぼう、小松菜、じゃが芋、長ねぎ、かつおだし、※②昆布だし、白味噌、赤味噌	※①大豆、※②-
	あじのなんぼんだれ	あじ、醤油、砂糖、酢、みりん、※七味唐辛子、でん粉	※ごま
	かみかみかいそうサラダ	海藻ミックス、キャベツ、切干大根、人参、枝豆、※①揚げちりめん、※②和風ドレッシング	※①-、※②小麦、大豆、りんご、鶏肉、豚肉
10 (木)	きのこことベーコンのわふうスパゲッティ	サラダ油、鶏肉、※①ベーコン、玉ねぎ、まいたけ、エリンギ、白ワイン、塩、コショウ、コンソメ、※②スパゲッティ、小松菜、醤油	※①豚肉、※②小麦
	チキンナゲット	※チキンナゲット	※鶏肉、小麦、豚肉、大豆
	コーンサラダ	キャベツ、ブロッコリー、とうもろこし、人参、※香味玉ねぎドレッシング	※りんご、小麦、大豆、鶏肉
	ガトーショコラ	※ガトーショコラ	※大豆
11 (金)	ごはん	米	
	いもだんごじる	鶏肉、椎茸、大根、※①油揚げ、小松菜、長ねぎ、※②芋団子、酒、みりん、かつおだし、醤油、塩	※①大豆、※②-
	つくね焼き	※つくね焼き	※鶏肉、小麦、大豆、ごま
12 (土)	きんぴらごぼう	ごぼう、人参、※さつま揚げ、こんにゃく、枝豆、白ごま、サラダ油、酒、砂糖、みりん、かつおだし、醤油	※-
	むぎごはん	米、大麦	
	ほうれんそうチキンカレー	鶏肉、サラダ油、生姜、にんにく、玉ねぎ、人参、じゃが芋、ほうれん草、※①チキンブイヨン、赤ワイン、※②ローストオニオン、※③チャツネ、※④レトロカールウ、※⑤コータスカールウ、米粉、※⑥中濃ソース、醤油、ガラムマサラ、マサラマイルド、カレー粉	※①鶏肉、※②大豆、※③りんご、※④小麦、鶏肉、大豆、※⑤小麦、豚肉、鶏肉、大豆、りんご、※⑥りんご
13 (日)	だいこんとかいそうのわふうサラダ	キャベツ、きゅうり、大根、人参、海藻ミックス、かつお節、サラダ油、砂糖、醤油、酢、塩、コショウ	
	ごはん	米	
	さわにわん	鶏肉、椎茸、人参、ごぼう、たけのこ、かつおだし、※①薄口醤油、塩、※②昆布だし	※①小麦、大豆、※②-
	さばのおろしだれかけ	さば、大根、生姜、砂糖、醤油、みりん、酒	
14 (月)	すきやきふうに	豚肉、人参、白滝、※①焼き麩、※②焼き豆腐、白菜、長ねぎ、サラダ油、生姜、砂糖、かつおだし、酒、醤油、みりん	※①小麦、※②大豆、ゼラチン
	ごはん	米	
	トマトとベーコンのちゅうかさスープ	※①ベーコン、玉ねぎ、トマト、白菜、酒、塩、コショウ、醤油、ごま油、※②中華スープの素	※①豚肉、※②大豆、鶏肉、豚肉、ごま
	とりのあますソースがけ	鶏肉、酢、砂糖、醤油、でん粉	
15 (火)	もずくのチャブチュふう	もずく、豚肉、酒、人参、玉ねぎ、椎茸、サラダ油、醤油、砂糖、にんにく、コショウ、白ごま、ごま油	
	あじつきこざかな(中学生のみ)	※味付き小魚	※小麦、大豆、ごま
	ごはん	米	
	さといもときりぼしだいこんのみそしる	鶏肉、※①油揚げ、切干大根、里芋、長ねぎ、ほうれん草、※②昆布だし、かつおだし、白味噌	※①大豆、※②-
16 (水)	しろみざかなフライ	※①白身魚フライ、サラダ油、※②ケチャップ、塩	※①小麦、大豆、※②-
	こまつなのいそかあえ	小松菜、もやし、人参、海苔、砂糖、酢、醤油	
	こんぶとまっちゃんふりかけ	※昆布と抹茶のふりかけ	※-
	グレープゼリー	※グレープゼリー	※-
17 (木)	ごはん	米	
	わかめスープ	鶏肉、酒、玉ねぎ、人参、※①豆腐、もやし、わかめ、白ごま、醤油、※②中華スープの素、※③チキンブイヨン、塩、コショウ、ごま油	※①大豆、※②大豆、鶏肉、豚肉、ごま、※③鶏肉
	ぶたにくのキムチいため	豚肉、酒、※①キムチ、玉ねぎ、ニラ、生姜、醤油、コショウ、塩、※②中華スープの素、サラダ油、ごま油	※①-、※②大豆、鶏肉、豚肉、ごま
18 (金)	はるさめサラダ	※①ハム、人参、きゅうり、※②春雨、塩、ごま油、砂糖、醤油、酢、洋辛子、白ごま	※①豚肉、※②-
	◆千産千消(ちさんちしょう)こんだて◆		
	ごはん	米	
	かぶいりけんちんじる	鶏肉、酒、人参、かぶ、ごぼう、※①豆腐、小松菜、みりん、かつおだし、※②昆布だし、醤油、塩	※①大豆、※②-
19 (土)	いわしハンバーグフライ	※いわしハンバーグフライ、サラダ油	※豚肉、大豆、小麦
	だいこんとかいこのにも	豚肉、人参、大根、こんにゃく、里芋、いも、サラダ油、かつおだし、砂糖、醤油、みりん、酒	
	おこめのムース	※お米のムース	※大豆

\* 「使われている材料」及び「加工品(※)のアレルゲン特定原材料28品目」で確認をしてください。  
アレルゲン特定原材料28品目とは、えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生、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、くるみ、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、アーモンドです。  
※「醤油」は大豆と小麦、「白味噌、赤味噌」は大豆、「コンソメ」は鶏肉、豚肉が含まれています。

11月 卵・乳除去食 予定献立・うら

こんげつのもくひょう「かんしゃしてたべよう」

TEL:047-492-1081

日	主食・おかず・デザート・その他	使われている材料	加工品(※)のアレルゲン特定原材料28品目
	ごはん	米	
21	こうやどうふとなめこのすましじる	鶏肉、なめこ、人参、大根、※①高野豆腐、長ねぎ、かつおだし、※②昆布だし、※③薄口醤油	※①大豆、※②-、※③小麦、大豆
(月)	さばのときに	※さばの土佐煮	※さば、小麦、大豆
	なすとぶたにくのみそいため	豚肉、酒、※揚げなす、ピーマン、赤味噌、砂糖、みりん、サラダ油、ごま油	※-
	フオカッチャ	※フオカッチャ	※小麦、大豆
22	ミネストローネ	じゃが芋、人参、玉ねぎ、白いんげん豆、セロリ、キャベツ、※①ベーコン、にんにく、サラダ油、トマト塩、醤油、砂糖、コショウ、白ワイン、※②チキンブイヨン、コンソメ、パセリ	※①豚肉、※②鶏肉
(火)	れんこん入りメンチカツ	※①れんこん入りメンチカツ、サラダ油、※②中濃ソース	※①豚肉、鶏肉、大豆、小麦、※②りんご、大豆
	あおなとツナのいためもの	サラダ油、小松菜、エリンギ、※ツナ、もやし、コショウ、塩	※大豆
	りんごのタルト	※りんごのタルト	※りんご、大豆
	◆和食(わしやく)の日◆		
	ごはん	米	
24	あぶらあげとじゃがいものみそじる	じゃが芋、玉ねぎ、えのき茸、※①油揚げ、わかめ、かつおだし、※②昆布だし、白味噌、赤味噌	※①大豆、※②-
(木)	豆腐ハンバーグ	※豆腐ハンバーグ、砂糖、みりん、醤油、でん粉	※大豆、鶏肉、豚肉
	いんげんとひきにくのいために	さやいんげん、人参、豚肉、※春雨、玉ねぎ、生姜、サラダ油、かつおだし、酒、みりん、醤油	※-
	ごはん	米	
25	ワンタンスープ	※①ワンタン、豚肉、人参、小松菜、白菜、きくらげ、※②中華スープの素、塩、醤油、コショウ、酒、ごま油	※①小麦、※②大豆、鶏肉、豚肉、ごま
(金)	にくだんごのあまずに	※①肉団子、人参、玉ねぎ、たけのこ、椎茸、サラダ油、砂糖、コンソメ、醤油、※②ケチャップ酢、塩、コショウ、でん粉	※①鶏肉、大豆、※②-
	パンパンジーサラダ	※ささみフレック、もやし、きゅうり、切干大根、白ごま、醤油、砂糖、酢、ごま油	※鶏肉
	オレンジ	オレンジ	
	ソフトフランスパン	※ソフトフランスパン	※小麦
28	とうにゅうスープ	鶏肉、※①ベーコン、人参、じゃが芋、玉ねぎ、しめじ、ほうれん草、米粉、コンソメ、塩、コショウ、※②豆乳、サラダ油	※①豚肉、※②大豆、
(月)	カレークノーデル	※カレークノーデル、サラダ油	※小麦、大豆、豚肉、ゼラチン
	ゆではなやさい	ブロッコリー、カリフラワー、ロマネスコ、とうもろこし、酢、砂糖、※薄口醤油、サラダ油	※小麦、大豆
	◆いい肉(にく)の日◆		
	ごはん	米	
29	とうふのすましじる	豚肉、酒、人参、えのき茸、椎茸、長ねぎ、※①豆腐、小松菜、※②昆布だし、かつおだし、塩、みりん、醤油	※①大豆、※②-
(火)	とりにくのしょうがやき	鶏肉、生姜、にんにく、酒、醤油、みりん	
	ひじきのあえもの	ひじき、きゅうり、人参、もやし、※ハム、酢、サラダ油、砂糖、塩、コショウ、醤油	※豚肉
	とうにゅうとココアのデザート(中学生のみ)	※豆乳とココアのデザート	※大豆
	ごはん	米	
30	チンゲンサイとベーコンのちゅうかスープ	※①ベーコン、人参、チンゲン菜、白菜、たけのこ、きくらげ、※②中華スープの素、※③チキンブイヨン塩、醤油、コショウ、酒、ごま油	※①豚肉、※②大豆、鶏肉、豚肉、ごま ※③鶏肉
(水)	しゅうまい	※しゅうまい	※豚肉、小麦
	ホイコーロー	豚肉、キャベツ、長ねぎ、ピーマン、人参、にんにく、醤油、酒、砂糖、※①オイスターソース、※②デンメンジャン※③トウバンジャン、でん粉、サラダ油、ごま油	※①-、※②大豆、ごま、※③大豆

\* 「使われている材料」及び「加工品(※)のアレルゲン特定原材料28品目」で確認してください。

アレルゲン特定原材料28品目とは、えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生、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、くるみ、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、アーモンドです。

※「醤油」は大豆と小麦、「白味噌、赤味噌」は大豆、「コンソメ」は鶏肉、豚肉が含まれています。

<保護者の方へ>

- ・使用する食材について相談がある場合は、学校または給食センターまでご連絡ください。
- ・予定献立表とアレルゲン配合表(参考)、食材産地は市のHPでご覧いただけます。
- ・揚げ油は複数回使用するので、以前使用した食材のアレルゲンを含む場合があります。
- ・学校生活や学校給食に関する取り組み方針を定めた「白井市公立小中学校における食物アレルギー対応の基本方針」を策定しています。詳しくは市のHPをご覧ください。
- ・「写真で見る給食」も掲載していますので右側のQRコードからご覧ください。



◆千産千消のよさを知ろう◆



自分たちが住んでいる地域でとれる食べ物を食べることを地産地消(千産千消)といいます。



生産している人が近くにいたので「顔が見える」「話ができる」などのよい点があります。また、どうしてこの地域でつくられるようになったのかを考えることにより、地域の自然や歴史を知ることにもつながります。

11月18日は千産千消献立です。千葉県産のイワシ、白井市産のかぶ、小松菜、大根を使って給食を作ります。

