

# 11月献立内容表

2016.11 新発田市学校給食北共同調理場

	献立名	材	料
1	まいだけごはん	米	まいだけ・しいだけ・ごぼう・油揚げ・にんじん・酒・しょうゆ・砂糖・かつおだし・油
	たまご焼き	卵・砂糖・醸造酢・でん粉・しょうゆ・米発酵調味料・植物油	かつお節エキス・塩・昆布・加工でん粉・増粘多糖類
	ヤーコンのきんぴら	ごま油・ヤーコン・にんじん・こんにゃく・さつま揚げ・酒・砂糖・しょうゆ・塩・みりん・さやいんげん・とうがらし粉	
火	厚揚げのみそ汁	大根・じゃがいも・生揚げ・いりこだしの素・大豆ペースト・みそ・ <b>長ねぎ</b> ・小松菜	
	牛乳	牛乳	—
2	麦ごはん	米・麦	
	ブロッコリーといかのサラダ	やいりか・ブロッコリー・キャベツ・にんじん・コーン・酢・米油・塩・砂糖・こしょう	
	ボークカレー	バター・にんにく・豚肉・赤ワイン・ <b>たまねぎ</b> ・にんじん・コンソメ・じゃがいも・チャツネ・アップルソース・ケチャップ・中濃ソース	
水	牛乳	牛乳	うんしゅうみかん・砂糖・ゲル化剤・加工でん粉・ビタミンC・クエン酸鉄Na
	みかんゼリー	牛乳	—
4	ごはん	米	ポークフィッシュ・ほたて貝エキス・砂糖・酵母エキス・たん白加水分解物・香辛料・塩・米粉・粉あめ・ソルビトール・乳化剤・増粘多糖類・米油
	春巻き	豚肉・鶏肉・たまねぎ・にんじん・もやし・キャベツ・植物油・春雨・しょうゆ・中華フィッシュ・小麦粉・ショートニング・豚脂・でん粉・しょうがペースト・発酵調味料	
	昆布あえ	もやし・ <b>キャベツ</b> ・きゅうり・塩昆布（昆布・発酵調味料・砂糖）	塩・しょうゆ
金	豆腐の中華煮	米油・しょうが・にんにく・豚肉・酒・豆板醤・にんじん・干しいたけ・メンマ・白菜・がらすープ・中華スープ・豆腐・砂糖	塩・しょうゆ・オイスターソース
	牛乳	牛乳	—
7	ごはん	米	
	さんまのかば焼き	さんま・馬鈴薯でん粉・米油・砂糖・しょうゆ・みりん・ごま	
	たくあんあえ	きゅうり・たくあん（大根・ぶどう糖果糖液糖・砂糖・発酵調味料・塩・酵母エキス・醸造酢・ぬか）	<b>キャベツ</b> ・にんじん・しょうゆ
月	さつま汁	鶏肉・酒・ <b>ごぼう</b> ・大根・にんじん・こんにゃく・豆腐・ <b>さつまいも</b> ・いりこだしの素・みそ・ <b>長ねぎ</b>	
	牛乳	牛乳	—
8	麦ごはん	米・麦	
	かみかみそぼろ丼の具	米油・鶏肉・酒・しょうが・にんじん・豆腐・挽き割り大豆水煮・砂糖・みりん・しょうゆ・アーモンド・ごま・えだまめ	
	ツナサラダ	キャベツ・ツナ・コーン・しょうゆ・酢・ノンエッグマヨネーズ	
火	きのこ汁	大根・ <b>えのきたけ</b> ・ぶなしめじ・生揚げ・なめこ・いりこだしの素・みそ・ <b>長ねぎ</b>	
	牛乳	牛乳	—
9	ごはん	米	
	麩カツのみそだれかけ	車麩・しょうゆ・とうもろこしでん粉・小麦粉・コーンフラワー・パン粉・米油・黒みそ・砂糖・みりん・酒	
	のり酢あえ	ほうれんそう・にんじん・キャベツ・ツナ・酢・しょうゆ・ごま・のり	
水	大根のみそ汁	うす揚げ・大根・ <b>えのきたけ</b> ・じゃがいも・いりこだしの素・みそ・ <b>長ねぎ</b>	
	牛乳	牛乳	—
10	ソフトめん	小麦粉・塩	
	ほうれん草サラダ	ほうれんそう・キャベツ・ホールコーン缶・砂糖・しょうゆ・塩・酢・米油	
	ミートソース	バター・しょうが・にんにく・豚肉・赤ワイン・ <b>たまねぎ</b> ・ <b>にんじん</b> ・セロリー・マッシュルーム・コンソメ・クッキングソース・ケチャップ・トマトピューレ	
木	牛乳	牛乳	さつまいも
	㊦焼きいも	牛乳	—
11	ごはん	米	
	鮭のてりやき	鮭・しょうゆ・みりん風調味料	
	切り干し大根の炒め煮	米油・ <b>にんじん</b> ・こんにゃく・切り干し大根・うす揚げ・酒・砂糖・みりん・しょうゆ・塩・さやいんげん	
金	白菜のごまみそ汁	白菜・ <b>にんじん</b> ・豚肉・酒・里芋・ <b>えのきたけ</b> ・いりこだしの素・みそ・大豆ペースト・練りごま・ <b>長ねぎ</b>	
	牛乳	牛乳	—
14	わかめごはん	米・炊き込みわかめ（わかめ・塩・砂糖・酵母エキス）	
	きびなごのごまフライ	きびなご・パン粉・小麦粉・ごま・塩・米油	
	もやしのおひたし	もやし・ <b>にんじん</b> ・ほうれんそう・しょうゆ・みりん	
月	おでん	パックだし・大根・ <b>にんじん</b> ・里芋・こんにゃく・竹輪・いか団子（いか・でん粉・パン粉・植物油・しょうが）	ミニがんも（豆乳・なたね油・粉状大豆たん白・ぶどう糖・凝固剤）
	牛乳	牛乳	—
15	麦ごはん	米・麦	
	豆とひじきのサラダ	コーン・ひじき・しょうゆ・みりん・キャベツ・もやし・大豆・青大豆・塩・りんご酢・砂糖・ごま油	
	ハヤシライスソース	バター・にんにく・豚肉・赤ワイン・ <b>たまねぎ</b> ・にんじん・コンソメ・ぶなしめじ・オニオンソテー（たまねぎ・米油）	トマト缶・砂糖・ケチャップ
火	牛乳	牛乳	りんご・ビタミンC・塩・pH調整剤
	カットりんご	牛乳	—
16	ごはん	米	
	えびシューマイ	えび・たまねぎ・たら・食用精製加工油脂・パン粉・でん粉・砂糖・塩・ほたてエキス・還元水あめ・えびエキス・たん白加水分解物・酵母エキス・香辛料	
	中華あえ	キャベツ・きゅうり・コーン・しょうゆ・酢・砂糖・ごま油・ごま	
水	麻婆豆腐	ごま油・豆板醤・しょうが・にんにく・豚肉・酒・にんじん・メンマ・干しいたけ・がらすープ・豆腐・中華スープ・砂糖	オイスターソース・みそ・黒みそ
	牛乳	牛乳	—
17	黒糖りんごパン	小麦粉・イースト・塩・ショートニング・砂糖・スキムミルク・黒砂糖・アップルチップ（りんご・砂糖・酸味料・酸化防止剤）	
	豆乳グラタン	マカロニ・鶏肉・しめじ・米粉・大豆油・たまねぎ・豆乳・塩・こしょう	
	ブロッコリーとアーモンドのソテー	バター・にんにく・ポークウィンナー・にんじん・ブロッコリー・コーン・コンソメ・塩・こしょう・しょうゆ・アーモンド	
木	ポトフ	ベーコン・にんじん・ <b>たまねぎ</b> ・じゃがいも・ぶなしめじ・キャベツ・白ワイン・チキンがらすープ・コンソメ・塩・しょうゆ・こしょう・パセリ	
	牛乳	牛乳	—
18	ごはん	米	
	さんまのおろし煮	さんま・大根・砂糖・しょうゆ・馬鈴薯でん粉・みりん・塩	
	ごまあえ	キャベツ・ほうれんそう・にんじん・ごま・しょうゆ・砂糖・練りごま	
金	<b>ごにもん</b>	パックだし・干しいたけ・にんじん・ <b>ごぼう</b> ・れんこん・鶏肉・酒・こんにゃく・たけのこ缶・里芋・ほたて貝水煮・かまぼこ・和風だし・みりん・砂糖・塩	
	牛乳	牛乳	—
21	ごはん	米	
	とりのてり焼き	鶏肉・果糖ぶどう糖液糖・しょうゆ・酵母エキス・しょうゆ調味料・ぶどう糖・発酵調味料・粉末状大豆たん白・塩・加工でん粉	
	五目きんぴら	米油・大根・にんじん・こんにゃく・さつま揚げ・しょうゆ・酒・砂糖・さやいんげん・ごま	
月	わかめのみそ汁	<b>えのきたけ</b> ・じゃがいも・豆腐・わかめ・いりこだしの素・みそ・ <b>長ねぎ</b>	
	牛乳	牛乳	—
22	コーンピラフ	米・コーン・野菜フィッシュ・塩・こしょう・大豆油	
	パンプキンオムレツ	卵・かぼちゃ・かつお昆布だし・砂糖・でん粉・トレハロース・醸造酢・しょうゆ・みりん・塩・植物油	
	フレンチサラダ	キャベツ・にんじん・きゅうり・酢・米油・塩・こしょう	
火	ツナのチャウダー	バター・にんじん・ <b>たまねぎ</b> ・じゃがいも・ひよこまめ水煮・ツナ・あさり・白ワイン・コンソメ・ホワイトルー・ベシヤメルソース・白いんげん豆ペースト・牛乳	
	牛乳	牛乳	—
24	米粉めん	米粉ミックス粉・塩	
	ちくわの磯辺天ぷら	竹輪（たら・ぐち・塩・発酵調味料・砂糖・植物油・調味料・キシロース）	小麦粉・でん粉・膨張剤・着色料・あおさ・大豆油・米油
	そくせき漬け	きゅうり・キャベツ・にんじん・塩・しょうゆ・ごま	
木	ちゃんこうどん汁	パックだし・干しいたけ・にんじん・ <b>ごぼう</b> ・大根・鶏だんご（鶏肉・でん粉・パン粉・粉末状植物性たん白・たまねぎ・粉末状大豆たん白・砂糖・発酵調味料	
	牛乳	牛乳	—
25	ごはん	米	
	さばのカレー照焼き	さば・しょうゆ・酒・みりん風調味料・砂糖・カレー粉	
	ひじき煮	米油・にんじん・ <b>ごぼう</b> ・こんにゃく・ひじき・さつま揚げ・大豆水煮・和風だし・砂糖・塩・しょうゆ・みりん・さやいんげん	
金	新発田麩のかきたま汁	<b>たまねぎ</b> ・大豆ペースト・じゃがいも・ <b>新発田麩</b> ・いりこだしの素・みそ・でん粉・卵・酒・ほうれんそう	
	牛乳	牛乳	—
28	さつまいもごはん	米・さつまいも・酒・塩	
	肉だんごのあんかけ	豚肉・たまねぎ・大豆たん白・パン粉・小麦でん粉・醸造調味料・砂糖・塩・しょうが・ガーリックパウダー・こしょう・米油・酒・みりん・しょうゆ・水あめ	
	切干大根のマヨネーズあえ	切り干し大根・しょうゆ・キャベツ・きゅうり・ローズハム・ごま・ノンエッグマヨネーズ・しょうゆ・からし粉	
月	青菜のみそ汁	<b>えのきたけ</b> ・生揚げ・ <b>白菜</b> ・いりこだしの素・ <b>あやめみそ</b> ・大豆ペースト・小松菜	
	牛乳	牛乳	—
29	ごはん	米	
	たれカツ	豚肉・パン粉・小麦粉・米油・酒・みりん・砂糖・しょうゆ	
	海藻サラダ	海藻ミックス・コーン・キャベツ・ごま油・しょうゆ・砂糖・酢・塩	
火	春雨スープ	にんじん・もやし・メンマ・豚肉・酒・緑豆春雨・がらすープ・中華スープ・塩・こしょう・しょうゆ	<b>長ねぎ</b> ・チンゲンサイ
	牛乳	牛乳	みかん
30	ごはん	米	
	さばのみそ煮	さば・でん粉・みそ・砂糖・発酵調味料	
	きりざい	納豆・たくあん（大根・ぶどう糖果糖液糖・砂糖・発酵調味料・酵母エキス・醸造酢・ぬか）	小松菜・野沢菜漬け（野沢菜・塩）
水	とりごぼう汁	<b>ごぼう</b> ・にんじん・大根・鶏肉・酒・ <b>えのきたけ</b> ・じゃがいも・いりこだしの素・みそ・ <b>長ねぎ</b> ・さやえんどう	
	牛乳	牛乳	—

献立は都合により変更となる場合がありますのでご了承ください。 **太字は地場産物と郷土料理です。**