

# 11月献立内容表

2018.11 新発田市学校給食北共同調理場

	献立名	材 料
1 木	レーズンパン	小麦粉・イースト・塩・ショートニング・砂糖・スキムミルク・レーズン
	とり肉と大豆のカレーいため	オリーブ油・鶏肉・酒・みりん・砂糖・しょうゆ・カレー粉・大豆
	ブロッコリーサラダ	ブロッコリー・キャベツ・パイン缶・オリーブ油・酢・塩・こしょう
	クラムチャウダー	バター・玉ねぎ・にんじん・マッシュルーム水煮・あさり・白ワイン・じゃがいも・コンソメ・ホワイトルウ・ベジマールソース・牛乳・塩・こしょう・パセリ
2 金	ごはん	米
	さんまの梅煮	さんま・砂糖・しょうゆ・でん粉・みりん・塩・梅・クエン酸・カラメル色素・しそ乳化物
	ほうれん草のアーモンドあえ	ほうれん草・キャベツ・にんじん・アーモンド・砂糖・しょうゆ
5 月	地場産野菜のみそ汁	にんじん・大根・ <b>さといも・厚あげ・白菜</b> ・いりこだしの素・ <b>あやめみそ</b> ・大豆ペースト・ <b>長ねぎ</b>
	牛乳	-
	ピビンバ(麦ごはん)	米・麦
6 火	豆腐ハンバーグ	鶏肉・玉ねぎ・豆腐・豚脂・パン粉・にんじん・小麦粉・焼酎・しょうゆ・がらすープの素・砂糖・塩・加工でん粉・調味料・トレハロース・塩化マグネシウム
	大根サラダ	大根・にんじん・きゅうり・りんご酢・砂糖・塩・こしょう・しょうゆ・米油
	じゃがいものカレー煮	だしパック・豚肉・酒・にんにく・じゃがいも・にんじん・玉ねぎ・干し椎茸・こんにゃく・ <b>厚あげ</b> ・しょうゆ・塩・カレールウ・みりん・カレー粉・ <b>長ねぎ</b>
7 水	牛乳	-
	まいたけごはん	米・まいたけ・干し椎茸・ごぼう・油あげ・にんじん・酒・しょうゆ・砂糖・かつおだし・油
	ししゃもの磯辺フリッター	からふとししゃも・しょうゆ・発酵調味料・砂糖・しょうが・小麦粉・コーンフラワー・粉末大豆繊維・塩・あおさ加工品・パーム油・加工でん粉・膨張剤・米油
8 木	そくせぎつけ	キャベツ・きゅうり・にんじん・塩・しょうゆ・ごま
	とん汁	ごぼう・大根・にんじん・豚肉・酒・こんにゃく・じゃがいも・豆腐・いりこだし・みそ・ <b>長ねぎ</b>
	牛乳	-
9 金	ソフトめん	小麦粉・塩
	ひじきサラダ	ひじき・しょうゆ・みりん・きゅうり・キャベツ・にんじん・オリーブ油・梅肉ペースト(梅・塩)・砂糖・こしょう
	根菜ミートソース	オリーブ油・豚肉・赤ワイン・しょうが・にんにく・玉ねぎ・にんじん・れんこん・ <b>ごぼう</b> ・ひきわり大豆水煮・マッシュルーム水煮・ケチャップ
10 水	牛乳	りんご
	ごはん	米
	さけのてりやき	鮭・しょうゆ・酒・みりん風調味料・砂糖
11 木	ヤーコンのきんぴら	ごま・ごま油・にんじん・ <b>ごぼう</b> ・こんにゃく・豚肉・ <b>ヤーコン</b> ・和風だしの素・砂糖・しょうゆ・みりん・とうがらし粉・さやいんげん
	厚あげのみそ汁	<b>えのきたけ</b> ・にんじん・玉ねぎ・じゃがいも・ <b>厚あげ</b> ・いりこだしの素・みそ・大豆ペースト
	牛乳	-
12 月	ごはん	米
	とり肉のレモンソースかけ	鶏肉・還元水あめ・しょうゆ・しょうゆもろみ・塩・酵母エキス・香辛料・でん粉・小麦粉・米粉・粉末状植物性たんぱく・植物油脂・揚げ油・重曹・加工でん粉・増粘多糖類
	たくあんあえ	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・酢・ぬか)・きゅうり・ <b>キャベツ・にんじん</b> ・しょうゆ・塩・ごま
13 火	沢煮わん	だしパック・豚肉・酒・ <b>ごぼう</b> ・にんじん・ <b>えのきたけ</b> ・たけのこ水煮・じゃがいも・糸かまぼこ・春雨・しょうゆ・塩・和風だしの素・さやえんどう
	牛乳	-
	麦ごはん	米・麦
14 水	ツナたまそぼろどんの具	米油・しょうが・ツナ・にんじん・酒・みりん・砂糖・しょうゆ・いりたまご(たまご・植物油脂・かつお節合せだし・でん粉発酵調味料・塩
	細切りポテトサラダ	じゃがいも・きゅうり・コーン・米油・りんご酢・しょうゆ・塩・こしょう
	ワンタンスープ	にんじん・たけのこ水煮・干し椎茸・豚肉・酒・もやし・がらすープ・中華スープの素・塩・こしょう・しょうゆ・ワンタン(小麦粉・かん水・くちなし色素)・ <b>長ねぎ</b>
15 木	牛乳	-
	ごはん	米
	さばのみそ煮	さば・でん粉・みそ・砂糖・発酵調味料
16 金	こんぶあえ	<b>キャベツ</b> ・きゅうり・ <b>にんじん</b> ・塩昆布(昆布・しょうゆ・たんぱく加水分解物・砂糖・昆布エキス・塩・調味料)
	きのこたまごのすまし汁	だしパック・ <b>にんじん・えのきたけ</b> ・糸かまぼこ・ぶなしめじ・塩・豆腐・しょうゆ・でん粉・たまご・酒・ <b>長ねぎ</b>
	牛乳	-
17 土	横わりまるパン	小麦粉・イースト・塩・ショートニング・砂糖・スキムミルク
	エビカツ	えび・すけそうだらすり身・パン粉・玉ねぎ・でん粉・小麦粉・砂糖・植物油脂・えびパウダー・塩・酵母エキス・しょうゆ・香辛料・魚醤パウダー・加工でん粉・増粘多糖類
	海藻サラダ	海藻ミックス・きゅうり・ <b>キャベツ</b> ・コーン・酢・砂糖・しょうゆ・ごま油
18 日	さつまいもと豆乳のスープ	ベーコン・玉ねぎ・ <b>にんじん</b> ・あさり・白ワイン・マッシュルーム水煮・ <b>さつまいも</b> ・コンソメ・白いんげん豆ペースト・チキンがらすープ・豆乳
	牛乳	ソース
	わかめごはん	米・わかめ・塩・砂糖・酵母エキス
19 月	コーンしゅうまい	コーン・魚肉すり身・玉ねぎ・豚脂・でん粉加工食品・難消化性デキストリン・パン粉・みりん・植物性たんぱく・小麦粉・大豆粉・砂糖
	春雨サラダ	春雨・ <b>キャベツ</b> ・きゅうり・ <b>にんじん</b> ・しょうゆ・酢・砂糖・ごま・ごま油
	豆腐の中華煮	米油・豆板醤・しょうが・にんにく・豚肉・酒・ <b>にんじん</b> ・たけのこ水煮・白菜・豆腐・チキンがらすープ・砂糖・しょうゆ・オイスターソース・でん粉・ <b>長ねぎ</b> ・チンゲンサイ
20 火	牛乳	-
	ごはん	米
	いわしのおろし煮	いわし・大根・でん粉・しょうゆ・発酵調味料・砂糖・酢・魚エキス・こんぶだし
21 水	ごまあえ	ほうれん草・にんじん・ <b>キャベツ</b> ・しょうゆ・みりん・砂糖・すりごま・ねりごま
	<b>ごもん</b>	だしパック・干し椎茸・にんじん・ <b>ごぼう</b> ・れんこん・鶏肉・酒・こんにゃく・たけのこ水煮・さといも・ほたて・かまぼこ・和風だしの素・みりん・砂糖・塩・しょうゆ・さやえんどう
	牛乳	なしゼリー
22 木	ツナピラフ	米・ツナ・玉ねぎ・にんじん・グリーンピース・白ワイン・塩・野菜フイヨン・こしょう・大豆油
	豆乳グラタン	鶏肉・ぶなしめじ水煮・米粉・大豆油・玉ねぎ・豆乳・塩・こしょう
	ブロッコリーとアーモンドのソテー	オリーブ油・ベーコン・にんにく・ <b>キャベツ</b> ・ブロッコリー・コンソメ・塩・こしょう・しょうゆ・アーモンド
23 金	ミネストローネ	米油・豚肉・酒・にんじん・セロリー・玉ねぎ・コンソメ・がらすープ・ <b>キャベツ</b> ・あさり・白ワイン・白いんげん豆水煮・トマト缶・ケチャップ
	牛乳	-
	ごはん	米
24 土	たまごのしのだ煮	たまご・油あげ・しょうゆ・酒・かつおだし・砂糖
	きりざい	ひきわり納豆・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・酢・ぬか)・小松菜・にんじん・しょうゆ・ごま
	肉じゃが	米油・豚肉・酒・しょうが・にんじん・玉ねぎ・こんにゃく・干し椎茸・じゃがいも・みりん・砂糖・しょうゆ・和風だしの素・さやいんげん
25 日	牛乳	-
	米粉めん	米粉ミックス粉(うるち米・準強力粉・小麦グルテン・タビオカでん粉・食物繊維・増粘剤)・塩
	大豆のきなこがらめ	さつまいも・米油・大豆・みりん・砂糖・しょうゆ・きな粉・塩
26 月	おひだし	もやし・にんじん・ほうれん草・しょうゆ・みりん・塩
	とりごぼう汁	だしパック・ <b>ごぼう・にんじん</b> ・干し椎茸・ぶなしめじ・鶏肉・酒・油あげ・ <b>白菜</b> ・しょうゆ・塩・みりん・和風だしの素・とうがらし粉・ <b>長ねぎ</b>
	牛乳	-
27 火	ごはん	米
	ハンバーグのおろしソースかけ	鶏肉・豚肉・玉ねぎ・粒状植物性たんぱく・牛脂・難消化性デキストリン・粉末状植物性たんぱく・でん粉加工食品・砂糖・チキンエキス・ケチャップ
	ごまマヨあえ	<b>ごぼう・キャベツ</b> ・にんじん・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・酢・ぬか)・すりごま
28 水	新発田麩のみそ汁	白菜・ <b>えのきたけ</b> ・じゃがいも・いりこだし・みそ・新発田麩・ <b>長ねぎ</b>
	牛乳	-
	麦ごはん	米・麦
29 木	たれかつ	豚肉・とうもろこしでん粉・小麦粉・コーンフラワー・塩・こしょう・パン粉・米油・しょうゆ・砂糖・みりん・酒
	カレーもやし	カレー粉・もやし・ <b>にんじん</b> ・ほうれん草・しょうゆ・みりん・塩
	かきたま汁	<b>にんじん</b> ・玉ねぎ・ <b>えのきたけ・豆腐</b> ・いりこだし・塩・しょうゆ・わかめ・でん粉・たまご・酒
30 金	牛乳	バナナアイス
	五目ごはん	米・ひじき・にんじん・こんにゃく・油あげ・しょうゆ・砂糖・油・かつおだし
	たまごやき	たまご・砂糖・麦芽糖・植物油・塩・かつおぶしエキス・発酵調味料・加工でん粉・酸味料・香料・アナトー色素
31 土	のりナッツあえ	ほうれん草・キャベツ・しょうゆ・みりん・のり・アーモンド
	さつま汁	ごぼう・ <b>大根</b> ・にんじん・鶏肉・酒・こんにゃく・ <b>さつまいも・豆腐</b> ・いりこだし・みそ・ <b>長ねぎ</b>
	牛乳	-
32 日	米粉ナン	小麦粉・米粉・米粉ミックス(うるち米・小麦グルテン・麦芽糖)・小麦たんぱく・ライスショートニング・生イースト・砂糖・塩・なたね油
	ピーンズサラダ	きゅうり・キャベツ・ <b>にんじん</b> ・大豆水煮・オリーブ油・りんご酢・塩・こしょう
	キーマカレー	バター・にんにく・鶏肉・赤ワイン・カレー粉・こしょう・玉ねぎ・ <b>にんじん</b> ・セロリー・トマト缶・チキンがらすープ・コンソメ・砂糖・チャツネ・アップルソース・カレールウ
33 月	牛乳	ブルーベリーヨーグルト
	ごはん	米
	さんまのかばやき	さんま・でん粉・米油・砂糖・みりん・しょうゆ
34 火	ごまびだし	キャベツ・にんじん・ほうれん草・しょうゆ・みりん・ごま
	わかめのみそ汁	<b>大根・えのきたけ・豆腐</b> ・いりこだし・みそ・ <b>長ねぎ</b> ・わかめ
	牛乳	-