

10月献立内容表

2019.10 新発田市学校給食北共同調理場

	献立名	材	料
1 火	ごはん	米	
	さばのみそ煮	さば・でん粉・みそ・砂糖・発酵調味料	
	めかぶあえ	にんじん・キャベツ・きゅうり・めかぶ・還元水あめ・乳化剤・しょうゆ・みりん	
	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・干しいだけ・じゃがいも・みりん・砂糖・塩・しょうゆ・和風だし	の素
	牛乳	-	
2 水	栗ごはん	米・しょうゆ・酒・栗	
	たまごやき	たまご・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・昆布だし・塩・加工でん粉・増粘多糖類	
	五目さんぴら	ごま油・ごぼう・にんじん・大根・こんにゃく・豚肉・酒・砂糖・しょうゆ・和風だし・の素・みりん・ごま	
	すまし汁	だしパック・にんじん・えのきたけ・里いも・豆腐・もみじちらしかまぼこ(すけそうだら・タビオカ・馬鈴薯でん粉・砂糖・発酵調味料・塩)・和風だし	の素・しょうゆ・みりん・わかめ
	牛乳	-	
3 木	背割りコッパン	小麦粉・イースト・塩・ショートニング・砂糖・スキムミルク	
	チリコンカン	オリーブ油・しょうが・にんにく・豚肉・赤ワイン・玉ねぎ・大豆水煮・マッシュルーム水煮・コンソメ・チリパウダー・トマト缶・中濃ソース・クッキングソース・パン粉・チーズ	
	フルーツサラダ	みかん缶・パイナップル・きゅうり・キャベツ・オリーブ油・りんご酢・塩	
	秋野菜のポトフ	ウインナー・玉ねぎ・にんじん・大根・さつまいも・白菜・ぶなしめじ・チキンガラスープ・コンソメ・しょうゆ・塩・こしょう	
	牛乳	-	
4 金	ごはん	米	
	いわしのかばやき	いわし・馬鈴薯でん粉・コーンスターチ・米油・砂糖・みりん・しょうゆ・ごま	
	いそかあえ	小松菜・もやし・キャベツ・にんじん・しょうゆ・のり	
	なめこのみそ汁	大根・なめこ・豆腐・じゃがいも・いりこだしの素・あやめみそ・長ねぎ	
	牛乳	のりヨーグルト	加糖練乳・脱脂粉乳・りんご果肉果汁・砂糖・イソマルトオリゴ糖・果糖・全粉乳・乳たんぱく濃縮物・ビタミンC・寒天・香料・ホエーパウダー・クリーム・増粘多糖類
7 月	コーンピラフ	米・玉ねぎ・コーン・にんじん・グリーンピース・塩・野菜フイヨン・こしょう	
	パンキンオムレツ	たまご・かぼちゃ・かつおだし・鶏肉・でん粉・植物油・砂糖・酢・しょうゆ・塩・酵母エキス・みりん	
	細切りポテトサラダ	じゃがいも・きゅうり・にんじん・オリーブ油・りんご酢・しょうゆ・塩・こしょう	
	ポーキーンズ	オリーブ油・にんにく・玉ねぎ・にんじん・マッシュルーム水煮・豚肉・赤ワイン・トマト缶・白いんげん豆水煮・コンソメ・トマトケチャップ・ハヤシルウ・中濃ソース・塩・こしょう・砂糖	
	牛乳	-	
8 火	ごはん	米	
	鉄骨煮	ごま油・しょうが・豚肉・酒・ごぼう・にんじん・ひじき・ちりめんじゃこ(かたくちいわし・塩)・砂糖・しょうゆ	
	ブロッコリーのごまあえ	ブロッコリー・キャベツ・にんじん・すりごま・練ごま・砂糖・しょうゆ	
	青菜のみそ汁	大根・厚揚げ・じゃがいも・小松菜・いりこだしの素・みそ・長ねぎ	
	牛乳	-	
9 水	ごはん	米	
	いかフリッター	いか・しょうゆ・小麦粉・沖あみ・でん粉・砂糖・米粉・塩・アオサ・大豆油・ベーキングパウダー・米油	
	しょうが風味漬	きゅうり・キャベツ・にんじん・しょうが・しょうゆ・塩	長ねぎ・でん粉
	豆腐の四川風煮	ごま油・豆板醤・しょうが・にんにく・豚肉・酒・にんじん・きくらげ・白菜・豆腐・チキンガラスープ・砂糖・塩・しょうゆ・オイスターソース・ラー油(ごま油・とうもろこし油・香辛料・パプリカ色素)	
	牛乳	-	
10 木	大麦めん	小麦粉・大麦粉・塩	
	大豆とさつまいものきなこがらめ	さつまいも・米油・いり大豆・みりん・砂糖・しょうゆ・きな粉	
	おひたし	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・ごぼう・にんじん・干しいだけ・ぶなしめじ・鶏肉・酒・白菜・しょうゆ・塩・みりん・和風だし・の素・とうがらし粉・長ねぎ	
	牛乳	ブルーベリーゼリー	水あめ・ブルーベリーゼリー果肉・砂糖混合ぶどう糖果糖液糖・ブルーベリー濃縮果汁・りんご濃縮果汁・ゲル化剤・酸味料・香料・クエン酸
11 金	ごはん	米	
	さばの塩こうじやき	さば・塩麹・砂糖・みりん	
	洋風おから	米油・鶏肉・酒・にんじん・玉ねぎ・コーン缶・おから・コンソメ・トマトケチャップ・中濃ソース・グリーンピース	
	わかめ汁	えのきたけ・大根・じゃがいも・いりこだしの素・みそ・わかめ・長ねぎ	
	牛乳	-	
15 火	麦ごはん	米・麦	唐辛子色素・ホップ抽出物・ショ糖脂肪酸エステル)・つぼ漬(干し大根・たん白加水分解物・醸造酢・かつお節エキス・米ぬか・酸味料・着色料)
	キムタク丼の具	ごま油・豚肉・酒・玉ねぎ・白菜キムチ(白菜・塩漬にんじん・砂糖・塩・りんご・にんにく・しょうゆ・昆布エキス・かつおエキス・しょうが・唐辛子・調味料・香辛料抽出物・酸味料)	
	切り干し大根の中華サラダ	切り干し大根・キャベツ・にんじん・しょうゆ・酢・砂糖・ごま油	
	もすくのだまごスープ	にんじん・じゃがいも・もすく・かまぼこ・豆腐・中華スープの素・しょうゆ・塩・こしょう・でん粉・たまご・酒・長ねぎ	
	牛乳	-	
16 水	ごはん	米	
	れんこんメンチカツ	豚肉・鶏肉・れんこん・玉ねぎ・パン粉・砂糖・塩・こしょう・酵母エキス・ウスターソース・にんにく・しょうが・パン粉・小麦粉・米油	
	ごまひたし	小松菜・キャベツ・もやし・しょうゆ・みりん・ごま	
	けんちん汁	ごま油・ごぼう・にんじん・大根・じゃがいも・こんにゃく・大豆ペースト・豆腐・しょうゆ・塩・和風だし・の素・長ねぎ	
	牛乳	ソース	トマト・ブルーベリー・りんご・レモン・にんじん・玉ねぎ・醸造酢・砂糖・ぶどう糖果糖液糖・塩・でん粉・酵母エキス・香辛料
17 木	米粉ブルーベリーパン	米粉ミックス粉(米・小麦グルテン・麦芽糖)・イースト・塩・ショートニング・砂糖・スキムミルク・ブルーベリー・植物油	
	大豆とひじきのミートグラタン	大豆水煮・玉ねぎ・トマトケチャップ・豚肉・米粉・とんかつソース・大豆油・砂糖・ひじき・野菜フイヨン	
	カレーポテトソテー	オリーブ油・にんにく・ウインナー・にんじん・じゃがいも・さやいんげん・コンソメ・塩・カレー粉	
	ブロッコリーのミルクスープ	バター・ベーコン・玉ねぎ・にんじん・あさり・白ワイン・コンソメ・ホワイトルウ・ペシャメルソース・牛乳・塩・こしょう・ブロッコリー	
	牛乳	-	
18 金	ごはん	米	
	さんまのおかか煮	さんま・水あめ・でん粉・しょうが・かつお削り節・しょうゆ・砂糖・発酵調味料・醸造酢・塩・魚エキス・着色料・増粘剤	
	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・醸造酢・ぬか)・きゅうり・キャベツ・にんじん・しょうゆ・ごま	
	ごもん	だしパック・干しいだけ・にんじん・ごぼう・れんこん・鶏肉・酒・こんにゃく・だけのご水煮・里いも・ほたて・いちようちらしかまぼこ(魚肉・うらごしかぼちゃ・加工でん粉・馬鈴薯でん粉)	
	牛乳	-	砂糖・発酵調味料・塩)・和風だし・の素・みりん・しょうゆ・さやいんげん
21 月	ごはん	米	
	どりとじゃがいもの赤ワイン煮	じゃがいも・米油・鶏肉・にんにく・赤ワイン・しょうゆ・砂糖・でん粉	
	ピリうま漬	きゅうり・キャベツ・にんじん・塩昆布(昆布・しょうゆ・砂糖・たん白加水分解物・昆布エキス・塩・調味料)・唐辛子粉・ごま	
	真だくさん汁	にんじん・ごぼう・大根・えのきたけ・白菜・厚揚げ・いりこだしの素・長ねぎ・みそ	
	牛乳	-	
23 水	ごはん	米	(玉ねぎ)・しょうゆ・みりん・酢・でん粉
	ハンバーグオニオンソースかけ	鶏肉・植物性たん白・玉ねぎ・豚脂・豚肉・乾燥マッシュポテト・ワイン・植物油・砂糖・トマトケチャップ・塩・香辛料・炭酸Ca・着色料・焼成Ca・ピロリン酸鉄・ソテーオニオン	
	ほうれん草サラダ	ほうれん草・キャベツ・コーン缶・砂糖・酢・ごま油・しょうゆ・塩	
	大根汁	大根・ぶなしめじ・豆腐・じゃがいも・いりこだしの素・みそ・長ねぎ	
	牛乳	-	
24 木	ゆで中華めん	小麦粉・かんすい	
	えびシューマイ	えび・玉ねぎ・たら・食用精製加工油脂・パン粉・でん粉・デキストリン・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・ピロリン酸鉄・小麦粉	
	もやしのナムル	もやし・ほうれん草・にんじん・しょうゆ・砂糖・ごま油	
	たんたんめんスープ	ごま油・テンメンジャン(みそ・砂糖・植物性油脂・発酵調味料・香辛料・酒精・カラメル色素)・しょうが・にんにく・豚肉・酒・大豆ミート(脱脂大豆)・にんじん・メンマ・がらスープ	
	牛乳	-	中華スープの素・玉ねぎ・キャベツ・みそ・黒ずみそ・練ごま・しょうゆ・砂糖・塩・酢・ラー油(ごま油・とうもろこし油・パプリカ色素)・長ねぎ
25 金	ごはん	米	
	だれかつ	豚肉・パン粉・小麦粉・米油・しょうゆ・砂糖・みりん・酒	
	海藻サラダ	海藻ミックス・きゅうり・キャベツ・コーン缶・酢・砂糖・しょうゆ・ごま油	
	豆腐のみそ汁	えのきたけ・じゃがいも・豆腐・いりこだしの素・みそ・長ねぎ	
	牛乳	みかんシャーベット	みかん果汁・砂糖・水あめ・安定剤・香料
28 月	ごはん	米	
	どりのてりやき	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・増粘剤・加工でん粉	
	菊花あえ	キャベツ・かきのもと・ほうれん草・しょうゆ・みりん	
	おでん	だしパック・大根・にんじん・里いも・こんにゃく・昆布・がんもどき(豆腐・豆腐用凝固剤・粉状大豆たん白・植物油・なたね油・でん粉)・ちくわ・うすらたまご水煮・しょうゆ・みりん・酒・和風だし・の素・砂糖・塩	
	牛乳	-	
29 火	わかめごはん	米・塩蔵わかめ・塩・砂糖・酵母エキス	
	ししゃもフライ	ししゃも・パン粉・小麦粉・ぶどう糖・イースト・ショートニング・塩・大豆粉・バターミックス・コーンフラワー・ライ麦粉・増粘多糖類・米油	
	春雨サラダ	春雨・キャベツ・きゅうり・にんじん・しょうゆ・酢・砂糖・ごま油・ごま	
	肉だんごと白菜のスープ	にんじん・干しいだけ・鶏つくね(鶏肉・玉ねぎ・でん粉・砂糖・塩・発酵調味料・香辛料・酵母エキス)・白菜・中華スープの素・しょうゆ・塩・こしょう・チンゲン菜・長ねぎ	
	牛乳	-	
30 水	ごはん	米	
	赤魚の西京やき	赤魚・みそ・ぶどう糖液糖・塩・砂糖・調味料	
	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・豚肉・酒・砂糖・しょうゆ・和風だし・の素・さやいんげん・みりん・唐辛子粉	
	みそかきたま汁	にんじん・えのきたけ・玉ねぎ・じゃがいも・豆腐・和風だし・の素・みそ・でん粉・たまご・酒・ほうれん草	
	牛乳	-	
31 木	ターメリックライス	米・コンソメ・ターメリックパウダー	
	-	-	こんにゃく製粉・増粘多糖類)・こしょう・りんご酢
	紫キャベツのコールスロー	キャベツ・紫キャベツ・にんじん・コーン缶・ノンエッグマヨネーズ(食用植物油・醸造酢・水あめ・大豆粉・塩・粉末状植物性たん白・香辛料・酵母エキス・レモン果汁)	
	パンフキンカレー	オリーブ油・豚肉・赤ワイン・にんにく・しょうが・玉ねぎ・ソテーオニオン(玉ねぎ)・にんじん・コンソメ・チャツネ・アップルソース・トマトケチャップ・中濃ソース・かぼちゃ・カレールウ・スキムミルク	
	牛乳	ハロウィンデザート	水あめ・かぼちゃペースト・砂糖・植物油・豆乳・大豆粉・塩・ゲル化剤・乳化剤・PH調整剤・香料・ピロリン酸第二鉄・安定剤

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。