

19	火			● ●	やさいスープ	とり肉、にんじん、たまねぎ、キャベツ、えどな、チキンブイヨン、塩、こしょう、しょうゆ	671	855	
					とりにくのオリーブやき	とり肉、オレガノ、塩、白ワイン、オリーブ油、にんにく			
					ポークビーンズ	ぶた肉、だいず、にんじん、にんにく、たまねぎ、じゃがいも、トマト、ウスターソース、トマトケチャップ、三温糖、赤ワイン、こしょう、米油、塩			
					ツイストパン	小麦粉、砂糖、ショートニング、イースト、脱脂粉乳、食塩、小麦たんぱく、ビタミンC			
					コーヒーぎゅうにゅう	生乳、砂糖、コーヒー、乳製品、重曹			
★	20	水		○ ○	ごじる	とうふ、とり肉、にんじん、さといも、ごぼう、こまつな、ながねぎ、だいず、かつお節、みそ、しょうゆ	606	717	
					ますのやきづけ	ます、塩、酒、三温糖、しょうゆ、みりん、でん粉			
					いかとくきわかめのいためもの	いか、くきわかめ、こんにやく、ねしょうが、ごま油、三温糖、しょうゆ、酒、塩			
21	木			○ ○	はすだやきスパ	スパゲッティ、ぶた肉、生ちくわ、キャベツ、にんじん、もやし、ピーマン、米油、ウスターソース、中濃ソース、あおのり、こしょう、塩	626	771	
					とりにくのスパイシーからあげ	とり肉、酒、こしょう、塩、にんにく、チリパウダー、パプリカ粉、でん粉、米油			
					みかん	みかん			
					クロワッサン	小麦粉、乳等を主原料とする食品、砂糖、食塩、マーガリン、折込油脂、ビタミンC、イースト、米こうじ			
22	金			○ ○	ちゅうかふうたまごいりコーンスープ	とり肉、卵、クリームコーン、とうもろこし、たまごたけ、ながねぎ、ねしょうが、とりガラ、酒、しょうゆ、こしょう、塩、でん粉、ごま油	637	713	
					マーボーどうふ	とうふ、ぶた肉、にんにく、ねしょうが、たけのこ、にら、しいたけ、ながねぎ、みそ、しょうゆ、三温糖、トウバンジャン、テンメンジャン、でん粉、米油			
★	25	月		○ ○	こまなべふうみそしる	ぶた肉、さといも、だいこん、ながねぎ、にんにく、ねしょうが、はくさいキムチ、しいたけ、米油、ごま油、かつお節、みそ、酒、みりん、塩、しょうゆ	617	701	
					いかのしょうがやき	いか、しょうゆ、発酵調味料、砂糖、酒、しょうが			
					きりまじだいこんのいりに	ゆで干し大根、ぶた肉、にんじん、さやいんげん、米油、三温糖、しょうゆ、みりん、かつお節、塩			
26	火		中学校：ちゅうのうソース 	○ ○	さいのくにこめこシチュー	フランクフルト、にんじん、たまねぎ、エリンギ、米粉、牛乳、米油、チキンブイヨン、こしょう、塩、生クリーム、粉チーズ	631	775	
					やつがしらコロッケ	八頭コロッケ(八頭、玉ねぎ、馬鈴薯、マッシュポテト、砂糖、米油、食塩、炭酸カルシウム、ピロリン酸第二鉄、パン粉、バターミックス、でん粉、香辛料、植物繊維、酵母エキス、加工でん粉)、米油、小学校：中濃ソース			
					こどもパン	小麦粉、砂糖、ショートニング、イースト、脱脂粉乳、食塩、小麦たんぱく、ビタミンC			
★	27	水		○ ○	はるさめスープ	とり肉、しめじ、にんじん、はるさめ、チンゲンサイ、ながねぎ、ねしょうが、とりガラ、いりごま、ごま油、こしょう、塩、しょうゆ	649	735	
					しろみぎかなのチリソースがけ	カレー、でん粉、米油、ながねぎ、にんにく、ねしょうが、トウバンジャン、トマトケチャップ、酒、しょうゆ、三温糖、塩、でん粉			
					ハムとブロッコリーのちゅうかいのため	ハム、ブロッコリー、にんじん、もやし、にんにく、ねしょうが、ごま油、オイスターソース、しょうゆ、塩、こしょう、でん粉			
28	木			○ ○	とうふラーメン	ぶた肉、とうふ、にんじん、わかめ、もやし、ながねぎ、ねしょうが、とんこつ、キャベツ、たまねぎ、ごま油、こしょう、しょうゆ、酒、三温糖、塩、でん粉	628	767	
					しゃくしなまん	小麦粉、砂糖、ラード、イースト、こんにやく、食塩、豚肉、しゃくし菜漬け、玉ねぎ、赤みそ、植物油、おろしにんにく、しょうゆ、大豆発酵調味料、寒天、増粘剤、トレハロース、ベーキングパウダー			
					フルーツミックス	ぶどうゼリー(糖類(果糖ぶどう糖液糖、砂糖、ぶどう糖)、ぶどう果汁、ゲル化剤、酸味料、香料、ビタミンC、クエン酸鉄ナトリウム、着色料)、りんご、黄桃、ビタミンC、砂糖、クエン酸、寒天(ぶどう糖果糖液糖、寒天、砂糖、ゲル化剤、pH調整剤、香料)			
					ちゅうかめん	小麦粉、食塩、かんすい			
29	金			○ ○	つみれじる	つみれ、とうふ、じゃがいも、にんじん、ごぼう、ながねぎ、ねしょうが、かつお節、みそ、しょうゆ、酒	681	794	
					ハンバーグのおろしソースがけ	ハンバーグ(とり肉、ぶた肉、たまねぎ、粒状植物性たんぱく、豚脂、難消化性デキストリン、果糖ぶどう糖液糖、でん粉、粉末状植物性たんぱく、ドロマイト、ぶどう糖加工品、ポークエキス、発酵調味料、食塩、加工油脂、酵母エキス、チキンブイヨン、加工でん粉、クエン酸鉄ナトリウム)、だいこん、しょうゆ、みりん、三温糖、ゆず果汁			
					わかめとたまごのいりに	わかめ、短冊卵、えのきたけ、にんじん、こんにやく、ごま油、三温糖、しょうゆ			
19回	○：牛乳が付きます。 ●：コーヒー牛乳が付きます。 小学校：小学校 中学校：中学校 の献立です。 天候不順の影響等、都合により献立及び食材料の変更をすることがありますのでご了承ください。 小学校の栄養価は3・4年生が基準になっています。 丸ごと食べられる魚は、魚卵を含む場合があります。 魚の種類によっては小骨が入っていることがあります。 小魚(ちりめんじゃこ・沖あみなど)や海藻類(わかめ・アオサなど)は、甲殻類を含む場合があります。							650	830
基準栄養価 21~32 / 26~41									

献立の材料(食材料)に記載されている食品の内容は、下記をご覧ください。

ハム	豚ロース肉、食塩、砂糖、香辛料抽出物
フランクフルト	豚肉、食塩、砂糖、香辛料
生ちくわ	すり身(たら)、馬鈴薯でん粉、砂糖、食塩、ぶどう糖、みりん、魚介エキス(はも)
さつま揚げ	すり身(たら、いとより)、馬鈴薯でん粉、なたね油、ぶどう糖、砂糖、食塩、みりん
つみれ	いわしすり身、いわし、たらすり身、砂糖、食塩、加工でん粉、調味料(アミノ酸等)
かまぼこ	魚肉(すけそうたら)、加工でん粉、馬鈴薯でん粉、砂糖、発酵調味料、食塩、みりん、還元水あめ、なたね油
短冊卵	鶏卵、かつおだし汁、馬鈴薯でん粉、砂糖、食塩、酵母エキス、メタリン酸ナトリウム、なたね油
はくさいキムチ	はくさい、だいこん、唐辛子、にんにく、にんじん、ながねぎ、しょうが、食塩、砂糖、こんにぶ、酵母エキス
トック	米粉、食塩、酒精、pH調整剤、乳化剤
米粉マカロニ	米粉
トウバンジャン	塩蔵唐辛子、そら豆加工品、そら豆、乾燥唐辛子、食塩、酒精、酸化防止剤(ビタミンC)、酸味料、ポリリン酸ナトリウム
オイスターソース	かき、食塩、水あめ、しょうゆ、砂糖液糖、加工でん粉、酒精、アルコール
粒入りマスタード	醸造酢、からし、植物油、食塩、ぶどう発酵調味料、ソテーオニオン、ポークエキスパウダー、香辛料、にんにく、調味料(アミノ酸等)、香辛料抽出物
テンメンジャン	みそ、砂糖、植物油、しょうゆ
カレールウ	米粉、パーム油、デキストリン、カレー粉、砂糖、食塩、酵母エキス、トマトペースト、馬鈴薯でん粉、ココアパウダー、パンクキンパウダー、たまねぎ、にんにく、粉末米酢
コチュジャン	米みそ、水あめ、麦芽エキス、米こうじ調味料、唐辛子、砂糖、食塩、酵母エキスパウダー

《給食費について》

①納期 11月分の納期限は12月2日(月)です。口座振替の方は、11月29日(金)までに入金してください。

②還付

※月の途中で転出した場合は給食費が還付(又は減額)になることがあります。

※食物アレルギーや宗教上の理由等から、1日の給食のすべてを喫食されない場合は、献立表の内容を確認後、速やかに学校に給食不要の連絡をお願いします。

また、同様の理由で、年間を通じて給食を喫食されない場合にも、学校に給食不要の連絡をお願いします。給食費が減額になります。

※病気や事故その他の理由で長期に給食を食べないことが見込まれる場合は、学校に給食を止める連絡をお願いします。連絡のあった翌日から給食が停止になります。

給食停止期間が連続5日以上となった場合、その日数により、給食費を還付(又は減額)いたします。

※給食費は食材の購入費として使用しています。食材の発注を停止することにより給食費を還付(又は減額)いたしますので、事前の連絡が必要となる事をご了承ください。

※アレルギー性疾患等により牛乳を飲むことができない場合には、あらかじめ学校に牛乳を止める連絡をしてください。連絡を受けた翌日から牛乳購入金額相当を年度末に

還付いたします。