

# 平成29年 11月の予定献立表



※ 宜野湾給食センターのアレルギー除去対応食材は★マークで表示しており、給食センターでの対応は次の通りです。

○…対応可能 ×…対応不可

※ 除去食対応は、学校および給食センターとの処遇会議を経て対応が決まった児童・生徒へ行なうものです。

※ 食品衛生法に基づくアレルギー対象義務7品目(えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生)を表示しています。

日 曜日	行事 欠食等	こ ん だ て			主 な 材 料 と 体 内 で の 働 き			調味料
		★毎日牛乳がつかます			(あか) おもに体をつくる もとなる食品	(きいろ) おもにエネルギーの もとなる食品	(みどり) おもに体の調子を 整えるもとなる食品	
1	ぎのわん 教育の日	きびごはん 豆乳とんじり	豚肉、みそ、豆乳、おから	米、きび 里芋	大根、ねぎ、こんにゃく、ごぼう、人参、 しいたけ	しょうゆ、 酢、しょうゆ		
2		あげだし豆腐のきのこあんかけ はくさいとじゃこのあえもの (えび・かに ○)	とうふ ★ちりめんじゃこ	でんぶん、大豆油、三温糖 ごま、三温糖	しょうゆ、 酢、しょうゆ			
2		ちゅうかめん コーンみそラーメン	豚肉、大豆、みそ、なると	ラーメン 大豆油、ゴマ油	コーン、たけのこ、きくらげ、長ねぎ、もやし	しょうゆ、 酢、しょうゆ		
6	宜小3年 志小1~4年 残量調査 宜小・宜中	やさしいため 肉まん	豚肉、かまぼこ	大豆油 肉まん	キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン、小松菜、しめじ	しょうゆ		
6	長田小6年	ちくぜんに ちくぜんに	鶏肉	米 里芋、三温糖、大豆油	人参、ごぼう、大根、たけのこ、しいたけ	しょうゆ、 酢、しょうゆ		
7	残量調査 宜小・宜中	はくさいのごまあえ さつまいものチップス	ひじき、大豆、豚肉、油あげ かまぼこ	ごま、三温糖 さつまいも、紅芋、大豆油 グラニュー糖	人参、ごぼう、ねぎ	しょうゆ、 酢、しょうゆ		
7	長田小6年	言なのアーモンドあえ ししやもフライ	子持ちししやも、青のり	アーモンド、ごま、三温糖 小麦粉、パン粉、大豆油	小松菜、ほうれん草、人参、白菜、コーン	しょうゆ、 酢、しょうゆ		
8	残量調査 宜小・宜中	こくとうパン (乳 ×) ポークビーンズスープ	豚肉、大豆、レンズ豆、 ポークビーンズ	★給食パン じゃが芋、小麦粉、大豆油 ★無塩バター	トマト、玉ねぎ、人参、ピーマン、マッシュルーム	しょうゆ、 酢、しょうゆ		
8	志小5年 長田小5年	ブロッコリーソーテー	無添加ベーコン、大豆	大豆油	ブロッコリー、カリフラワー、コーン、人参	しょうゆ		
9	残量調査 宜小・宜中	くだもの ごはん		米	くだもの	しょうゆ、 酢、しょうゆ		
9	志小5年 長田小5年	にらスープ (卵 ○) 厚あけのちゅうかいため	★卵、鶏肉、わかめ 厚あけ、牛肉	でんぶん ゴマ油、でんぶん、大豆油	にら、玉ねぎ、コーン きくらげ、人参、玉ねぎ、白菜、小松菜	しょうゆ、 酢、しょうゆ		
10	残量調査 宜小・宜中	くだもの ごはん		米	くだもの	しょうゆ、 酢、しょうゆ		
10	志小5年	とうがんのそばろじる うの花いり	鶏肉 おから、豚肉、かまぼこ、ひじき	でんぶん 三温糖、大豆油	冬瓜、玉ねぎ、人参、小松菜、しょうが もやし、人参、にら	しょうゆ、 酢、しょうゆ		
13		小魚と大豆のごまがらめ	カエリ、大豆	大豆油、アーモンド、ごま、水あめ 三温糖、でんぶん		しょうゆ		
13		ごはん やさしいカレー	豚肉、★脱脂粉乳	米 じゃが芋、小麦粉、大豆油 ★無塩バター	人参、玉ねぎ、ブロッコリー、れんこん ピーマン、かぼちゃ、ブルーベリー	しょうゆ、 酢、しょうゆ		
13	志小6年	ビーンズサラダ	ひよこめ、大豆、鶏肉 えんどう、いんげんまめ	三温糖、ドレッシング アーモンド	きゅうり、あお豆、赤ピーマン、コーン	しょうゆ、 酢、しょうゆ		
14		ごはん とうがんのすりながしじる	★卵、鶏肉、うすあげ	米 でんぶん	冬瓜、しいたけ	しょうゆ、 酢、しょうゆ		
14	志小6年	マーマレードチャンプルー しそひじき	とうふ、かまぼこ、シーチキン ひじき、糸けずり	大豆油 ごま、三温糖、水あめ、大豆油	もやし、キャベツ、人参、ニラ ゆかり	しょうゆ、 酢、しょうゆ		
15		ココアあげパン	★脱脂粉乳	★給食パン、大豆油、三温糖 アーモンド		しょうゆ、 酢、しょうゆ		
15		ベジタブルスープ	鶏肉	でんぶん	人参、玉ねぎ、セロリ、白菜、大根、パセリ	しょうゆ、 酢、しょうゆ		
15		マカロニサラダ		マカロニ、10種豆ミックス ノンエッグマヨネーズ、ドレッシング	かぼちゃ、あお豆、コーン、ブロッコリー きゅうり	しょうゆ、 酢、しょうゆ		
16	いもの日	さつまいもごはん はくさいのゆずあえ	鶏肉、うすあげ	米、麦、さつまいも、大豆油 三温糖	しいたけ、人参、しめじ、ごぼう、あお豆 白菜、大根、小松菜、ほうれん草、ゆず	しょうゆ、 酢、しょうゆ		
17	食育の日 かみかみ献立	魚のみみじやき くだもの ごはん	ほき、みそ	ノンエッグマヨネーズ	くだもの	しょうゆ、 酢、しょうゆ		
17		いものすりじる ガンボニーリチー	鶏肉 豚肉、かまぼこ	米 里芋、じゃが芋 三温糖、大豆油	大根、人参、しめじ、しいたけ、長ねぎ ごぼう、人参、いんげん、こんにゃく	しょうゆ、 酢、しょうゆ		
20		とりにくのゴマだれかけ ごはん	鶏肉、みそ	三温糖、ごま、でんぶん、 米		しょうゆ、 酢、しょうゆ		
20		なめこじる 三色どん(とりそばろ)	赤だし、みそ、わかめ 鶏肉、大豆	三温糖、大豆油	なめこ、しめじ、えのき、冬瓜、ねぎ 人参、玉ねぎ	しょうゆ、 酢、しょうゆ		
21	友好都市制定記念日 中国アモイ市	いりたまご (卵 ○) くだもの ごはん	★卵、とうふ	大豆油	あお豆、いんげん くだもの	しょうゆ、 酢、しょうゆ		
21		タイビーエン (卵 ○) (えびかに ○)	鶏肉、★うずらの卵、★えび	米 はるさめ、ゴマ油	白菜、玉ねぎ、人参、しいたけ	しょうゆ、 酢、しょうゆ		
21		にんにくのめいため	豚肉	大豆油、ゴマ油	にんにくのめ、いんげん、人参、ピーマン 玉ねぎ、たけのこ	しょうゆ		
21		はるまき (乳使用後油)		米粉はるまき、大豆油		しょうゆ		
22		ごはん もずくすましじる	もずく	米	大根、小松菜	しょうゆ、 酢、しょうゆ		
22		肉豆腐	豚肉、とうふ	三温糖、大豆油	玉ねぎ、人参、白菜、しめじ、えのき、長ねぎ こんにゃく	しょうゆ、 酢、しょうゆ		
22		ブロッコリーとちくわのあえもの	ちくわ	三温糖、ごま	ブロッコリー、カリフラワー、きゅうり ピーマン	しょうゆ、 酢、しょうゆ		
24	和食の日 宜小6年	けんまいごはん いしかりじる	さけ、とうふ、みそ	米、けんまい	人参、大根、玉ねぎ、白菜、長ねぎ、しいたけ こんにゃく、人参、もやし、にら	しょうゆ		
27		けんちんじる 手作りちくさやき	鶏肉、とうふ、うすあげ	米 じゃが芋、ゴマ油	ごぼう、大根、人参、しいたけ、こんにゃく ねぎ	しょうゆ		
27	宜小6年 長田小	言なのごまあえ あさりとトマトのスパゲティ	★卵、鶏肉、もずく	三温糖、ごま 三温糖、大豆油	玉ねぎ、人参、しいたけ 小松菜、白菜、もやし、コーン	しょうゆ、 酢、しょうゆ		
28		パパイヤサラダ	あさり、いか、無添加ベーコン	スパゲティ、オリーブ油、大豆油	玉ねぎ、人参、マッシュルーム、しめじ、ピーマン	しょうゆ、 酢、しょうゆ		
28	宜中2年	カレーコロッケ		三温糖 三温糖、タンカンドレッシング	トマト	しょうゆ、 酢、しょうゆ		
29		ごはん おでん	鶏肉、厚あげ、こんぶ、かまぼこ がんもどき	米 じゃが芋	大根、人参、こんにゃく、小松菜	しょうゆ、 酢、しょうゆ		
29	宜中2年	わかめときゅうりのツナあえ とづりふりかけ(えびかに○)	わかめ、シーチキン ★ちりめんじゃこ、糸けずり、青のり	和風ドレッシング ごま、三温糖	きゅうり、白菜 ゆかり	しょうゆ、 酢、しょうゆ		
30		ぼろぼろシューニー チキンソーテー	豚肉、シーチキン	米、麦、さつまいも、大豆油 三温糖、大豆油	ほうれん草、人参、冬瓜、えのき	しょうゆ、 酢、しょうゆ		
30	宜中2年	小魚のからあげ(乳使用後油) スイートポテト(中のみ)	豚肉、うすあげ、厚あげ エビ	大豆油、でんぶん、小麦粉 さつまポテト	大根、人参、にら、こんにゃく、カリタース	しょうゆ		

☆食材、その他の都合により献立を変更することがあります。  
 ☆学校給食費は、期限内に納めましょう。  
 ☆調味料・加工品の原材料については裏面をご覧ください。  
 ☆アーサー・ちりめんじゃこには、エビが混入している場合があります。  
 ☆揚げ油は数回使用します。アレルギーで気になる方は、給食センター、までご連絡ください。

学校給食の 栄養基準量	C=エネルギー P=タンパク質 F=脂質		
	小学校	640 kcal	24.0 g
中学校	820 kcal	30.0 g	27.3 g

# 学校給食調味料等一覧表

宜野湾学校給食センター TEL: 098-898-4541

調味料等	アレルゲン	調味料等	アレルゲン
しょうゆ	大豆・小麦	給食パン	小麦・乳・大豆
酢	小麦	無添加ポーク	豚肉・鶏肉
みそ	大豆	無添加ハム	豚肉・鶏肉・大豆
赤だしみそ	大豆・さば・鶏肉	無添加ベーコン	豚肉・大豆
ウスターソース	大豆・りんご	無添加ウインナー	豚肉・
デミグラスソース	牛肉・小麦・豚肉・大豆	あらびきウインナー	鶏肉・豚肉
カレールウ	小麦・大豆・鶏肉・牛肉	サルサポモドーロ	豚肉・ゼラチン
ホワイトルウ	小麦・乳・大豆・鶏肉・牛肉	麩	小麦
ドライカレー	乳・牛肉・大豆・豚肉・りんご	ABCマカロニ	小麦
チキンガラスープ	鶏肉	10種豆ミックス	小麦・大豆
ポークガラスープ	豚肉・鶏肉・りんご	パン粉	小麦・大豆
マヨネーズ	卵・大豆・りんご	沖縄そば・スパゲティ・マカロニ・うどん・ラーメン・ワンタン	小麦
ノンエッグマヨネーズ	大豆・りんご		
大豆油	大豆	かまぼこ・ちくわ・なると	大豆
ごま油	大豆・ごま	トマトソース	大豆
コールスロードレッシング	卵・大豆	タンカンドレッシング	小麦・大豆・ゼラチン
ピーナツバター	落花生・大豆	ポークビーンズ	小麦・大豆・豚肉
テンメンジャン	小麦・大豆・ごま	梅肉	りんご・大豆
トウバンジャン	小麦・大豆	マリネドレッシング	大豆・りんご
コチジャン	大豆	リンゴピューレ	りんご
ハヤシルウ	小麦・大豆・牛肉	和風ドレッシング	小麦・大豆・豚肉・りんご
がんもどき	大豆・ごま	マーガリン	乳・大豆・豚肉
きなこ	大豆	煮干しだし	さば
うずらの卵	卵	豆腐・油揚げ・高野豆腐	大豆
チーズ・バター生クリーム 脱脂粉乳・チーズパウダー ヨーグルト	乳	豆乳・厚揚げ 白菜キムチ	小麦・りんご・大豆・さば
マーガリン	乳・大豆・豚肉	肉まん	小麦・大豆・豚肉・鶏肉
シーチキン	大豆	米粉はるまき	小麦・大豆・豚肉
味付けもずく	小麦・大豆	カレークノーデル	小麦・大豆・豚肉

宜野湾市の給食センターでは、「安全・安心・確実」な給食の提供を行うため、食品衛生法に基づくアレルギー対象表示義務7品目について除去食対応をしています。（表示義務7品目：卵・乳・小麦・えび・かに・落花生・そば）

この一覧表は、今月の予定献立で使用する調味料等について、上記の7品目及び推奨20品目を含み、合計27品目のアレルゲンを記載しています。

（推奨20品目：あわび・いか・いくら・オレンジ・キウイフルーツ・牛肉・くるみ・さけ・さば・ゼラチン  
大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・カシューナッツ・ごま）

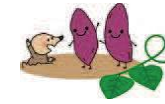
給食センターで対応できないアレルゲンについては、  
予定献立表及び本調味料表においてご家庭で確認ください。

# 11月の給食配せん図

きゅうしよくはいす

## ★規則正しい食事をしよう★

きそく ただ しよくじ



11/6 (月) ~ 11/10 (金) は残量調査です。  
ぎのわん小・ぎのわん中のみなさん、  
ご協力よろしくおねがいします。



11月 1日 (水)	11月 2日 (木)	11月 3日 (金)
<p>ぎのわんきょういくの日</p> <p>とうふのきのこあんかけ はくさいとじゃこのあえもの</p> <p>きびごはん 豆乳とんじる</p>	<p>やさしいため にくまん</p> <p>コーンみそラーメンめん (ちゅうかめん)</p>	<p>ぶんかの日</p> <p>文化の日</p>
<p>11月 6日 (月)</p> <p>さつまいもチップス</p> <p>はくさいのごまあえ</p> <p>ごはん ちくせんに</p>	<p>11月 7日 (火)</p> <p>ししゃもの青のりフライ</p> <p>あおなのP-EFD あえ</p> <p>ひじきごはん</p>	<p>11月 8日 (水)</p> <p>くだもの ブロccoliソテー</p> <p>くくとうパン ポークビーンズスープ</p>
<p>11月 9日 (木)</p> <p>あつあげのちゅうかいため</p> <p>くだもの</p> <p>ごはん ならたまスープ</p>	<p>11月 10日 (金)</p> <p>こざかなとだいのごまがらめ</p> <p>うのはないり</p> <p>ごはん とうがんそぼろじる</p>	
<p>11月 13日 (月)</p> <p>ビーンズサラダ</p> <p>ごはん やさいカレー</p>	<p>11月 14日 (火)</p> <p>しそひじき</p> <p>マーミナチャンプルー</p> <p>ごはん とうがんのすりながしじる</p>	<p>11月 15日 (水)</p> <p>マカロニサラダ</p> <p>ココアあげパン ベジタブルスープ</p>
<p>11月 16日 (木)</p> <p>いもの日献立</p> <p>くだもの</p> <p>さかなのもみじやき</p> <p>さつまいもごはん</p> <p>ごはん はくさいのゆずあえ</p>	<p>11月 17日 (金)</p> <p>かみかみ献立</p> <p>グンポーイリチー</p> <p>とりにくのごまだれやき</p> <p>ごはん いものこじる</p>	
<p>11月 20日 (月)</p> <p>くだもの</p> <p>さんしょくどん</p> <p>(ごはん) なめこじる</p>	<p>11月 21日 (火)</p> <p>ゆうこうとし献立 (中国:アモイ市)</p> <p>にんにくめいため はるまき</p> <p>ごはん タイピーエン</p>	<p>11月 22日 (水)</p> <p>ブロッコリーとちくわのあえもの</p> <p>にく豆腐</p> <p>ごはん もずくのすましじる</p>
<p>11月 23日 (木)</p> <p>きんろうかんしゃ日</p>	<p>11月 24日 (金)</p> <p>わしよくの日献立</p> <p>くだもの</p> <p>ひじきのごもくに</p> <p>げんまいごはん いしかりじる</p>	
<p>11月 27日 (月)</p> <p>青なのあえもの</p> <p>てづくりちくさやき</p> <p>ごはん けんちんじる</p>	<p>11月 28日 (火)</p> <p>カレーコロッケ</p> <p>あざりとトマトのスパゲティ</p> <p>パパイヤサラダ</p>	<p>11月 29日 (水)</p> <p>てづくりふりかけ</p> <p>わかめときゅうりのツナあえ</p> <p>ごはん おでん</p>
<p>11月 30日 (木)</p> <p>こざかなのからあげ</p> <p>スイートポテト (中のみ)</p> <p>ぼろぼろもーしー</p> <p>デザートイリチー</p>	<p>味覚の秋</p>	