

平成30年 11月 学校給食献立表

小城市芦刈給食センター

日曜	献立名	赤の食品	緑の食品	黄の食品	調味料	小学校	中学校
		牛乳・卵・魚・肉・海草 大豆・大豆製品	野菜・きのこ・くだもの	穀類・いも類・砂糖・油脂類			
		主に体をつくるものになる	主に体の調子を整えるものになる	主にエネルギーのものになる			
1 木	ミルクパン 牛乳 とんこつラーメン 豆腐しゅうまい 野菜のマリネ	牛乳 豚肉 鶏がら～だし 豆腐しゅうまい	もやし 葱 きくらげ りんご にんにく 玉葱 生姜	ミルクパン ラーメン麺 ラード ごま油	白湯 酒 塩こしょう しょうゆ ラー油	○	○
2 金	麦御飯 牛乳 魚のにらたま焼き キャベツの昆布和え さつま芋のみそ汁	牛乳 赤魚 卵 塩昆布 煮干～だし 油揚げ 合わせみそ	にら キャベツ 人参 玉葱 葱	精白米 強化米 強化麦 砂糖 小麦粉 ごま ごま油	塩 こしょう 酒 しょうゆ	○	○
5 月	御飯 牛乳 八宝菜 焼きぎょうざ 春雨サラダ	牛乳 豚肉 えび うずら卵 鶏がら～だし 焼きぎょうざ	人参 玉葱 きくらげ たけのこ キャベツ チンゲン菜 生姜	精白米 強化米 でん粉 油	塩 こしょう 酒 しょうゆ 酢	○	○
6 火	パイパン 牛乳 かき揚げうどん アーモンド和え ゼリー	牛乳 かき揚げ けずり節・煮干～だし	人参 玉葱 葱 ほうれん草 きゅうり 人参 キャベツ	パイパン うどん麺 油 アーモンド 砂糖 りんごゼリー	しょうゆ 酒 塩 みりん しょうゆ みりん	○	○
7 水	カムカム献立の日 チキンカレー 牛乳 カリポリサラダ 南方風佃煮	牛乳 豚肉 鶏がら～だし 牛乳 煮干	にんにく 人参 玉葱 グリンピース 大根 人参 きゅうり れんこん レモン汁	精白米 強化米 強化麦 じゃが芋 油 カレールウ 砂糖 油 砂糖 はちみつ アーモンド 砂糖	塩 こしょう カレー粉 ワイン トマトピューレ しょうゆ ソース しょうゆ 塩 酢 ケチャップ	○	○
8 木	オリ・パラ給食ロシア 黒糖パン 牛乳 ボルシチ オリビエサラダ ピロシキ	牛乳 牛肉 鶏がら～だし 生クリーム 赤いんげん ささみ 卵	人参 玉葱 大根 キャベツ グリンピース 人参 きゅうり 玉葱 ピクルス	黒糖パン 砂糖 バター 油 じゃが芋 マヨネーズ 砂糖 ピロシキ 油	デミグラスソース 塩 こしょう白ワイン ケチャップ しょうゆ 塩 こしょう	○	○
9 金	麦御飯 牛乳 さんまのみぞれ煮 ほうれん草のごま和え 豆腐のみそ汁	牛乳 さんまのみぞれ煮 煮干～だし 豆腐 合わせみそ	ほうれん草 もやし 人参 人参 玉葱 葱	精白米 強化米 強化麦 ごま じゃが芋	しょうゆ みりん しょうゆ みりん	○	○
12 月	枝豆御飯 牛乳 いも煮 高野豆腐の卵とじ 果物	牛乳 豚肉 高野豆腐 ひじき 卵 まぐろ油漬け	むき枝豆 玉葱 こんにゃく 葱 ごぼう 干椎茸 人参 さやいんげん みかん	精白米 強化米 里芋 油 砂糖 砂糖 油	ゆかり粉 しょうゆ みりん 酒 塩 しょうゆ みりん 酒	○	○
13 火	小城市ふるさと食の日 ミルクパン 牛乳 マジャンバ フルーツ杏仁	牛乳 鶏ミンチ 昆布・けずり節～だし 一食さざみのり 杏仁豆腐	玉葱 にんにく キャベツ ブロッコリー 人参 パプリカ きくらげ れんこん みかん もも パイン	ミルクパン スパゲティ 油 カクテルゼリー	マジャンバのたれ 酒 みりん こしょう 塩 塩こうじ	○	○
14 水	和食の日 御飯 牛乳 かぼちゃのそぼろ煮 焼魚 おろし和え	牛乳 鶏ミンチ 生揚げ 鯖	かぼちゃ 玉葱 こんにゃく 枝豆 人参 ほうれん草 人参 もやし 大根	精白米 強化米 砂糖 油 砂糖	しょうゆ みりん 酒 塩 しょうゆ みりん 塩	○	○
15 木	レーズンパン 牛乳 白菜鍋 ポテトのみそ マヨネーズ焼き 人参と豆のサラダ	牛乳 豚肉 豆腐 鶏がら～だし ウィンナー 米みそ ヨーグルト チーズ ミックスビーンズ	白菜 人参 玉葱 葱 きくらげ 玉葱 ピーマン 人参 枝豆	レーズンパン マロニー 砂糖 じゃが芋 油 マヨネーズ マヨネーズ ごま	しょうゆ 酒 塩 みりん 塩 こしょう	○	○
16 金	雑穀入りひじき御飯 牛乳 磯香和え 生揚げのみそ汁	牛乳 大豆 ひじき 鶏肉 かまぼこのり 生揚げ 煮干～だし 合わせみそ	ごぼう 人参 枝豆 ほうれん草 キャベツ 人参 人参 玉葱 葱	精白米 強化米 雑穀 砂糖 油 ふ みかんゼリー	しょうゆ みりん 酒 塩 しょうゆ みりん	○	○

平成30年 11月 学校給食献立表

小城市芦刈給食センター

日曜	南大立名	赤の食品	緑の食品	黄の食品	調味料	小学校	中学校
		牛乳・卵・魚・肉・海草 大豆・大豆製品	野菜・きのこ・くだもの	穀類・いも類・砂糖・油脂類			
		主に体をつくるものになる	主に体の調子を整えるものになる	主にエネルギーのものになる			
19月	ハッピーキャロットの日 きのこ御飯 牛乳 おかか和え さつま汁	牛乳 鶏肉 油揚げ かつお節 鶏肉 生揚げ 合わせみそ	しめじ 干椎茸 エリンギ 人参 ほうれん草 もやし 人参 ごぼう 大根 葱 こんにゃく 生姜	精白米 強化米 砂糖 油 さつま芋	塩 しょうゆ みりん しょうゆ みりん	○	○
20火	ミルクトースト 牛乳 コーンクリームスープ 人参とキャベツの サラダ	牛乳 練乳 ベーコン 牛乳 鶏がら～だし	人参 玉葱 クリームコーン ホールコーン グリンピース 人参 きゅうり キャベツ	食パンバター グラニュー糖 じゃが芋 ホワイトソース 油 マヨネーズ	塩 こしょう 酢 白ワイン 塩 こしょう	○	○
21水	御飯 牛乳 鮭の葱みそ焼き れんこんのごま和え きのこ汁	牛乳 鮭 麦みそ 鶏肉 けずり節・昆布～だし	葱 れんこん ごぼう ほうれん草 玉葱 葱 えのき茸 しめじ 干椎茸 ごぼう	精白米 強化米 砂糖 砂糖 ごま ふ	みりん 酒 しょうゆ みりん しょうゆ 酒 塩 みりん	○	○
22木	ミルクパン 牛乳 バター かしわうどん 竹輪の照り煮 即席漬	牛乳 鶏肉 けずり節・昆布～だし 竹輪 塩昆布	人参 玉葱 葱 ごぼう キャベツ きゅうり 人参	ミルクパン バター うどん麺 砂糖 砂糖 ごま ごま	しょうゆ みりん 酒 塩 酒 しょうゆ みりん しょうゆ	○	○
26月	9の1リクエスト給食 じゃがじゃが御飯 牛乳 川田先生特製の 鶏のから揚げ コロコロサラダ・豚汁	牛乳 鶏肉 チーズチップ 豚肉 豆腐 油揚げ 合わせみそ	パセリ にんにく 人参 きゅうり ホールコーン 人参 玉葱 ごぼう 葱 こんにゃく 生姜	精白米 強化米 じゃが芋 油 小麦粉 でん粉 油 ドレッシング 油	塩 塩 こしょう 醤油 酒 酢	○	○
27火	ミルクパン 牛乳 長崎皿うどん 春巻き 海草サラダ 果物	牛乳 豚肉 うずら卵 さつま揚げ 鶏がら～だし 春巻き 海草ミックス	りんご 人参 玉葱 葱 キャベツ もやし 干椎茸 きゅうり キャベツ ホールコーン	ミルクパン 揚げチャーメン 油 でん粉 油 ごま油 砂糖	しょうゆ 酒 塩 カキ油 酢 こしょう しょうゆ 酢 塩	○	○
28水	麦御飯 牛乳 じゃが芋のごまみそ煮 焼きししゃも 香味和え	牛乳 豚肉 合わせみそ 子持ちししゃも	人参 玉葱 こんにゃく むき枝豆 せんぎりたくあん きゅうり キャベツ 人参	精白米 強化米 強化麦 ごま じゃが芋 砂糖 油 ごま	しょうゆ みりん 酒 しょうゆ	○	○
29木	2の1 7の2リクエスト給食 ココア揚げパン 牛乳 ポトフ ツナサラダ 果物	牛乳 鶏肉 うずら卵 鶏がら～だし まぐろ油漬け	人参 玉葱 白菜 大根 にんにく さやいんげん キャベツ きゅうり 人参 みかん	コッペパン 砂糖 油 油 ごま 砂糖 ごま油	ミルクココア 塩 こしょう 赤ワインしょうゆ しょうゆ 酢	○	○
30金	御飯 牛乳 煮込みハンバーグ コーンポテト みぞれ汁	牛乳 スクールハンバーグ 豆腐 煮干～だし	玉葱 ホールコーン 人参 大根 白菜 葱	精白米 強化米 砂糖 油 じゃが芋 バター	ケチャップ 赤ワイン デミグラスソース 塩 こしょう しょうゆ 塩	○	○

お知らせ

カムカム献立の日
オリ・パラ給食 ロシア
小城市ふるさと食の日
和食の日
食育の日 (ハッピーキャロットの日)
リクエスト給食

7日 (水)
8日 (木)
13日 (火)
14日 (水)
19日 (月)
26日 (月) 9の1
29日 (木) 2の1、7の2



小城市ふるさと食の日 実施日は異なりますが、小城市内の小・中学校同じメニューです。