

11月 給食献立表

令和6年度 人吉市学校給食センター

日	曜	主食	牛乳	おかず	おかず等に使用している食品（食物アレルギー項目を含む）	食物アレルギー除去食
1	金	ごはん (米)	牛乳	厚揚げのそぼろ煮 キャベツとじゃこのサラダ	厚揚げ 鶏肉 玉ねぎ 人参 こんにゃく さつま揚げ しめじ いんげん 油 醤油 砂糖 みりん ちりめん キャベツ きゅうり 人参 コーン 酢 醤油 油	
5	火	黒糖パン (小麦 乳 砂糖 ショートニング 黒糖)	牛乳	ポトフ 大豆とハムのサラダ	鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 セロリ しめじ ブロッコリー 油 チキンブイヨン コンソメ 白ワイン 醤油 塩 こしょう 大豆 人参 きゅうり ハム マヨネーズ 醤油 酢 こしょう	
6	水	麦ごはん (米・麦)	牛乳	豆腐のみそ汁 れんこんと春雨の炒め物 野菜と雑穀のふりかけ	豆腐 じゃが芋 油揚げ 大根 人参 わかめ ねぎ いりこ (だし用) みそ 鶏肉 にんにく 生姜 れんこん 人参 いんげん 玉ねぎ 春雨 ごま油 酒 醤油 砂糖 トウバンジャン 油 青菜 米 でん粉 とうもろこし トマト キヌア じゃがいも モロヘイヤ かぼちゃ 塩 昆布	
7	木	かぼちゃパン (小麦粉 乳 砂糖 ショートニング かぼちゃ 米粉 マーガリン)	牛乳	ウインナーのチリソース煮 もやしと海藻のサラダ	ウインナー じゃが芋 玉ねぎ 人参 しめじ グリンピース しょうが にんにく 油 ケチャップ ソース チリパウダー わかめ 昆布 もやし きゅうり 人参 砂糖 酢 醤油 ごま油	
8	金	ひじきごはん (米 ひじき 鶏肉 こんにゃく 油揚げ 人参 大豆 醤油 砂糖 みりん)	牛乳	筑前煮 ごま酢和え うまかつてん	鶏肉 厚揚げ れんこん 人参 こんにゃく 里芋 たけのこ ごぼう 椎茸 いんげん 油 醤油 みりん 砂糖 きゅうり もやし 人参 酢 砂糖 醤油 ごま 大豆 黒大豆 ひまわりの種 もち 煮干し セサミクラッカー でん粉 醤油	
11	月	ごはん (米)	牛乳	大根のみそ汁 いわしおおかか煮 いんげんのごま和え	油揚げ 大根 玉ねぎ 人参 豆腐 えのき わかめ ねぎ みそ いりこ (だし用) いわし 砂糖 醤油 みりん でん粉 かつお節 塩 いんげん 人参 ごま 砂糖 醤油	
12	火	ココアパン (小麦粉 砂糖 ココアパウダー 油 砂糖 ショートニング 塩)	牛乳	オニオンスープ かぼちゃコロッケ ブロッコリーのドレッシング和え	ベーコン 玉ねぎ 人参 じゃが芋 マカロニ パセリ チキンブイヨン コンソメ 醤油 塩 こしょう かぼちゃ じゃが芋 玉ねぎ 小麦粉 パン粉 でん粉 油 ブロッコリー 人参 コーン 青じそドレッシング(醤油 昆布 酢 かつお(だし) 青じそ)	
13	水	ごはん (米)	牛乳	わかめスープ 豚肉のブルコギ レモンゼリー	豆腐 わかめ 玉ねぎ 人参 テンゲンサイ 春雨 油 醤油 チキンスープ ごま ごま油 豚肉 人参 ビーマン 玉ねぎ 生姜 にんにく ねぎ 醤油 砂糖 ごま油 酒 みりん 豆板醤 砂糖 水飴 レモン果汁 寒天	
14	木	麦ごはん (米・麦)	牛乳	おでん 青菜とちりめんの和え物 一食のり佃煮	鶏肉 さつま揚げ がんも こんにゃく 里芋 人参 大根 椎茸 煮昆布 醤油 みりん キャベツ ほうれん草 人参 ちりめん わかめ ごま 醤油 砂糖 ごま油 醤油 砂糖 のり みりん 水飴 でん粉 鰹節 酵母エキス	
15	金	麦ごはん (米・麦)	牛乳	キーマカレー ツナとツブロッコリーのサラダ	牛肉 大豆 人参 たまねぎ じゃが芋 ひよこ豆 ビーマン にんにく 油 カレールウ(小麦粉 ラード 砂糖 カレー粉 牛肉エキス トマトペースト チキンブイヨン にんにく でんぷん さつまいもパウダー 白菜パウダー キャベツパウダー) しょうゆ ソース ツナ キャベツ ブロッコリー 人参 酢 マヨネーズ	
18	月	ごはん (米)	牛乳	洋風かきたま汁 ホイコーロー	鶏肉 鶏卵 コーン 豆腐 人参 玉ねぎ きくらげ テンゲンサイ チキンスープ 醤油 でん粉 こしょう 油 豚肉 厚揚げ キャベツ 玉ねぎ ビーマン 赤ビーマン にんにく 生姜 豆板醤 赤みそ 醤油 ごま油 でん粉 油 砂糖	卵 (洋風かきたま汁)
19	火	食パン (小麦粉 乳 砂糖 ショートニング)	牛乳	白菜と肉団子のクリームシチュー ピーンズとツナのサラダ いちごジャム	ミートボール(鶏肉 豚肉 玉ねぎ パン粉 塩) 白菜 じゃが芋 玉葱 しめじ 人参 コーン グリンピース ポタージュース コーン(小麦粉 脱脂粉乳 豚脂 ポークエキス ホタテエキス 砂糖) ホワイトソース(小麦粉 さつま芋 チーズ オニオンパウダー パター 塩 砂糖 こしょう) スキムミルク コンソメ 油 こしょう 大豆 金時豆 インゲン豆 ツナ ベーコン きゅうり レタス 玉ねぎ にんにく 油 酢 醤油 塩 こしょう マスタード いちご 砂糖 水あめ	乳 (白菜と肉団子のクリームシチュー)
20	水	わかめごはん (米 麦 わかめ 塩)	牛乳	春雨スープ 揚げぎょうざ ピリ辛きゅうり	春雨 ちくわ 人参 たまねぎ しめじ わかめ ねぎ 生姜 チキンスープ 醤油 塩 こしょう キャベツ ニラ 玉ねぎ にんにく しょうが 豚脂 鶏肉 小麦粉 でん粉 塩 油 醤油 砂糖 ごま油 きゅうり 醤油 酢 砂糖 ごま トウバンジャン 唐辛子	
21	木	揚げパン① ミルクパン (小麦 乳 砂糖 ショートニング マーガリン)	牛乳	ポークピーンズ 小松菜のサラダ	豚肉 赤ワイン 大豆 人参 玉ねぎ じゃが芋 グリンピース しめじ にんにく 油 デミグラスソース(小麦粉 玉ねぎ 人参 トマト 濃粉 塩) トマト ケチャップ ソース 砂糖 塩 こしょう 小松菜 キャベツ コーン ツナ(マグロ) 油 醤油 砂糖 酢 塩 こしょう	
22	金	麦ごはん (米・麦)	牛乳	白菜のみそ汁 鮭の塩焼き ほうれん草のごま和え	白菜 油あげ 豆腐 人参 玉ねぎ えのき わかめ ねぎ いりこ (だし用) みそ 鮭 塩 ほうれん草 もやし 醤油 砂糖 ごま	
25	月	麦ごはん (米・麦)	牛乳	じゃが芋のそぼろ煮 カムカムサラダ	鶏肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 さつま揚げ こんにゃく 厚揚げ しいたけ いんげん 油 砂糖 醤油 みりん ごぼう 酢 人参 きくらげ きゅうり マヨネーズ 醤油 ごま	
26	火	揚げパン② ミルクパン (小麦 乳 砂糖 ショートニング マーガリン)	牛乳	ラビオリスープ ヘルシーサラダ	ベーコン ラビオリ(小麦 鶏肉 豚肉 玉ねぎ パン粉 大豆 砂糖) 人参 玉ねぎ しめじ キャベツ パセリ チキンスープ 醤油 塩 こしょう こんにゃく ツナ きゅうり 人参 レタス わかめ ごま 醤油 酢 塩	
27	水	南関揚げ丼 ごはん (米)	牛乳	南関揚げ丼の具 ひじきと豆のサラダ	鶏肉 鶏卵 南関揚げ 玉葱 人参 ねぎ 椎茸 かまぼこ 砂糖 醤油 みりん でん粉 削り節(だし用) ひじき キャベツ 大豆 金時豆 インゲン豆 マヨネーズ 醤油 砂糖 酢 ごま	卵 (南関揚げ丼)
28	木	舞茸ごはん (米 しいたけ 人参 油揚げ こんにゃく 醤油 砂糖 油)	牛乳	さぬきうどん汁 かき揚げ きゅうりの即席漬け	うどん かまぼこ 人参 大根 しいたけ 油揚げ わかめ こんぶ・かつお節(だし用) 醤油 みりん ねぎ 玉ねぎ 油 人参 いんげん でん粉 食塩 小麦粉 きゅうり 塩昆布	
29	金	発芽玄米入りごはん (米 発芽玄米)	牛乳	旨煮 海藻類の酢の物	鶏肉 玉ねぎ れんこん 人参 じゃが芋 さつま揚げ 厚揚げ こんにゃく しいたけ いんげん 油 醤油 砂糖 みりん 海藻類 ちりめん キャベツ きゅうり 人参 わかめ ごま 酢 砂糖 醤油	

11月の給食のおしらせ
 ☆今月のふるさとくまさんデーは白菜です。
 白菜と肉団子のクリームシチュー(19日)
 ☆揚げパン(小麦 乳 ショートニング 黒糖 黄粉 塩 油)【21日、26日】

①21日→西、西瀬、中原、二中 ②26日→東、東間、大畑、一中、三中

おしらせ(食物アレルギー関係)

- *ハムとベーコン、ウインナーは卵不使用のものを使っています。
- *マヨネーズは卵不使用のものを使っています。原料の油と大豆粉には大豆が使われています。
- *令和5年度から、鶏卵とうずらの卵を「卵」として対応しています。
- *献立表にはコンタミネーションに関する表示をしております。