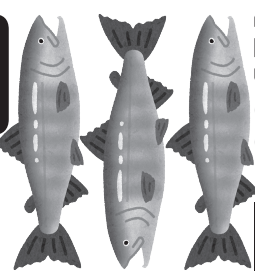


10月給食だより



★忘れていませんか……給食費は毎月忘れず納めましょう。

●物資の都合により献立の一部を変更することがありますのでご了承下さい。
●学校給食についてのお問い合わせは…浦河町学校給食センターへ
浦河町荻伏町20番地 電話25-2515番

給食での 摂取カロリー	1食の基準 カロリー	小学生：650kcal 中学生：830kcal	10月の平均 カロリー	小学生：630kcal 中学生：791kcal
----------------	---------------	----------------------------	----------------	----------------------------

日	献立	材料 (加工食品の配合内容)	日	献立	材料 (加工食品の配合内容)
1日(金)	白飯 お魚と野菜のステーキ 牛乳 大根のオイスター炒め 白飯 はし	精白米、強化米 たらすり身、にんにく、とうもろこし、えだまめ、植物油、でん粉、粉末状植物性たん白、難消化性デキストリン、砂糖、食塩、魚介エキス調味料、チキンスープ、しょうが汁、酵母パウダー、寒天、粉あめ、加工デンプン、安定剤、ピロリン酸第二鉄、<たらすり身・大豆・さば・魚介> しょうが、にんにく、ごま油(ごま・大豆)、豚肉、人参、大根、いんげんまめ、とりがらだし、三温糖、みりん、清酒、濃口醤油(大豆・小麦)、オイスターソース(かき・ほたて・魚)	18日(月)	コッペパン きのこのスパゲティ 牛乳 枝豆のガーリックチキ コッペパン はし・フォーク	小麦粉、食塩、イースト、脱脂粉乳、砂糖、ショートニング、鶏卵、コンパウンドバター、<小麦・乳・大豆・卵> にんにく、米油、ベーコン(豚)、人参、玉ねぎ、エリンギ、ぶなしめじ、えのきたけ、マッシュルーム、スパゲティ(小麦)、スライス(大豆・小麦・かつお・いわし)、濃口醤油(大豆・小麦) にんにく、米油、ハム(豚)、玉ねぎ、枝豆、中華だし(小麦・大豆・ゴマ・豚・トマト)、こしょう、ガーリックチップ いちご、糖類、ゲル化剤、酸味料、<いちご>
4日(月)	コッペパン ソース焼きそば 牛乳 水ぎょうざスープ コッペパン はし	小麦粉、食塩、イースト、脱脂粉乳、砂糖、ショートニング、鶏卵、コンパウンドバター、<小麦・乳・大豆・卵> しょうが、にんにく、米油、豚肉、人参、玉ねぎ、ピーマン、キャベツ、即席中華めん(小麦)、ウスターソース(トマト)、濃口醤油(大豆・小麦)、こしょう、カレー粉 玉ねぎ、水餃子(豚・ごま・小麦・大豆)、カットワカメ、長ねぎ、とりがらだし、塩ラーメンスープ(豚・小麦・大豆・ごま・ほたて・煮干)、こしょう、ごま油(ごま・大豆)	19日(火)	白飯 おからの炒め煮 牛乳 すいとん汁 白飯 はし	精白米、強化米 とりひき肉、米油、人参、油揚げ(大豆)、焼きちくわ(魚・大豆)、おから、長ねぎ、かつおだし、昆布だし、三温糖、濃口醤油(大豆・小麦) とり肉、大根、人参、すいとん(小麦)、小松菜、長ねぎ、かつおだし、昆布だし、濃口醤油(大豆・小麦)、食塩 水飴、砂糖、醤油、アミノ酸液、のり、食塩、でん粉、ソルビット、グルタミン酸Na、リボスクレオチドNa、カラメル色素、キサンタンガム、タマリンドガム、<大豆・小麦>
5日(火)	白飯 銀聖 牛乳 大根の煮物 白飯 はし	精白米、強化米 銀聖(鮭)、食塩 とり肉、米油、人参、大根、生揚げ(大豆)、三温糖、清酒、濃口醤油(大豆・小麦)、かつおだし、昆布だし 人参、木綿豆腐(大豆)、キャベツ、かつおだし、昆布だし、やさいだし、赤みそ(大豆)、白みそ(大豆)	20日(水)	ロールパン とり肉のスパイス炒め 牛乳 鮭の具沢山シチュー ロールパン はし・スプーン	小麦粉、食塩、イースト、脱脂粉乳、砂糖、ショートニング、鶏卵、コンパウンドバター、<小麦・乳・大豆・卵> とり肉、米油、人参、玉ねぎ、三温糖、ケチャップ(トマト)、ウスターソース(トマト)、濃口醤油(大豆・小麦)、カレー粉 鮭、玉ねぎ、人参、じゃがいも、白菜、ぶなしめじ、ヘルシーファーム、コンクリューム(小麦・乳・大豆・豚)、生クリーム(乳)、脱脂粉乳(乳)、牛乳、食塩、こしょう 砂糖、ぶどう糖果糖液糖、水あめ、油脂加工品、豆乳、カカオマス、ココアパウダー、糊料、炭酸Ca、乳化剤、香料、ピロリン酸第二鉄、<大豆>
6日(水)	ロールパン とり肉団子のトマト煮 牛乳 きのこのクリームスープ ロールパン はし・スプーン	小麦粉、食塩、イースト、脱脂粉乳、砂糖、ショートニング、鶏卵、コンパウンドバター、<小麦・乳・大豆・卵> にんにく、オリーブ油、玉ねぎ、人参、とり肉団子(豚・小麦・大豆)、ホールトマト缶(トマト)、三温糖、トマトソースの素(小麦・大豆・豚・トマト)、コンソメ(豚・魚・トマト) とり肉、米油、じゃがも、玉ねぎ、ぶなしめじ、えのきたけ、たもぎたけ、牛乳、生クリーム(乳)、脱脂粉乳(乳)、ヘルシーファーム、コンクリューム(小麦・乳・大豆・豚)、コンソメ(豚・魚・トマト)、バセリ	21日(木)	白飯 船越氷室のあげかまぼこ 牛乳 五目きんぴら 白飯 はし	精白米、強化米 たらすり身、かじか、かれい、その他白身魚、ごぼう、にんにく、でん粉、砂糖、ぶどう糖、植物油、卵白、みりん、食塩、昆布だし、リン酸Na、<魚・卵> 豚肉、米油、切ごぼう、人参、たけのこ水煮、白滝、ピーマン、三温糖、みりん、濃口醤油(大豆・小麦)、いりごま、とうがらし粉 大根、ぶなしめじ、なめこ、えのきたけ、木綿豆腐(大豆)、長ねぎ、かつおだし、昆布だし、赤みそ(大豆)、白みそ(大豆)
7日(木)	白飯 人参のピリ辛炒め 牛乳 豚汁 白飯 はし・紙スプーン	精白米、強化米 しょうが、にんにく、米油、豚ひき肉、人参、玉ねぎ、長ねぎ、三温糖、清酒、穀物酢、濃口醤油(大豆・小麦)、トウバンジャン(大豆) ◎小学生のみスプーンがつかます。 豚肉、米油、切ごぼう、人参、さつまいも、焼き豆腐(大豆)、突きこんにやく、白菜、しょうが、長ねぎ、かつおだし、昆布だし、赤みそ(大豆)、白みそ(大豆) グラニュー糖、ブルーベリーピューレ、果糖、粉あめ、ゲル化剤、乳酸カルシウム、ピロリン酸第二鉄、香料、酸味料、ビタミンC、<ブルーベリー>	22日(金)	白飯 肉じゃが 牛乳 ほっけのつみれ汁 白飯 はし	精白米、強化米 豚肉、米油、人参、玉ねぎ、じゃがいも、白滝、かつおだし、昆布だし、三温糖、清酒、濃口醤油(大豆・小麦) 人参、切ごぼう、突きこんにやく、ほっけつみれ(ホッケ・大豆)、白菜、長ねぎ、しょうが、かつおだし、昆布だし、清酒、赤みそ(大豆)、白みそ(大豆) 塩蔵青菜、砂糖、鯉削り節、塩蔵赤しそ、食塩、かぼちゃフレーク、にんじんフレーク、みりん、酵母エキス、濃削り節粉末、食用植物油、昆布エキス、酸味料、酸化防止剤、<かつお>
8日(金)	麦ご飯 しょうが焼き丼 牛乳 根菜のみそ汁 麦ご飯 はし	精白米、強化米、米粒麦 しょうが、米油、豚肉、玉ねぎ、ぶなしめじ、三温糖、清酒、濃口醤油(大豆・小麦)、しょうが ◎ご飯にのせて食べましょう。 じゃがいも、人参、大根、切ごぼう、焼き豆腐(大豆)、長ねぎ、かつおだし、昆布だし、赤みそ(大豆)、白みそ(大豆) しょうが、食塩、醸造酢、酸味料、調味料、保存料、着色料	25日(月)	袋麺ラーメン イカの中中華炒め 牛乳 塩ラーメンスープ 袋麺ラーメン はし	小麦粉、食塩、かんすい、クチナシ色素、グリシン、<小麦> 米油、たけのこ水煮、干しいたけ、イカ、チンゲン菜、清酒、濃口醤油(大豆・小麦)、オイスターソース(かき・ほたて・魚)、食塩 しょうが、米油、焼き豚(小麦・大豆・豚)、人参、玉ねぎ、白菜、ほうれん草、長ねぎ、干しいたけ、塩ラーメンスープ(豚・小麦・大豆・ごま・ほたて・煮干)、ごま油(ごま・大豆)
11日(月)	袋麺うどん 牛乳 がんもの煮物 カレー南蛮 袋麺うどん はし・紙スプーン	小麦粉、食塩、<小麦> とり肉、大根、人参、がんもどき(大豆)、枝豆、三温糖、清酒、濃口醤油(大豆・小麦)、かつおだし、昆布だし とり肉、米油、人参、玉ねぎ、油揚げ(大豆)、干しいたけ、小松菜、長ねぎ、三温糖、そばつゆ(大豆・小麦・かつお・さば)、キングカレールー(小麦・豚・大豆・トマト)、カレー粉、かつおだし、昆布だし、でん粉 バナナピューレ、水あめ、砂糖、植物油、豆乳、大豆粉、ゲル化剤、ビタミンC、酸味料、貝Ca、加工デンプン、乳化剤、pH調整剤、香料、カロチノイド色素、<バナナ・大豆>	26日(火)	白飯 さんまのかばやき 牛乳 キャベツのおかか炒め 白飯 はし	精白米、強化米 さんま、水あめ、でん粉、小麦粉、植物性たん白、揚げ油、発酵調味料、砂糖、しょうゆ、こんぶエキス、かつお風味調味料、醸造酢、酵母エキス、ぶどう糖、食塩、香料、着色料、クエン酸鉄、増粘剤、<さんま・魚>大豆・小麦 とり肉、米油、ぶなしめじ、キャベツ、三温糖、清酒、濃口醤油(大豆・小麦)、かつお節 なす、人参、木綿豆腐(大豆)、油揚げ(大豆)、小松菜、かつおだし、昆布だし、白みそ(大豆)、赤みそ(大豆)
12日(火)	白飯 ひじきの炒り煮 牛乳 納豆 白飯 はし	精白米、強化米 とり肉、米油、人参、焼きちくわ(魚・大豆)、油揚げ(大豆)、白滝、ひじき、かつおだし、昆布だし、三温糖、清酒、濃口醤油(大豆・小麦) 大豆、納豆菌、水あめ混合異性化液糖、醤油、還元水あめ、食塩、かつおエキス、砂糖、こんぶエキス、発酵調味料、調味料、酸味料、加水、からし、醸造酢、<大豆・小麦・かつお・納豆> とり肉、米油、さつまいも、切ごぼう、人参、大根、突きこんにやく、木綿豆腐(大豆)、長ねぎ、かつおだし、昆布だし、赤みそ(大豆)、白みそ(大豆)	27日(水)	黒砂糖パン ベーコンじゃがいも洋風炒め 牛乳 ABCスープ 黒砂糖パン はし・紙スプーン	小麦粉、食塩、イースト、脱脂粉乳、ショートニング、無塩マーガリン、鶏卵、黒砂糖、<小麦・乳・大豆・卵> ベーコン(豚)、米油、じゃがいも、バセリ、とりがらだし、コンソメ(豚・魚・トマト)、こしょう スライスウインナー(豚・大豆・かつお)、米油、人参、玉ねぎ、じゃがいも、エリンギ、キャベツ、ホールコーン、ABCマカロニ(小麦)、やさいだし、コンソメ(豚・魚・トマト)、食塩、こしょう 異性化糖液糖、グラニュー糖、ポリデキストロース、果糖、ハスカップ果汁、寒天、ゲル化剤、酸味料、香料、<ハスカップ>
13日(水)	角食 牛乳 温野菜キャベツ 角食 はし	小麦粉、食塩、イースト、脱脂粉乳、砂糖、ショートニング、鶏卵、コンパウンドバター、<小麦・乳・大豆・卵> 鶏肉、砂糖、しょう油、みりん、植物油、水あめ、食塩、醸造酢、ぶどう糖、香辛料、しょうが、脱脂粉乳、卵白末、加工デンプン、増粘剤、カラメル色素、調味料、<小麦・大豆・乳・卵> 小袋エッグクア(大豆)をつけて食べましょう。	28日(木)	十六穀ご飯 牛乳 ポークカレー 十六穀ご飯 はし	精白米、強化米、十六穀飯(大豆) しょうが、にんにく、米油、豚肉、人参、玉ねぎ、じゃがいも、りんごピューレ(りんご)、ケチャップ(トマト)、ウスターソース(トマト)、オーガーカレーフレーク(小麦・豚・大豆・トマト)、キングカレールー(小麦・豚・大豆・トマト) ナチュラルチーズ、ミルクカルシウム、乳化剤、クエン酸鉄Na、<乳> キウイフルーツ、食酢
14日(木)	麦ご飯 牛乳 ほうれん草カレー コーンソテー 麦ご飯 スプーン	精白米、強化米、米粒麦 しょうが、にんにく、米油、とり肉、カレー粉、人参、玉ねぎ、じゃがいも、ほうれん草、ポーンストック(豚)、りんごピューレ(りんご)、ケチャップ(トマト)、ウスターソース(トマト)、コンソメ(豚・魚・トマト)、オーガーカレーフレーク(小麦・豚・大豆・トマト)、キングカレールー(小麦・豚・大豆・トマト)	29日(金)	白飯 牛乳 ハロウィンハンバーグ かぼちゃ団子汁 白飯 はし・紙スプーン	精白米、強化米 豚肉、玉ねぎ、豚脂、かぼちゃ、粒状植物性たん白、豚肉、水溶性食物繊維、粉末状植物性たん白、砂糖、ぶどう糖、食塩、酵母エキス、にんにくペースト、香辛料、しょうがペースト、加工デンプン、セルロース、炭酸Ca、ピロリン酸第二鉄、<豚・大豆> 小袋ソース(りんご・トマト・大豆)をつけて食べましょう。 とり肉、蒸かまぼこ(魚)、かぶ、かぼちゃもち、小松菜、長ねぎ、かつおだし、昆布だし、濃口醤油(大豆・小麦)、食塩 かぼちゃペースト、砂糖、ぶどう糖果糖液糖、水溶性食物繊維、植物油、豆乳、水あめ、大豆粉、ゲル化剤、乳化剤、pH調整剤、香料、ピロリン酸第二鉄、安定剤、<大豆>
15日(金)	白飯 マーボー大根 牛乳 中華スープ 白飯 はし・スプーン	精白米、強化米 しょうが、にんにく、米油、豚ひき肉、大根、枝豆、長ねぎ、三温糖、清酒、中華だし(小麦・大豆・ゴマ・豚・トマト)、濃口醤油(大豆・小麦)、赤みそ(大豆)、トウバンジャン(大豆)、ごま油(ごま・大豆)、でん粉 えのきたけ、干しいたけ、木綿豆腐(大豆)、たけのこ水煮、ホールコーン、ほうれん草、春雨、とりがらだし、清酒、中華だし(小麦・大豆・ゴマ・豚・トマト)、濃口醤油(大豆・小麦)、ごま油(ごま・大豆)、でん粉、全卵、脱脂粉乳、ぶどう糖果糖液糖、砂糖、全粉乳、ゼラチン、寒天、乳酸カルシウム、香料、ピロリン酸鉄、<乳・豚>	◎5日(火) 銀聖メニュー ◎7日(木) 目の愛護デーメニュー ◎29日(金) ハロウィンメニュー 今月の浦河産食材 ●お米/ななつぼし(一般米) ●日高こんぶ(だし用) ●にんにく(14日) ●大根(19日) ●長ねぎ(29日) ●じゃがいも(8日、14日、20日、22日、27日) お米と昆布は毎月使っています。それ以外の食材は使用日も書いています。 ■アレルギー表示は加工食品のみにさせていただきます。ご了承ください。■加工食品、調味料には、その食品に含まれている材料を記載しています。食材の割合や同一製造ラインで、使用した別製品を製造している場合などにおける特定原材料に関しては、記載しておりませんので、ご不明な点は給食センター(0146-25-2515)までお問い合わせください。		