令和3年（2021年）11月　　中学校給食献立表［ アレルギー対象食品使用献立一覧表 ］　　貝塚市学校給食会

日・曜日	献立名	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	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	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ごま	アーモンド
1日(月)	牛乳				●																								
	炊き込みご飯	●																●	●										
	さつまいもの煮物	●																●		●									
	わかさぎのから揚げ																												
	みそ汁																	●											
2日(火)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	豆腐チゲ	●																●		●				●				●	
	揚げ春巻	●																●		●									
	バンバンジーサラダ	●																●	●	●					●			●	
	つぼ漬け	●																●											
4日(木)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	ガパオライス	●																●	●									●	
	じゃがいものマヨネーズ焼き																												
	ツナとキャベツのごまあえ	●																●										●	
	黒砂糖豆																	●											
5日(金)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	麻婆豆腐	●																●	●	●								●	
	いかのチリソース	●								●								●										●	
	ちくわの磯辺揚げ・キャベツとハムの炒め物	●																●	●	●									
	パイン缶																												
8日(月)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	豚肉のしょうが炒め	●																●		●									
	かぼちゃの煮物	●																●											
	ほうれん草のサラダ																		●										
	ふりかけ																												
9日(火)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	カレーライス	●																●		●					●				
	チキンカツ	●																	●										
	茎わかめのサラダ																												
	福神漬け	●																●											
10日(水)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	じゃがいものうま煮	●								●								●		●									
	チンジャオロース	●																●		●									
	ホキのバーベキューソース	●																●							●				
	アーモンド																												●
11日(木)	アシドミルク				●																								
	ごはん																												
	豚肉の香り炒め	●																●		●									
	豆のトマト煮	●																●	●	●					●				
	弁三絲	●																●		●								●	
	しば漬け																	●											
12日(金)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	豚キムチ	●																●		●					●				●
	ミートボールの和風あんかけ	●																●	●	●									●
	チンゲン菜とささみの炒め物	●																●	●	●									
	フルーツカクテル																												
15日(月)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	チキン南蛮・ゆでキャベツ	●																●	●										
	切り干し大根の炒め煮	●																●											
	ごまあえ・ゆでウインナー	●																●	●									●	
	タルタルソース																	●							●				
16日(火)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	あじのハーブフリッター	●																											
	春雨のひき肉炒め	●																●		●								●	
	大根のツナサラダ	●																●											
	大学いも																	●										●	

日・曜日	献立名	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	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	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ごま	アーモンド
17日(水)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	中華うま煮	●		●			●											●	●	●								●	
	きんぴら	●																●										●	
	コロッケ・ゆでキャベツ	●																●						●					
	みかん缶																												
18日(木)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	いわしのかば焼き	●																●											
	じゃがいものそぼろ煮	●																●		●									
	煮浸し・鶏つくねの煮物	●																●	●									●	
	大根の即席漬け	●																●										●	
19日(金)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	豚肉のねぎ塩丼																			●								●	
	たらのごま揚げ	●																●										●	
	ポテトサラダ																			●									
	ひじきのポン酢あえ	●																●											
22日(月)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	ちゃんこ鍋	●																●	●										
	ベーコンポテト																												
	海藻サラダ	●																●	●									●	
	小魚佃煮	●																●										●	
24日(水)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	さばの香味揚げ・いんげんの炒め物	●															●	●											
	高野豆腐の煮物	●																●											
	冷しゃぶサラダ	●																●		●								●	
	のりの佃煮	●																●											
25日(木)	コーヒー牛乳				●																								
	コッペパン	●																											
	クリームシチュー	●			●		●											●	●	●									
	もやしのカレーソテー	●																●	●	●				●					
	あじフライ・ゆでキャベツ	●																●						●					
	いちごジャム																												
26日(金)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	鮭のおろしたまねぎだれ	●														●		●											
	そぼろふりかけ	●																●		●									
	キャベツと卵の炒め物	●		●														●	●	●									
	金時豆の甘煮	●																●											
29日(月)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	和風ハンバーグ・もやしの炒め物	●																●	●	●									
	イタリアンスパゲッティ	●																●		●				●					
	ツナとひじきのサラダ	●																●										●	
	りんご缶																							●					
30日(火)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	鶏肉と大根の韓国風煮物	●																●	●	●								●	
	蒸ししゅうまい	●																●		●								●	
	ホキのマリネ	●																●											
	ごま蜜もち	●																●										●	

今の時期が旬の食べもの

さんま

さけ

さといも

まさば

まいわし

さつまいも

旬の時期は地域によって差がありますので、あくまで参考にしてください。

はくさい

にんじん

ほうれん

献立は内容を一部変更する場合があります。