令和4年（2022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

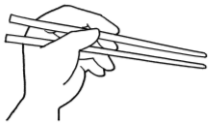
日・曜日	献立名	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ごま	アーモンド
1日(火)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	豚肉の香り炒め	●																●		●									
	大根の洋風煮	●																●	●	●									
	揚げ春巻・ふかしいも	●																●		●									
	ふりかけ																											●	
2日(水)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	豆腐チゲ	●																●		●				●				●	
	キャベツとベーコンの炒め物	●																●	●	●									
	ホキのバーベキューソース	●																●						●					
	フルーツミックス																												
4日(金)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	和風ハンバーグ・もやしの炒め物	●																●	●	●									
	ペンネのミートソース	●																●	●	●				●					
	キャベツとツナのサラダ	●																●										●	
	しば漬け																	●											
7日(月)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	タコライス	●																●	●	●				●					
	カレーボール	●																●	●	●				●					
	海藻サラダ	●																●											
	ベビーチーズ				●																								
8日(火)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	さんまのかば焼き	●																●											
	ベーコンポテト																			●									
	高野豆腐の卵とじ	●		●														●											
	フルーツカクテル																					●							
9日(水)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	酢豚	●																●	●	●								●	
	肉まん	●																●	●	●									
	もやしのナムル	●																●		●								●	
	大学いも																	●											
10日(木)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	豚キムチ	●																●		●				●				●	
	春雨のひき肉炒め	●																●		●								●	
	大根のツナサラダ	●																●											
	黒砂糖豆																	●											
11日(金)	牛乳				●																								
	コッペパン	●																											
	トマトクリームシチュー	●			●													●	●	●									
	ペペロンチーノ	●																●		●									
	たらフライ・ゆでキャベツ	●																●						●					
	いちごジャム																												
14日(月)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	鶏肉のから揚げ	●																●	●										
	野菜ソテー	●																●	●	●									
	ポテトサラダ																			●									
	鮭そぼろ															●												●	
15日(火)	アシドミルク				●																								
	ごはん																												
	さばの山椒揚げ・いんげんの炒め物	●															●	●											
	大豆の磯煮	●																●											
	冷しゃぶサラダ	●																●		●								●	
	みたらし団子	●																●											
16日(水)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	ポークチャップ																	●		●				●					
	もやしとにらの炒め物	●																●		●									
	里芋コロッケ・ゆでキャベツ	●																●	●					●					
	のりの佃煮	●																●											

献立は内容を一部変更する場合があります。

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(木)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	鮭のおろしたまねぎだれ	●														●		●											
	ツナごぼう炒め	●																●											
	バンバンジーサラダ	●																●	●	●					●			●	
	みかん缶																												
18日(金)	牛乳				●																								
	ひじきごはん	●																●	●										
	鶏肉と大根の韓国風煮物	●																●	●	●								●	
	チャプチェ	●												●				●										●	
	チンゲン菜のナムル	●																●		●								●	
	やわらか黒豆																	●											
21日(月)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	カレーライス	●												●				●		●				●					
	ヒレカツ	●																		●									
	茎わかめのサラダ	●																●	●									●	
	福神漬け	●																●											
22日(火)	ジョア（ストロベリー）				●																								
	菜めし																												
	ちゃんこ鍋	●																●	●										
	揚げぎょうざ	●																●		●								●	
	ごまあえ・ちくわの煮物	●																●										●	
	パイン缶																												
24日(木)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	親子丼	●		●														●	●										
	きんぴら	●																●										●	
	みそ汁																	●											
25日(金)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	さつまいもの煮物	●																●		●									
	そぼろふりかけ	●																●		●									
	さわらのレモンしょうゆかけ	●																●											
	キャベツのおかかあえ	●																●											
28日(月)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	筑前煮	●																●	●										
	わかさぎの天ぷら	●																											
	ほうれん草のサラダ																			●									
	アーモンド																												●
29日(火)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	さんまのみぞれあんかけ	●																●											
	茎わかめの炒め煮	●																●		●								●	
	野菜サラダ																												
	ふりかけ																												
30日(水)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	中華丼	●								●								●	●	●								●	
	揚げしゅうまい	●																●		●								●	
	中華あえ	●																●		●								●	
	杏仁豆腐				●																								

はしを上手に使おう

和食の食事作法は「はしに始まり、はしに終わる」といわれるほど、はしの使い方はとても重要です。正しい持ち方や使い方を身につけましょう。

右ききの場合

左ききの場合