

学校給食 10月号 (A)

豊中市教育委員会
第 696 号

お問い合わせ
(6843)-9101 学校給食課
(6151)-4107 原田南学校給食センター
(6152)-9501 走井学校給食センター

学校給食予定献立表

令和 4 年 (2022年) 10月

栄養三色

- 赤…からだをつくる食品
- 黄…熱や力のもとになる食品
- 緑…からだの調子を整える食品

<食品名の左に表示している記号「○・●・▲」について>

- アレルギー表示が義務付けられている 7 品目
- 「学校給食用パン及び年間使用食品の配合表について」(年度当初に配布)に表示している食品
- ▲ 当月分の「学校給食用半製品・加工品の配合表」に表示している食品

実施日	献立名	アレルゲン加工品	食品名	重量 g	栄養三色	実施日	献立名	アレルゲン加工品	食品名	重量 g	栄養三色
10月3日(月)	ごはん		こめ	70	黄	10月6日(木)	コッペパン1こ	●	コッペパン1こ	1こ	黄赤
	ぎゅうにゅう	○	ぎゅうにゅう	1ぼん	赤		コッペパン1こ	○	ぎゅうにゅう	1ぼん	赤
	のりかつおふりかけ	●	のりかつおふりかけ	1ぶくろ	赤		たまごスープ	○	とりにく	10	赤
	わかめのみそしる		ぶたにく	10	赤黄		たまごスープ	○	たまご	20	赤
			じゃがいも	20	黄		たまごスープ	○	にんじん	5	赤
			にんじん	5	赤		たまごスープ	○	たまねぎ	25	赤
			たまねぎ	25	赤		たまごスープ	○	ほししいたけ	0.3	赤
			わかめ	0.5	赤		たまごスープ	○	あおねぎ	5	赤
			にぼしこ	0.4	赤		たまごスープ	○	● チキンスープ	8	赤
			みそ	7.5	赤		たまごスープ	○	● でんぶん	1	黄
10月4日(火)	にくだんごのてりやき	▲	なたねあぶら	0.1	黄	やさいジュウマイ	▲	やさいジュウマイ	2こ	赤	
			にくだんご(フライ済み)	50	赤	ツチサソ	●	まぐろ(レドルト)	15	赤	
			さとう	1.5	黄	ドレスシング(クラス1本)	●	とうもろこし	10	赤	
			みりん	1	黄		●	キャベツ	20	赤	
			しょうゆ	2	黄		●	しょうゆ	0.3	赤	
			でんぶん	0.3	黄		●	しょうゆ	0.1	赤	
			ツナとみずなのいためもの	15	赤	ヨーグルトプラス(直送)	▲	マヨネーズふうドレスシング(クラス1本)	5	黄	
			にんじん	5	赤	ヨーグルトプラス	▲	ヨーグルトプラス	1こ	赤	
			みずな	20	赤						
			もやし	10	赤						
10月5日(水)	レモンゼリー	▲	レモンゼリー	70	黄	ごはん		こめ	70	黄	
			なたねあぶら	5	黄	ぎゅうにゅう	○	ぎゅうにゅう	1ぼん	赤	
			しょうゆ	0.5	黄	ぎゅうにゅう	○	とりにく	10	赤	
			しょうゆ	0.2	黄	はっとじる	▲	あぶらふ	3	赤	
			しょうゆ	0.1	黄		▲	すいとん	20	赤	
			しょうゆ	0.1	黄		▲	にんじん	10	赤	
			しょうゆ	0.1	黄		▲	たまねぎ	15	赤	
			しょうゆ	0.1	黄		▲	しめじ	5	赤	
			しょうゆ	0.1	黄		▲	あおねぎ	5	赤	
			しょうゆ	0.1	黄		▲	だしパック	2	赤	

食事の前には手をきれいに洗いましょう。

実施日	献立名	アレルゲン加工品	食品名	重量 g	栄養三色	実施日	献立名	アレルゲン加工品	食品名	重量 g	栄養三色
10月12日(水)	ごはん		こめ	70	黄	10月18日(火)	コッペパン1こ	●	コッペパン1こ	1こ	黄
	ぎゅうにゅう	○	ぎゅうにゅう	1ぼん	赤		コッペパン1こ	○	ぎゅうにゅう	1ぼん	赤
	ごもくじる	●	なるとかまぼこ	5	赤		チョコレートクリーム	●	チョコレートクリーム	1ぶくろ	赤
			うすあげ	3	赤		チリビーンズ		だいず(レドルト)	15	赤
			いたこんにゃく	10	赤				じゃがいも	50	赤
			にんじん	10	赤				にんじん	15	赤
			たまねぎ	15	赤				たまねぎ	50	赤
			みつば	3	赤				エリンギ	10	赤
			しめじ	5	赤				● ポークスープ	5	赤
			だしパック	2	赤				● トマトソース	11	赤
10月13日(木)	ごはん		こめ	70	黄			● トマトケチャップ	11	赤	
	ぎゅうにゅう	○	ぎゅうにゅう	1ぼん	赤			● トウバンジャン	0.08	赤	
	ごもくじる	●	なるとかまぼこ	5	赤			● ウスターソース	2	赤	
			うすあげ	3	赤			しお	0.4	赤	
			いたこんにゃく	10	赤			こしょう	0.025	赤	
			にんじん	10	赤			なたねあぶら	0.1	赤	
			たまねぎ	15	赤			▲ チキンナゲット	2こ	赤	
			みつば	3	赤			▲ チキンナゲット	2こ	赤	
			しめじ	5	赤			● まぐろ(レドルト)	10	赤	
			だしパック	2	赤			● にんじん	10	赤	
10月14日(金)	ごはん		こめ	70	黄			● れんこん	20	赤	
	ぎゅうにゅう	○	ぎゅうにゅう	1ぼん	赤			しろうりごま	1	赤	
	ごもくじる	●	なるとかまぼこ	5	赤			● しょうゆ	0.5	赤	
			うすあげ	3	赤			● マヨネーズふうドレスシング	0.5	赤	
			いたこんにゃく	10	赤						
			にんじん	10	赤						
			たまねぎ	15	赤						
			みつば	3	赤						
			しめじ	5	赤						
			だしパック	2	赤						

食事の前には手をきれいに洗いましょう。

