

学校給食 10月号 (B)

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	アレルギー加工品	食品名	重量 g	栄養三色	実施日	献立名	アレルギー加工品	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)	さつまいもパン1こ		●さつまいもパン1こ	1こ	黄
	きゅうにゅう		○きゅうにゅう	1ぼん	赤		きゅうにゅう		○きゅうにゅう	1ぼん	赤
	たんたんビーフン		あいきに	15	赤		かたぬきチニース		▲かたぬきチニース	1こ	赤
			▲クイッティオ	6	黄		こめマカロニスープ		ぶたにく	10	赤
			▲たけのこ(水煮)	10	緑		にんじん		にんじん	10	赤
			チンゲンサイ	15	緑		たまねぎ		たまねぎ	30	赤
			しろねぎ	15	緑		パセリ		パセリ	0.2	緑
			つちしょうが	0.5	緑		エリンギ		エリンギ	5	緑
			おろしにんにく	0.5	緑		●こめツイストマカロニ		●こめツイストマカロニ	3	黄
			●ポークスープ	8	赤		●ポークスープ		●ポークスープ	5	赤
10月4日(火)	ごはん		こめ	70	黄	10月7日(金)	ごはん		こめ	70	黄
	きゅうにゅう		○きゅうにゅう	1ぼん	赤		きゅうにゅう		○きゅうにゅう	1ぼん	赤
	くらまめきなごクリーム		●くらまめきなごクリーム	1ぶくら	黄		じゃがいもの		●じゃがいもの	20	赤
	チンゲンサイのスープ		ぶたにく	10	赤		カレーそばろに		●ねじりこんにやく	20	赤
			にんじん	10	赤				●じゃがいも	50	黄
			たまねぎ	25	赤				●にんじん	20	赤
			チンゲンサイ	20	赤				●たまねぎ	40	赤
			●ポークスープ	5	赤				●さつまいも	5	黄
			●しょうゆ	1.6	黄				●さつまいも	0.2	黄
			しお	0.6	黄				●さけ(酒)	1	黄
10月5日(水)	ごはん		こめ	70	黄	10月11日(火)	ごはん		こめ	70	黄
	きゅうにゅう		○きゅうにゅう	1ぼん	赤		ごはん		こめ	70	黄
	ごもくじ		とりにく	10	赤		きゅうにゅう		○きゅうにゅう	1ぼん	赤
			●なるとかまぼこ	5	赤		じゃがいもと		●じゃがいも	20	赤
			●うすあげ	3	赤		ワインナーのスープ		●ワインナーソーゼージ	5	赤
			●いたごんにやく	10	赤				●にんじん	5	赤
			にんじん	10	赤				●たまねぎ	25	赤
			たまねぎ	15	赤				●じゃがいも	25	赤
			みつば	3	赤				●とうみょう	3	赤
			しめじ	5	赤				●しょうゆ	1.6	黄
10月12日(水)	ごはん		こめ	70	黄	10月13日(木)	ごはん		こめ	70	黄
	きゅうにゅう		○きゅうにゅう	1ぼん	赤		きゅうにゅう		○きゅうにゅう	1ぼん	赤
	ごもくじ		とりにく	10	赤		ごはん		こめ	70	黄
			●なるとかまぼこ	5	赤		きゅうにゅう		○きゅうにゅう	1ぼん	赤
			●うすあげ	3	赤		じゃがいも		●じゃがいも	20	赤
			●いたごんにやく	10	赤		カレーそばろに		●ねじりこんにやく	20	赤
			にんじん	10	赤				●じゃがいも	50	黄
			たまねぎ	15	赤				●にんじん	20	赤
			みつば	3	赤				●たまねぎ	40	赤
			しめじ	5	赤				●さつまいも	5	黄
10月17日(月)	ごはん		こめ	70	黄	10月18日(火)	ごはん		こめ	70	黄
	きゅうにゅう		○きゅうにゅう	1ぼん	赤		ごはん		こめ	70	黄
	ごもくじ		とりにく	10	赤		きゅうにゅう		○きゅうにゅう	1ぼん	赤
			●なるとかまぼこ	5	赤		じゃがいもと		●じゃがいも	20	赤
			●うすあげ	3	赤		ワインナーのスープ		●ワインナーソーゼージ	5	赤
			●いたごんにやく	10	赤				●にんじん	5	赤
			にんじん	10	赤				●たまねぎ	25	赤
			たまねぎ	15	赤				●じゃがいも	25	赤
			みつば	3	赤				●とうみょう	3	赤
			しめじ	5	赤				●しょうゆ	1.6	黄
10月18日(火)	ごはん		こめ	70	黄	10月19日(水)	ごはん		こめ	70	黄
	きゅうにゅう		○きゅうにゅう	1ぼん	赤		きゅうにゅう		○きゅうにゅう	1ぼん	赤
	ごもくじ		とりにく	10	赤		じゃがいもと		●じゃがいも	20	赤
			●なるとかまぼこ	5	赤		ワインナーのスープ		●ワインナーソーゼージ	5	赤
			●うすあげ	3	赤				●にんじん	5	赤
			●いたごんにやく	10	赤				●たまねぎ	25	赤
			にんじん	10	赤				●じゃがいも	25	赤
			たまねぎ	15	赤				●とうみょう	3	赤
			みつば	3	赤				●しょうゆ	1.6	黄
			しめじ	5	赤				しお	0.6	黄
10月21日(金)	ごはん		こめ	70	黄	10月22日(土)	ごはん		こめ	70	黄
	きゅうにゅう		○きゅうにゅう	1ぼん	赤		ごはん		こめ	70	黄
	ごもくじ		とりにく	10	赤		きゅうにゅう		○きゅうにゅう	1ぼん	赤
			●なるとかまぼこ	5	赤		じゃがいもと		●じゃがいも	20	赤
			●うすあげ	3	赤		ワインナーのスープ		●ワインナーソーゼージ	5	赤
			●いたごんにやく	10	赤				●にんじん	5	赤
			にんじん	10	赤				●たまねぎ	25	赤
			たまねぎ	15	赤				●じゃがいも	25	赤
			みつば	3	赤				●とうみょう	3	赤
			しめじ	5	赤				●しょうゆ	1.6	黄

食事の前には手をきれいに洗いましゅう。

実施日	献立名	アレルギー加工品	食品名	重量 g	栄養三色	実施日	献立名	アレルギー加工品	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)	ロールパン2こ		●ロールパン2こ	1しよく	黄
	きゅうにゅう		○きゅうにゅう	1ぼん	赤		きゅうにゅう		○きゅうにゅう	1ぼん	赤
	ハヤシライス		とりにく	20	赤		ぶたにくとキャベツのスープ		ぶたにく	15	赤
			にんじん	20	赤				たまねぎ	5	赤
			たまねぎ	80	赤				たまねぎ	15	赤
			ブラウンマッシュルーム	10	赤				キャベツ	30	赤
			●ポークスープ	10	赤				おろしにんにく	0.1	赤
			●トマトソース	12	赤				●ポークスープ	5	赤
			●トマトケチャップ	11	赤				●しょうゆ	1.6	黄
			○こむぎこ	5	黄				しお	0.6	黄
10月13日(木)	ごはん		こめ	70	黄	10月19日(水)	わかめごはん		こめ	70	黄
	きゅうにゅう		○きゅうにゅう	1ぼん	赤		きゅうにゅう		○きゅうにゅう	1ぼん	赤
	たまごスープ		とりにく	10	赤		わかめごはん		▲わかめごはんのもと	2.2	黄
			たまご	20	赤		きゅうにゅう		○きゅうにゅう	1ぼん	赤
			にんじん	5	赤		とうふのみそしる		●とうふ	25	赤
			たまねぎ	25	赤				●うすあげ	3	赤
			ほししいたけ	0.3	赤				●にんじん	10	赤
			あおねぎ	5	赤				●たまねぎ	20	赤
			●チキンスープ	8	赤				●あおねぎ	5	赤
			●でんぶん	1	黄				だしこんぶ	0.2	赤
10月14日(金)	ごはん		こめ	70	黄	10月20日(木)	ごはん		こめ	70	黄
	きゅうにゅう		○きゅうにゅう	1ぼん	赤		きゅうにゅう		○きゅうにゅう	1ぼん	赤
	はっとじる		とりにく	5	赤		さけのたまごみそかけ		●さけ(酒)	1	黄
			▲あぶらふ	3	黄				●さとう	2	黄
			▲すいとん	20	黄				●しょうゆ	2	黄
			にんじん	10	赤				しお	0.1	黄
			たまねぎ	15	赤				なたねあぶら	0.1	黄
			しめじ	5	赤				●だしパック	2	黄
			●しょうゆ	1.5	黄				○きゅうにゅう	1ぼん	赤
			しお	0.6	黄				●レーズンクリーム	1ぶくら	黄
10月17日(月)	ごはん		こめ	70	黄	10月21日(金)	ごはん		こめ	70	黄
	きゅうにゅう		○きゅうにゅう	1ぼん	赤		ごはん		こめ	70	黄
	こめごちキンカレーライス		とりにく	20	赤		きゅうにゅう		○きゅうにゅう	1ぼん	赤
			にんじん	20	赤		じゃがいもと		●じゃがいも	20	赤
			たまねぎ	60	赤		ワインナーのスープ		●ワインナーソーゼージ	5	赤
			じゃがいも	50	黄				●にんじん	15	赤
			●ポークスープ	5	赤				●たまねぎ	15	赤
			●しょうゆ	1.6	黄				●じゃがいも	50	黄
			しお	0.5	黄				●だいこん	30	赤
			こしょう	0.025	黄				●こんぶ(角切り)	1	赤
10月18日(火)	ごはん		こめ	70	黄	10月22日(土)	ごはん		こめ	70	黄
	きゅうにゅう		○きゅうにゅう	1ぼん	赤		ごはん		こめ	70	黄
	ごもくじ		とりにく	10	赤		きゅうにゅう		○きゅうにゅう	1ぼん	赤
			●なるとかまぼこ	5	赤		じゃがいもと		●じゃがいも	20	赤
			●うすあげ	3	赤		ワインナーのスープ		●ワインナーソーゼージ	5	赤
			●いたごんにやく	10	赤				●にんじん	5	赤
			にんじん	10	赤				●たまねぎ	15	赤
			たまねぎ	15	赤				●じゃがいも	25	赤
			みつば	3	赤				●とうみょう	3	赤
			しめじ	5	赤				●しょうゆ	1.6	黄

