

2024年

10月 学校給食 予定献立表

日	曜日	献立名		[1,2群] 体を作る食品	[3,4群] 体の調子を整える食品	[5,6群] エネルギーとなる食品	[その他] 調味料等	エネルギー	蛋白質 (g)
15	火	★牛乳		★牛乳				774	32.5
		(★中華麺)				★中華麺			
		味噌ラーメン	(汁)	豚肉 大豆ミート	もやし 長葱 生姜 にんにく だけのご コーン 干し椎茸	ごま油 三温糖 でん粉	赤みそ 京桜みそ オイスターソース トウモロコシ ガラボン(豚骨)		
		しゅうまい		しゅうまい					
		柚子香和え			大根 人参 きゅうり ゆず	三温糖 ごま			
16	水	★さつま芋スティック				★さつま芋スティック		808	28.0
		★牛乳		★牛乳					
		ご飯				米			
		油淋鶏(コーリンチー)		鶏肉	長葱 生姜	小麦粉 米粉 揚げ油 ごま油 三温糖			
		じゃが芋の香味和え		のり		じゃが芋 ごま			
17	木	ワンタンスープ			もやし 白菜 にら 長葱 人参 さくらげ	ワンタン ごま油	ガラボン(豚骨)	875	24.2
		★牛乳		★牛乳					
		バブリカライスの クリームソース かけ	(バブリカライス) (クリームソース)	鶏肉 牛乳 チーズ	玉葱 人参 しめじ グリンピース	米 麦 サラダ油 小麦粉 バター 生クリーム	バブリカパウダー チキンスープ		
		焼き栗コロッケ				コロッケ 揚げ油			
		ひじきのサラダ		ひじき	キャベツ きゅうり コーン 人参 レモン果汁 ソテーオニオン	サラダ油 三温糖			
18	金	★ラフランスゼリー					★ラフランスゼリー	805	30.4
		★牛乳		★牛乳					
		ご飯(地場産米)				米			
		厚揚げと里芋のごま味噌煮		厚揚げ 鶏肉	人参 ごぼう さやいんげん	三温糖 里芋 こんにゃく サラダ油 ごま	赤みそ だし(昆布)		
		きびなごのサクサク揚げ		きびなごサクサク揚げ		揚げ油			
21	月	ゆかり和え			キャベツ きゅうり 人参		ゆかり	737	23.6
		★牛乳		★牛乳					
		メイプルトースト				食パン バター グラニュー糖 メイプルシロップ			
		ボトフ		ウインナー	玉葱 キャベツ 人参 かぶ セロリ	じゃが芋	チキンスープ ローリエパウダー		
		大根とブロッコリーのサラダ			大根 ブロッコリー きゅうり 人参 コーン レモン果汁	サラダ油 三温糖	マヨネーズ風味調味料		
22	火	★牛乳		★牛乳				715	30.1
		ガーリックピラフ		牛肉	にんにく 玉葱 人参 赤ピーマン グリンピース コーン	米 麦 バター サラダ油			
		チーズオムレツ		オムレツ					
		豆腐のスープ煮		鶏肉 豆腐	玉葱 人参 えのき茸 小松菜	サラダ油 でん粉	ガラボン(豚骨)		
		★ヨーグルト		★ヨーグルト					
23	水	★牛乳		★牛乳				760	31.7
		ご飯				米			
		手作りのりつくだ煮		のり		三温糖			
		かれい立田揚げ		かれい立田揚げ		揚げ油			
		白菜の梅おかか和え		かつお節	白菜 小松菜 人参	三温糖	練り梅		
24	木	さつま汁		鶏肉	大根 人参 長葱	さつま芋 こんにゃく サラダ油	赤みそ 白みそ だし(昆布)	805	26.4
		★ジョア(マスカット)		★ジョア(マスカット)					
		★ソフトフランスパン				★ソフトフランスパン			
		チキンのパイ包み クリームソース かけ	(チキンのパイ包み) (クリームソース)	鶏肉 卵	小松菜 しめじ 玉葱 人参 セロリ	パイシート オリーブ油 小麦粉 バター	チキンスープ		
		ヨーロツパ野菜たっぷりスープ		ベーコン	にんにく 玉葱 人参 セロリ ピーツ バターナッツかぼちゃ カーボロネロ トマト缶	オリーブ油	チキンスープ ローリエパウダー		
25	金	ブラマンジェ県産ブルーベリーソース		牛乳 寒天	ブルーベリー	生クリーム グラニュー糖	パニラエッセンス ブルーベリーソース	850	26.2
		★牛乳		★牛乳					
		バターチキン カレー	(ターメリックライス) (ルウ)	鶏肉 フレーンヨーグルト 牛乳	にんにく 生姜 玉葱 トマト缶 ソテーオニオン トマトペースト	米 麦 にんにく ターメリック サラダ油 生クリーム バター 三温糖	ターメリック カレー粉		
		バイクドポテト				じゃが芋 バター			
		コーンサラダ			キャベツ きゅうり コーン 人参 レモン果汁 ソテーオニオン	サラダ油 三温糖			

日	曜日	献立名	[1,2群] 体を作る食品	[3,4群] 体の調子を整える食品	[5,6群] エネルギーとなる食品	[その他] 調味料等	エネルギー	蛋白質 (g)
28	月	★牛乳 ご飯 肉団子の酢豚府風 わかめスープ りんご	★牛乳 肉団子 わかめ	玉葱 人参 しめじ ビーマン 赤ビーマン 黄ビーマン だけのこ もやし 長葱 小松菜 人参 えのき茸 コーン りんご	米 揚げ油 サラダ油 三温糖 でん粉 ごま油 ごま でん粉	トマトケチャップ ガラボン(豚骨)	757	23.6
29	火	★牛乳 ★黒パン 赤魚のバジルフライ かぼちゃとお豆のサラダ かき玉スープ	★牛乳 赤魚バジルフライ 大豆 金時豆 手ご豆 チーズ ヨーグルト ベーコン 卵	枝豆 かぼちゃ 玉葱 ほうれん草 人参 えのき茸	★黒パン 揚げ油 じゃが芋 さつま芋 サラダ油 でん粉	マヨネーズ風味調味料 ガラボン(豚骨)	806	30.6
30	水	★牛乳 三色そぼろ丼 (麦ご飯) (肉そぼろ) (炒り卵) 大学芋 餃子スープ	★牛乳 鶏肉 大豆ミート 炒り卵	生姜 グリーンピース もやし 白菜 にら 長葱 人参 さくらげ	米 麦 サラダ油 三温糖 サラダ油 三温糖 さつま芋 揚げ油 三温糖 ごま 水餃子 ごま油	ガラボン(豚骨)	865	29.3
31	木	★牛乳 ミートビーンズ (スパゲッティ) スパゲッティ (ソース) 海藻サラダ (★ドレッシング) 手作りパンプキンマフィン	★牛乳 豚肉 牛肉 大豆ミート 海藻ミックス 牛乳 卵	玉葱 にんにく ソテーオニオン マッシュルーム トマト缶 トマトペースト もやし 大根 きゅうり コーン かぼちゃ かぼちゃペースト	スパゲッティ オリーブ油 オリーブ油 ホットケーキミックス パター グラニュー糖	ハヤシルウ 中濃ソース トマトケチャップ ローリエパウダー ★ドレッシング	753	29.0
回数	※「その他」に含まれる以下の食品については、記載を省略しています							平均
13	食塩 2.0g しょうゆ しょうゆ 穀物酢 本みりん 料理酒(清酒・赤ワイン・白ワイン) 強化米	※ ★のマークがついているものは、個包装されています。						793 28.1

シェフ給食を実施します

10月24日はシェフ給食を実施します。浦和区にある「カジュアルフレンチ アミー」の合田シェフに考案していただいた献立です。お楽しみに♪

《メニューの紹介》

★チキンのパイ包みクリームソースかけ★

鶏肉をパイ生地で包んで焼き、野菜たっぷりのホワイトソースと一緒にいただきます。

★ヨーロッパ野菜たっぷりのスープ★

ビーツ、カーボロネロ、バターナッツかぼちゃなどのヨーロッパ野菜を使います。スープは、ビーツの色が溶け出して鮮やかな赤色になります。

★ブラマンジェ県産ブルーベリーソース★

口溶けなめらかなブラマンジェに、埼玉県産のブルーベリーで作ったソースをかけます。

【バターナッツかぼちゃ】



【ヨーロッパ野菜 たっぷりのスープ】



【チキンのパイ包み クリームソースかけ】



【ビーツ】



【カーボロネロ】

