10 月 の 献 立

	献立名（材料名）	アレルギー代替食・栄養価 ※玉：たまごアレルギー ・ 乳：牛乳・乳製品アレルギー		使用調味料等			
10/7（月） ごはん 給食	カレーライス(牛肉、じゃが芋、玉ねぎ、にんじん、 カレールウ、ホワイトルウ、ガーリック) バナナ			醤油		和風だし	
				ﾏﾖﾈｰｽﾞ		中華だし	
				ｹﾁｬｯﾌﾟ		コンソメ	○
				ソース	○	ごま油	
		エネルギー： 471kcal ／ たんぱく質： 9.5g ／ 脂質： 9.4g					
10/10（木） ごはん 給食	ハンバーグ(デミグラスソース、トマトソース) フライドポテト　グリンリーフ　ケチャップスパゲティ 煮付(南瓜、がんもどき、生麩) お浸し(チンゲン菜、花かつお) 豆乳フルーチェ(ぶどうフルーチェの素、牛乳、豆乳、レーズン)	豆乳フルーチェ → ゼリー	乳	醤油	○	和風だし	
				ﾏﾖﾈｰｽﾞ		中華だし	
				ｹﾁｬｯﾌﾟ	○	コンソメ	
				ソース	○	ごま油	
		エネルギー： 409kcal ／ たんぱく質： 10.8g ／ 脂質： 10.9g					
10/17（木） ごはん 給食	ハム巻サラダフライ　シューマイ 焼ビーフン（ビーフン、豚肉、たけのこ、キャベツ、 にんじん、オイスターソース）　グリンリーフ そぼろ煮(れんこん、厚揚げ、こんにゃく、鶏ミンチ) 玉ねぎ天　白桃缶	ハム巻サラダフライ → ハムカツ	玉	醤油	○	和風だし	
				ﾏﾖﾈｰｽﾞ		中華だし	
				ｹﾁｬｯﾌﾟ		コンソメ	
				ソース	○	ごま油	
		エネルギー： 431kcal ／ たんぱく質： 10.5g ／ 脂質： 14g					
10/21（月） ごはん 給食	カレーピラフ(合びきミンチ、たまご、赤パプリカ、 玉ねぎ、グリンピース、カレー粉) コーンクリームフライ プチゼリー　グリンリーフ コンソメスープ（ベーコン、玉ねぎ、キャベツ、にんじん）	カレーピラフ → たまご抜き コーンクリームフライ → コーンコロッケ	玉 乳	醤油		和風だし	
				ﾏﾖﾈｰｽﾞ		中華だし	
				ｹﾁｬｯﾌﾟ	○	コンソメ	○
				ソース		ごま油	
		エネルギー： 449kcal ／ たんぱく質： 10.2g ／ 脂質： 15.4g					
10/24（木） ごはん 給食	えびマヨ(えびフリッター) ポテトフライ　サニーレタス 炒り豆腐（豆腐、たまご、玉ねぎ、にんじん、グリンピース） 酢の物(きゅうり、わかめ、チリメン) りんご	えびマヨ → アレルギー用マヨネーズ 炒り豆腐 → たまご抜き	玉 玉	醤油	○	和風だし	
				ﾏﾖﾈｰｽﾞ	○	中華だし	
				ｹﾁｬｯﾌﾟ	○	コンソメ	
				ソース		ごま油	
		エネルギー： 424kcal ／ たんぱく質： 8.6g ／ 脂質： 15.1g					
10/28（月） ごはん 給食	コーンコロッケ　ロースハム もやし炒め(もやし、豚肉、にら) ごぼうのごまサラダ　グリンリーフ ねじりこんにゃくの煮付　のり巻き揚げ パイン缶	ごぼうのごまサラダ → アレルギー用サラダ	玉	醤油	○	和風だし	
				ﾏﾖﾈｰｽﾞ	○	中華だし	
				ｹﾁｬｯﾌﾟ		コンソメ	
				ソース	○	ごま油	
		エネルギー： 407kcal ／ たんぱく質： 8.3g ／ 脂質： 12.4g					
10/31（木） ごはん 給食	クリームポトフ(鶏肉、じゃが芋、玉ねぎ、コーン、 クリームコーン、ミックスベジタブル、牛乳、ホワイトルウ) とんかつ グリンリーフ プチゼリー	クリームポトフ → コーンポトフ	乳	醤油		和風だし	
				ﾏﾖﾈｰｽﾞ		中華だし	
				ｹﾁｬｯﾌﾟ		コンソメ	○
				ソース	○	ごま油	
		エネルギー： 444kcal ／ たんぱく質： 10.8g ／ 脂質： 11.2g					

（有）内田フーヅ　宝塚市金井町4-18
TEL 0797(81)4044 FAX 0797(81)4008