2013

11 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			
11/7 （木） 年中なし ごはん 給食	焼栗コロッケ　ウインナー　グリンリーフ マカロニサラダ（マカロニ、コーン、きゅうり） 炒め煮(切干大根、にんじん、うすあげ) さつま芋の煮付　豆ちくわ 白桃缶　俵おにぎり(ちりめんじゃこ)	マカロニサラダ → アレルギー用マヨネーズ	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： 433kcal ／ たんぱく質： 8.1g ／ 脂質： 17g					
11/11 （月） ごはん 給食	チキンカレー(鶏肉、じゃが芋、玉ねぎ、にんじん、 トマト水煮缶、カレールウ、ホワイトルウ) 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： 472kcal ／ たんぱく質： 9.5g ／ 脂質： 11.1g					
11/14 （木） ごはん 給食	玉子焼(たまご)　なすの揚げ煮 五目きんぴら(ごぼう、にんじん、こんにゃく、小松菜、干し椎茸) 白身魚のチーズ磯辺フライ　フライドポテト 白いんげん豆の甘煮　けんキャベツ オレンジ	玉子焼　→　つくね	玉	醤油	○	和風だし	
		白身魚のチーズ磯辺フライ → 白身魚フライ	乳	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： 408kcal ／ たんぱく質： 10.1g ／ 脂質： 10.4g					
11/18 （月） ごはん 給食	炊き込みご飯(鶏肉、うすあげ、にんじん、こんにゃく、ごぼう) 帆立風味カツ お浸し(ほうれん草、花かつお) こんにゃくの煮付　プチゼリー みそ汁(うすあげ、もやし、玉ねぎ、青ねぎ、信州みそ)			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： 413kcal ／ たんぱく質： 12.4g ／ 脂質： 9.6g					
11/21 （木） ごはん 給食	カツ丼(とんかつ、卵、玉ねぎ、かまぼこ、青ねぎ) みかん	カツ丼　→　たまご抜き	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： 12g ／ 脂質： 9g					
11/25 （月） ごはん 給食	鶏の唐揚(鶏もも肉、片栗粉、おろし生姜) キャンディチーズ　ミートボール　グリンリーフ ジャーマンポテト(じゃが芋、ベーコン、ドライパセリ) コールスローサラダ(キャベツ、きゅうり、コーン、玉ねぎ、人参) 大根の煮付　みかん	キャンディチーズ → ウインナー	乳	醤油	○	和風だし	
		コールスローサラダ → アレルギー用マヨネーズ	玉	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： 458kcal ／ たんぱく質： 12g ／ 脂質： 18.5g					
11/28 （木） ごはん 給食	えびピラフ(むきえび、卵、ベーコン、玉ねぎ、 ミックスベジタブル、マーガリン) ハッシュドビーフフライ オレンジ わかめスープ(わかめ、玉ねぎ、白ごま)	えびピラフ　→　たまご抜き	玉	醤油		和風だし	
		えびピラフ　→　マーガリン抜き	乳	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： 430kcal ／ たんぱく質： 12.3g ／ 脂質： 13g					

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