

令和2年度 10月分 学校給食献立別使用食材一覧表

廿日市市立廿日市学校給食センター

日	曜	主 食	飲 物	副 食	材 料
1	木	コッペパン	牛乳	白いんげん豆のトマト煮 ひじきと小松菜のマリネ	いんげんめ ベーコン たまねぎ にんじん にんにく トマト(缶)《トマト トマトジュース 食塩 クエン酸》ケチャップ※4 オリーブ油 三温糖 赤ワイン 塩 こしょう 鶏がらスープ(冷) ひじき 三温糖 しょうゆ みりん 酒 まぐろの水煮※5 にんじん 小松菜 酢 紅花油 こしょう 塩
2	金	秋の香りごはん (ごはん しょうゆごはんの素)	牛乳	竹輪のかりかり焼き 月見汁	里芋 にんじん 油揚げ《大豆 食用植物油 塩化マグネシウム 消泡剤(グリセリン脂肪酸エステル 炭酸カルシウム レシチン) 生しいたけ まいたけ しょうゆ 塩 酒 だし昆布 竹輪 マヨネーズ《食用植物油 醸造酢 卵黄 食塩 砂糖 香辛料》カレー粉 パン粉《小麦粉 ショートニング ぶどう糖 食塩 イースト 乳化剤 イーストフード》 菜種油 白玉餅《もち米 水》 にんじん だいこん たまねぎ ねぎ だし煮干し だし昆布 酒 塩 みりん しょうゆ
5	月	ごはん	牛乳	長芋と鶏肉の揚げ煮 しめじのみそ汁	長芋 鶏肉 塩 こしょう 澱粉 小麦粉 菜種油 たまねぎ にんじん たけのこ ねぎ しょうゆ 酒 三温糖 しめじ 乾燥わかめ 木綿豆腐《大豆 粗製海水塩化マグネシウム 消泡剤(グリセリン脂肪酸エステル 炭酸カルシウム レシチン シリコーン樹脂)》 たまねぎ にんじん みそ※1 だし煮干し だし昆布
6	火	ミニバターパン (マーガリン)	牛乳	スパゲティミートソース ごぼうのサラダ	1食用ゆでソフトスパゲティ 牛肉 豚肉 玉ねぎ にんじん さやいんげん(冷) ポークパイオン トマト(缶)《トマト トマトジュース 食塩 クエン酸》 炒め玉ねぎ(冷)《たまねぎ》 小麦粉 ケチャップ※4 ウスターソース 塩 こしょう ごぼう まぐろの水煮※5 しょうゆ みりん 大根 にんじん 酢 ごま油 紅花油 三温糖 白ごま 塩 こしょう
7	水	ごはん	牛乳	さんまの塩焼き 大根おろし 豚汁	さんま 塩 菜種油 大根 みりん しょうゆ 豚肉 さつまいも にんじん まいたけ 生揚げ《大豆 食用植物油 粗製海水塩化マグネシウム 消泡剤(グリセリン脂肪酸エステル 炭酸カルシウム レシチン シリコーン樹脂) 水》 板こんにゃく ねぎ みそ※3 だし煮干し だし昆布 酒
8	木	コッペパン	牛乳	里芋のビーフシチュー 黒豆とアーモンドのマリネ	牛肉 じゃがいも 里芋 たまねぎ にんじん マッシュルーム(缶) パセリ セロリ にんにく バター《生乳 食塩》 鶏がらスープ(冷) 小麦粉 ケチャップ※4 トマトピューレ ウスターソース 三温糖 塩 こしょう 赤ワイン 黒豆 三温糖 塩 キャベツ にんじん 紅花油 酢 アーモンド しょうゆ
9	金	ピピンパ (ごはん)	牛乳	ワンタンスープ メロン	豚肉 にんにく 三温糖 しょうゆ 酒 ごま油 もやし 小松菜 塩 白ごま ワンタン《小麦粉 グルテン 食塩》 たまねぎ にんじん きくらげ ベーコン チンゲンサイ 酒 ポークパイオン 塩 しょうゆ こしょう メロン
12	月	ごはん	牛乳	かぼちゃのそぼろ煮 白菜のおかか和え	かぼちゃ 鶏肉 酒 たまねぎ しょうが にんにく 三温糖 しょうゆ 澱粉 ごま油 白菜 にんじん 竹輪 しらす干し かつお節 三温糖 しょうゆ 塩
13	火	ごはん	牛乳	いも煮 キャベツとかまぼこの酢の物	里芋 ごぼう 生しいたけ 生揚げ《大豆 食用植物油 粗製海水塩化マグネシウム 消泡剤(グリセリン脂肪酸エステル 炭酸カルシウム レシチン シリコーン樹脂) 水》 牛肉 板こんにゃく 白ねぎ 三温糖 みりん しょうゆ だし昆布 だしかつお節 酒 キャベツ 塩 にんじん かまぼこ 三温糖 酢 しょうゆ 白ごま
14	水	鯛めし (ごはん しょうゆごはんの素)	牛乳	ほうれん草のお浸し なめこのみそ汁	真鯛 菜種油 ごぼう にんじん 油揚げ《大豆 食用植物油 塩化マグネシウム 消泡剤(グリセリン脂肪酸エステル 炭酸カルシウム レシチン) 水》 みつば しょうゆ 三温糖 酒 ほうれん草 もやし 乾燥わかめ かつお節 しょうゆ 三温糖 塩 なめこ 木綿豆腐《大豆 粗製海水塩化マグネシウム 消泡剤(グリセリン脂肪酸エステル 炭酸カルシウム レシチン シリコーン樹脂) 水》 えのきたけ さつまいも たまねぎ にんじん みそ※1 だし煮干し だし昆布
15	木	ツイストパン (砂糖 バター)	牛乳	ポトフ 金時豆のサラダ	豚肉 じゃがいも にんじん たまねぎ セロリ かぶ ポークウィンナー 鶏がらスープ(冷) 塩 こしょう 金時豆 しょうゆ キャベツ にんじん コーン ロースハム しらす干し ごま油 酢 三温糖 紅花油 塩
16	金	ごはん	牛乳	鶏肉のレモン煮 ゆでキャベツ 切り干し大根の煮物	鶏肉 酒 塩 こしょう 澱粉 小麦粉 菜種油 三温糖 しょうゆ レモン キャベツ 塩 こしょう 切り干し大根 にんじん きんぴらこんにゃく 油揚げ《大豆 食用植物油 塩化マグネシウム 消泡剤(グリセリン脂肪酸エステル 炭酸カルシウム レシチン) 水》 干しいたけ ごま油 しょうゆ 三温糖 みりん さやいんげん(冷) だし煮干し だし昆布 酒
19	月	秋のきのこカレー (ごはん 大麦)	牛乳	コーンサラダ いりこ	牛肉 れんこん たまねぎ にんじん セロリ 干しいたけ まいたけ しめじ にんにく しょうが ケチャップ※4 ウスターソース 赤ワイン バター《生乳 食塩》 炒め玉ねぎ(冷)《たまねぎ》 りんごソース《りんご》 ヨーグルト 小麦粉 鶏がらスープ(冷) はちみつ 菜種油 塩 こしょう カレー粉 しょうゆ 大根 水菜 にんじん コーン 紅花油 酢 三温糖 こしょう 塩 かえりいりこ(えび・かに・いか・あじなどが混ざる漁法で採取しています)
20	火	ミニパン (パン)	牛乳	ちゃんぽん麺 ひじきとほうれん草のごま和え	1食用ゆで中華麺 豚肉 えび(冷) キャベツ たまねぎ もやし にんじん ねぎ ちくわ 干しいたけ ポークパイオン 鶏がらスープ(冷) 酒 しょうゆ こしょう 塩 ごま油 澱粉 ひじき 三温糖 しょうゆ みりん 酒 まぐろの水煮※5 にんじん ほうれん草
21	水	ごはん	牛乳	さばのたつた揚げ レモン風味大根 にらたま汁	まさば 塩 こしょう しょうゆ にんにく しょうが 小麦粉 澱粉 菜種油 大根 レモン 酢 三温糖 塩 卵 じゃがいも たまねぎ にんじん 木綿豆腐《大豆 粗製海水塩化マグネシウム 消泡剤(グリセリン脂肪酸エステル 炭酸カルシウム レシチン シリコーン樹脂) 水》 しめじ にら しょうゆ 塩 澱粉 酒 だし煮干し
22	水	コッペパン	みかん ジュース	さつまいものクリームシチュー りっちゃん(サラダ)	ベーコン たまねぎ にんじん さつまいも バター《生乳 食塩》パセリ 鶏がらスープ(冷) 生クリーム 脱脂粉乳 小麦粉 こしょう 塩 きゅうり トマト キャベツ にんじん ロースハム コーン(冷) 昆布 かつお節 塩 こしょう 酢 三温糖 紅花油 しょうゆ
23	金	ごはん	牛乳	豚肉と里芋の味噌煮 もやしと油揚げの和え物 りんご	豚肉 酒 塩 生揚げ《大豆 食用植物油 粗製海水塩化マグネシウム 消泡剤(グリセリン脂肪酸エステル 炭酸カルシウム レシチン シリコーン樹脂) 水》 里芋 にんじん 板こんにゃく さやいんげん(冷) ごま油 しょうが 黒砂糖 みそ※1 赤みそ※3 だし昆布 だし煮干し 酒 みりん もやし にら にんじん 油揚げ《大豆 食用植物油 塩化マグネシウム 消泡剤(グリセリン脂肪酸エステル 炭酸カルシウム レシチン) 水》 三温糖 しょうゆ 酢 塩 りんご 塩
26	月	親子丼 (ごはん)	牛乳	さつまいもバター キャベツのゆかり和え	鶏肉 たまねぎ にんじん 生しいたけ ねぎ 酒 みりん しょうゆ 卵 だし昆布 だしかつお節 酒 さつまいも 菜種油 グラニュー糖 バター《生乳 食塩》 キャベツ しそふりかけ《塩蔵赤しそ(赤しそ 食塩 梅酢) 砂糖 食塩 酵母エキス 酸味料》
27	火	ごはん	牛乳	五目豆 柿なます	大豆 にんじん 板こんにゃく れんこん じゃがいも 生揚げ《大豆 食用植物油 粗製海水塩化マグネシウム 消泡剤(グリセリン 脂肪酸エステル炭酸カルシウム レシチン シリコーン樹脂) 水》 さやいんげん(冷) 昆布 三温糖 しょうゆ 菜種油 だし煮干し だし昆布 酒 大根 塩 にんじん 柿 酢 三温糖
28	水	ごはん	牛乳	豆腐とえびのチリソース炒め キャベツのナッツ和え	白生地豆腐《大豆 粗製海水塩化マグネシウム 消泡剤(グリセリン脂肪酸エステル 炭酸カルシウム レシチン シリコーン樹脂) 水》 えび にんじん たまねぎ たけのこ しめじ にんにく しょうが 三温糖 カキエクス ケチャップ※4 塩 こしょう しょうゆ ごま油 菜種油 酒 とうがらし 澱粉 キャベツ ほうれん草 にんじん アーモンド ピーナッツ 紅花油 酢 しょうゆ 三温糖 塩
29	木	コッペパン	牛乳	鶏肉のワイン煮込み 大根とツナ(サラダ)	鶏肉 赤ワイン 塩 こしょう にんにく たまねぎ しめじ さやいんげん(冷) マッシュルーム(缶) ケチャップ※4 パプリカ 菜種油 大根 塩 にんじん 水菜 まぐろの水煮※5 酢 紅花油 三温糖 しょうゆ
30	金	うずみ (ごはん)	牛乳	まんさくのかば焼き 白菜の昆布和え	だし昆布 だしかつお節 里芋 木綿豆腐《大豆 粗製海水塩化マグネシウム 消泡剤(グリセリン脂肪酸エステル 炭酸カルシウム レシチン シリコーン樹脂) 水》 にんじん ねぎ えび しめじ 生しいたけ しょうゆ 塩 みりん しいら 澱粉 小麦粉 菜種油 みりん しょうゆ 三温糖 酒 白ごま 白菜 塩 塩昆布《昆布 醤油 砂糖 食塩》

※1 中みそ《大豆 米 食塩》 ※2 白みそ…10月は使用しません ※3 赤みそ《大麦 大豆 食塩》 米みそ(大豆 米 食塩)
※4 ケチャップ《トマト ぶどう糖果糖液糖 ぶどう糖 砂糖 醸造酢 食塩 たまねぎ 香辛料》 ※5 まぐろの水煮《きはだまぐろ 食塩 水》

- 材料は次のとおりです。なお、上の献立表で《 》で表示してあるものは加工食品の材料です。
- パンの材料は、小麦粉・イースト・食塩・ショートニング・砂糖・脱脂粉乳です。それ以外に入っている材料については()内に示しています。
- 調味料等については、「令和2年度 調味料・加工食品等の原材料一覧表」をご参照ください。
- 給食の揚げ油は何度か使用します。
- 給食で使用するわかめ・しらす干し・かえりいりこ・あさり・もずくなどは、えび・かにの生息域で採取しています。
- 酒・塩・三温糖は、表記がなくても、味の調整のため使用することがあります。
- ご質問は、給食センター栄養士までご連絡ください。 TEL 39-0661

