令和5年11月　学校給食予定献立表

川辺町学校給食センター

1日(水)
五目ラーメン
中華めん(ゆで)・ラーメン	1袋
もやし(緑豆)	15
にんじん	12
はくさい	23
とうもろこし・ホールカーネル	6
焼き豚	5
うずら卵(水煮・レトルト)	15
ねぎ	10
しょうゆ(こいくち)	6
こしょう(白)	0.08
みりん(本みりん)	1.2
フレーク節	3
鶏ガラスープ	5
中華風だしの素	1.8
豚ばら・脂付(大型)	8
サラダ油(米サラダ油)	0.3
塩(食塩)	0.1

さつまいものゴマゴマ天ぷら
さつまいもスライス	1枚
小麦粉(岐阜県産)	5.5
鶏卵(冷凍液卵)	3
塩(食塩)	0.12
かたくり粉	1
大豆油	4
黒ごま(いりごま)	1

春雨サラダ
マロニー	4
キャベツ	15
にんじん	3
きゅうり	7
中華ドレッシング	4

キャンディーチーズ
キャンディーチーズ	1こ

2日(木)
麦ごはん
米・精白米	70
おおむぎ・米粒麦	7

鰆のミソネーズ焼き
さわら	1切
本醸造酒	2
三温糖	3.5
しょうゆ(こいくち)	0.8
辛子(粉)	0.1
酢・米酢	0.5
みそ(米) 甘みそ	3.5
マヨネーズ	6
アルミカップ・特中判	1枚

うの花煮
おから・新製法	14
鶏もも皮つき(若鶏)	5
にんじん	7
干ししいたけ(乾)	1
油あげ	2.1
牛乳(調理用)	7
砂糖・中ざら	0.9
しょうゆ(うすくち)	2
和風だしの素	0.6
サラダ油(米サラダ油)	1
ねぎ	3.5
水	4.2
本醸造酒	0.5
みりん(本みりん)	0.4

白玉麩のすまし汁
ふ・白玉麩	2
にんじん	8
えのきたけ	8
ねぎ	8
フレーク節	3
しょうゆ(うすくち)	4
塩(食塩)	0.1

ミニアセロラゼリー
アセロラゼリーミニ	1こ

6日(月)
麦ごはん
米・精白米	70
おおむぎ・米粒麦	7

ポークシュウマイ
しゅうまい(冷凍)	2こ

中華サラダ
チンゲンツアイ	15
キャベツ	17
にんじん	5
中華ドレッシング	6

マーボー大根
豚ひき肉	15
本醸造酒	1.5
にんにく・おろし	0.5
しょうが・おろし	0.8
だいこん	70
たまねぎ	20
厚揚げ	25
干ししいたけ(乾)	0.5
たけのこ・水煮	15
ねぎ	5
サラダ油(米サラダ油)	0.5
豆みそ	3
しょうゆ(こいくち)	4
中華風だしの素	1
トウバンジャン	0.4
三温糖	2
かき油	0.6
かたくり粉	2.2

ぶどうグミ
果汁グミ(ぶどう)	1袋

7日(火)
枝豆とわかめのごはん
米・精白米	70
おおむぎ・米粒麦	7
えだまめ(むき枝豆)	8
炊き込みワカメ	1.2

ホキのレモン風味
ホキ	50
本醸造酒	1.4
かたくり粉	8
大豆油	3.6
三温糖	2.6
しょうゆ(こいくち)	2.6
レモン・果汁・生	1.9

ゆでブロッコリー
ブロッコリー	28
和風ドレッシング	5

白味噌汁
厚揚げ	10
ねぎ	8
にんじん	8
たまねぎ	15
だいこん	22
煮干し	2.5
みそ(米) 淡色辛みそ	7.8
カットわかめ	0.1

りんご
りんご	1袋

西小青空給食(汁なし)

かぼちゃの天ぷら
西洋かぼちゃ	1切
小麦粉(岐阜県産)	4
かたくり粉	1
塩(食塩)	0.1
ベーキングパウダー	0.2
大豆油	3

ミニトマト
ミニトマト	2こ

8日(水)
麦ごはん
米・精白米	70
おおむぎ・米粒麦	7

ワカサギの甘酢
わかさぎ	30
塩(食塩)	0.2
こしょう(白)	0.015
かたくり粉	5
大豆油	3
しょうゆ(こいくち)	1.5
酢・米酢	2.3
三温糖	1
ごま油	0.5

ごぼうサラダ
ごぼう	23
にんじん	5
きゅうり	7
とうもろこし・ホールカーネル	5
ごまドレッシング	7

肉じゃが
豚もも・脂付(大型)	15
じゃがいも	70
たまねぎ	40
にんじん	15
えだまめ(むき枝豆)	5
こんにゃく(糸)	10
しょうゆ(こいくち)	4.6
砂糖・中ざら	3.1
和風だしの素	0.5
本醸造酒	1.1
サラダ油(米サラダ油)	1

ミニみかんゼリー
みかんゼリーミニ	1こ

9日(木)
焼きそば
中華めん(ゆで)・やきそば	81
豚もも・脂付(大型)	15
キャベツ	45
たまねぎ	9
むらさきいか・生	14
にんじん	14
青ピーマン・生	3
サラダ油(米サラダ油)	1.5
ソース(ウスターソース)	16
煮干し粉	0.45
塩(食塩)	0.36
こしょう(白)	0.02
あおのり(素干し)	0.1

ココア揚げパン
コッペパン(給食用)	1こ
大豆油	5
ココア(ピュア)	1.3
砂糖・上白糖	2.3
砂糖・粉糖	3

コーンわかめサラダ
とうもろこし・ホールカーネル	10
カットわかめ	0.8
キャベツ	10
青じそドレッシング	6

ヨーグルト
ヨーグルト	1こ

10日(金)
麦ごはん
米・精白米	70
おおむぎ・米粒麦	7

納豆
納豆(糸引納豆)	1こ

鶏肉の照り焼き
鶏もも皮つき(若鶏)	1切
塩(食塩)	0.15
こしょう(白)	0.02
本醸造酒	1.5
みりん(本みりん)	0.9
しょうゆ(こいくち)	1
三温糖	0.15
かたくり粉	0.04

かおり和え
キャベツ	20
チンゲンツアイ	10
千切たくあん	5
かおり	0.3
ごま(いりごま)	0.5

みそ汁
豆腐(木綿)	25
油あげ	3
カットわかめ	0.5
だいこん	15
ねぎ	8
にんじん	8
豆みそ	3.9
みそ(米) 淡色辛みそ	3.8
煮干し	2.5

13日(月)
麦ごはん
米・精白米	70
おおむぎ・米粒麦	7

鶏肉とごぼうの甘辛
鶏むね皮つき(若鶏)	35
本醸造酒	1
しょうが・おろし	0.2
ごぼう	15
かたくり粉	8
大豆油	3
あおのり(素干し)	0.08
ごま(いりごま)	0.6
はくさい	35
もやし(緑豆)	12
こまつな	12
にんじん	5
水	1

切干大根の煮付け
切り干し大根	5.2
にんじん	5.2
しょうゆ(こいくち)	2
鶏もも皮つき(若鶏)	3.2
干ししいたけ(乾)	0.6
油あげ	2.5
いんげん	3
しょうゆ(こいくち)	1.8
砂糖・中ざら	0.8
和風だしの素	0.5
本醸造酒	0.4
サラダ油(米サラダ油)	1
みりん(本みりん)	0.24
水	20

合わせ味噌汁
豆腐(木綿)	25
油あげ	3
にんじん	8
カットわかめ	0.2
だいこん	15
ねぎ	7
煮干し	2.5
みそ(米) 淡色辛みそ	3.8
豆みそ	3.9

オレンジ
バレンシアオレンジ	1切

14日(火)
麦ごはん
米・精白米	70
おおむぎ・米粒麦	7

焼き鯖のおろしかけ
まさば・生	1切
本醸造酒	1.6
塩(食塩)	0.4
本醸造酒	0.5
三温糖	1.5
しょうゆ(こいくち)	2.3
だいこん	20

ごま和え
はくさい	35
もやし(緑豆)	12
こまつな	12
にんじん	5
ごま(いりごま)	1
ごま(すりごま)	1
しょうゆ(こいくち)	2
みりん(本みりん)	0.5

豚汁
たまねぎ	20
だいこん	15
里芋	10
干ししいたけ(乾)	1
豚もも・脂付(大型)	15
カットわかめ	0.3
豆みそ	7.7

柿
かき(甘柿)	1袋

13日　つづき

15日(水)
きつねうどん
うどん(給食用ゆで)	1袋
しょうゆ(こいくち)	9.4
みりん(本みりん)	3.7
和風だしの素	0.7
フレーク節	2
本醸造酒	0.9
みりん(本みりん)	0.2
三温糖	0.06
にんじん	7
ねぎ	7
干ししいたけ(乾)	0.8
かまぼこ(蒸し)	4
油あげ	3

大豆入りかき揚げ
たまねぎ	20
にんじん	10
竹輪(焼き竹輪)	10
大豆(国産) 乾	5
たまねぎ	35
にんじん	10
小麦粉(岐阜県産)	10
かたくり粉	1
ベーコン(豚ショルダー)	5
鶏卵(冷凍液卵)	3
塩(食塩)	0.1
大豆油	7

かぼちゃのサラダ
西洋かぼちゃ	30
にんじん	5
ねぎ	8
煮干し	2.5
とうもろこし・ホールカーネル	10
きゅうり	10
マヨネーズ	8

味付け小魚
味付け小魚	1袋

16日(木)
切り目入りコッペパン
コッペパン(給食用)	1こ

ロングウインナー
ウィンナー・ソーセージ	1本
ケチャップ	4
ソース(ウスターソース)	2
みりん(本みりん)	0.2
三温糖	0.06
トマトピューレー	1

野菜サラダ
キャベツ	30
にんじん	8
きゅうり	7
和風ドレッシング	8

豆乳コーンスープ
調整豆乳	40
とうもろこし(クリーム状)	30
とうもろこし・ホールカーネル	10
たまねぎ	35
にんじん	10
コンソメ	1.5
こしょう(白)	0.03
塩(食塩)	0.12
上新粉	2
サラダ油(米サラダ油)	0.3
パセリ・乾	0.02

みかん
みかん(温州)	1こ

17日(金)
人参ごはん
米・精白米	55
おおむぎ・米粒麦	5.5
にんじん	26
本醸造酒	1.8
鶏もも皮なし(若鶏)	13
こんにゃく(つき)	8
油あげ	2
干ししいたけ(乾)	0.75
和風だしの素	0.9
しょうゆ(うすくち)	4.3
しょうゆ(こいくち)	0.8
砂糖・中ざら	0.76
サラダ油(米サラダ油)	0.9
水	70

鶏の唐揚げ
鶏もも皮つき(若鶏)	40
しょうゆ(こいくち)	2.2
しょうが	1.8
本醸造酒	0.45
みりん(本みりん)	0.45
ねぎ	2.7
にんにく・おろし	0.15
かたくり粉	12
大豆油	1

ゆで枝豆
えだまめ(さや付き)	20

すまし汁
豆腐(木綿)	30
えのきたけ	10
ねぎ	8
にんじん	8
かまぼこ(蒸し)	3
しょうゆ(うすくち)	4
フレーク節	3
塩(食塩)	0.05

りんご
りんご	1袋

20日(月)
吹き寄せごはん
米・精白米	54
おおむぎ・米粒麦	5.4
くり	10
しめじ(ほんしめじ)	10
干ししいたけ(乾)	0.9
えだまめ(むき枝豆)	3
にんじん	12
鶏もも皮なし(若鶏)	8
油あげ	3
しょうゆ(うすくち)	4.3
しょうゆ(こいくち)	0.8
本醸造酒	1.8
三温糖	0.8
和風だしの素	0.9
サラダ油(米サラダ油)	0.9

鶏肉のマーマレード焼き
鶏もも皮つき(若鶏)	1切
塩(食塩)	0.13
しょうが・おろし	0.5
ワイン(白)	1
マーマレード	3
しょうゆ(こいくち)	0.5
みりん(本みりん)	1
水	1
かたくり粉	0.1

れんこん入り野菜サラダ
キャベツ	15
にんじん	5
はす(れんこん)	10
こまつな	10
無塩バター	0.3
とうもろこし・ホールカーネル	2
ごまドレッシング	7

かき玉汁
鶏卵(冷凍液卵)	15
にんじん	8
たまねぎ	23
えのきたけ	10
ねぎ	8
糸かまぼこほぐし	5
フレーク節	3

21日(火)
米粉食パン
米粉パン(給食用)	1こ

ブルーベリージャム
ブルーベリージャム	1こ

皮はぎ天ぷら
かわはぎロール	10
小麦粉(岐阜県産)	7
かたくり粉	2.8
しょうが・酢漬け	0.8
あおのり(素干し)	0.07
大豆油	1.5

ブロッコリーとキャベツのサラダ
ブロッコリー	20
キャベツ	15
にんじん	5
和風ドレッシング	8

かぼちゃポタージュ
西洋かぼちゃ	10
西洋かぼちゃ	40
パセリ・乾	0.02
たまねぎ	30
洋風だしの素	1.2
コンソメ	0.6
サラダ油(米サラダ油)	0.5
牛乳(調理用)	40
上新粉	2.5
生クリーム	5
塩(食塩)	0.4
こしょう(白)	0.02
ローリエ	0.01
無塩バター	0.3

20日　つづき
しょうゆ(うすくち)	4
塩(食塩)	0.1
かたくり粉	0.6

オレンジ
バレンシアオレンジ	1切

22日(水)
きのこ入りカレーライス
米・精白米	70
おおむぎ・米粒麦	7
じゃがいも	30
たまねぎ	35
にんじん	20
豚もも・脂付(大型)	25
エリンギ	10
しめじ(ほんしめじ)	8
牛乳(調理用)	8
洋風だしの素	1.5

ソース(ウスターソース)
ナチュラルチーズ	2
塩(食塩)	0.5
しょうが・おろし	0.2
カレー粉	0.6
無塩バター	6
小麦粉(岐阜県産)	6
ケチャップ	3
パセリ・乾	1

大豆とさつまいもの揚げ煮
大豆(国産) 乾	7.2
かたくり粉	1.6
さつまいも	8
大豆油	2.4
三温糖	1
しょうゆ(こいくち)	0.8
みりん(本みりん)	0.24
水	0.5
ごま(いりごま)	0.16
ごま(すりごま)	0.16

福神漬け和え
福神漬(だいこん)	13
キャベツ	10
もやし(緑豆)	20
にんじん	5

24日(金)
麦ごはん
米・精白米	70
おおむぎ・米粒麦	7

鰆の照り焼き
さわら	1切
しょうゆ(こいくち)	2.5
みりん(本みりん)	0.6
三温糖	1.5
みりん(本みりん)	0.5

ひじきの煮付け
ほしひじき	2
にんじん	5
油あげ	1
鶏もも皮つき(若鶏)	3
さつまいも	10
大豆油	1
和風だしの素	0.3
こんにゃく(つき)	4
こんにゃく(糸こんにゃく)	3
ごま(すりごま)	0.3
サラダ油(米サラダ油)	0.7
しょうゆ(こいくち)	1.5
砂糖・中ざら	1
本醸造酒	0.7
えだまめ(むき枝豆)	3

ゆばのすまし汁
湯葉(生)	8
にんじん	8
えのきたけ	8
ねぎ	8
干ししいたけ(乾)	0.5
フレーク節	3
しょうゆ(うすくち)	4
塩(食塩)	0.1

岐阜の富有柿
かき(甘柿)	1袋

27日(月)
そぼろごはん
米・精白米	70
おおむぎ・米粒麦	7
鶏ひき肉	50
しょうゆ(こいくち)	5.5
三温糖	4.5
みりん(本みりん)	3
本醸造酒	2.4
いり卵	18
いんげん	6

かぼちゃのゴマゴマ天ぷら
西洋かぼちゃ	1切
小麦粉(岐阜県産)	4
鶏卵(冷凍液卵)	2.5
塩(食塩)	0.1
水	4.5
かたくり粉	1
黒ごま(いりごま)	1
大豆油	3

けんちん汁
だいこん	10
ごぼう	10
にんじん	5
油あげ	2
里芋	10
豆腐(木綿)	10
干ししいたけ(乾)	0.3
しょうゆ(こいくち)	4
フレーク節	3
みりん(本みりん)	1

青りんごグミ
果汁グミ(青りんご)	1袋

28日(火)
大根ごはん
米・精白米	57
おおむぎ・米粒麦	5.7
だいこん	40
にんじん	5
まぐろ缶詰・油漬・フレーク	18
油あげ	5
本醸造酒	1
しょうゆ(こいくち)	5
えだまめ(むき枝豆)	5
サラダ油(米サラダ油)	1

銀鮭の塩焼き
ぎんざけ・養殖・生	1切
本醸造酒	0.5
塩(食塩)	0.4

カラフルサラダ
西洋かぼちゃ	15
さつまいも	18
きゅうり	7
マヨネーズ	5

秋のすまし汁
もみじかまぼこ	12
だいこん	15
にんじん	5
えのきたけ	8
ねぎ	8
昆布素干(りしりコンブ)	0.5
フレーク節	3
しょうゆ(うすくち)	4
塩(食塩)	0.1

飛騨りんご
飛騨りんご	1袋

29日(水)
ソフト麺ミートソース
ソフトスパゲティ式麺	1袋
牛ひき肉	10
エリンギ	10
にんじん	20
キャベツ	25
たまねぎ	40
えだまめ(むき枝豆)	3
洋風だしの素	2
ケチャップ	19
トマトピューレー	12
塩(食塩)	0.3
ソース(ウスターソース)	2.5
砂糖・中ざら	1
ナチュラルチーズ	3
ワイン(赤)	1.5
サラダ油(米サラダ油)	1
にんにく・おろし	0.6
しょうが・おろし	0.6
小麦粉(岐阜県産)	4
無塩バター	4

ひじきポテト
じゃがいも	54
大豆油	1.8
無塩バター	0.55
ほしひじき	1.4
しょうゆ(こいくち)	1.1
みりん(本みりん)	2.3
あおのり(素干し)	0.09
水	0.45

コーンとキャベツのサラダ
とうもろこし・ホールカーネル	5
キャベツ	32
きゅうり	8
和風ドレッシング	5

みかん
みかん(温州)	1こ

30日(木)
キムチチャーハン
米・精白米	58
おおむぎ・米粒麦	5.8
豚もも・脂付(大型)	22
しょうゆ(こいくち)	2.8
本醸造酒	1.9
こしょう(白)	0.035
にんにく・おろし	0.19
ごま(いりごま)	0.47
エリンギ	8
はくさい(キムチ)	16
ねぎ	5
サラダ油(米サラダ油)	0.47
ごま油	0.47
いり卵	9

揚げ餃子
ギョウザ	2こ
大豆油	2

海藻入りサラダ
とうもろこし・ホールカーネル	4
きゅうり	10
キャベツ	10
カットわかめ	0.5
和風ドレッシング	5

トック入り韓国風スープ
ミニトック	15
はくさい	20
たまねぎ	10
貝柱(ほたて)水煮ほぐし	5
にんじん	10
ねぎ	5
鶏ガラスープ	5
中華風だしの素	0.5
コチジャン	0.01
しょうゆ(うすくち)	3
塩(食塩)	0.1
こしょう(白)	0.01

オレンジ
バレンシアオレンジ	1切

31日
17日
北小青空給食(汁なし)

さつまいもの天ぷら
さつまいも	1切
小麦粉(岐阜県産)	4
かたくり粉	1
塩(食塩)	0.1
ベーキングパウダー	0.2
大豆油	3

ミニトマト
ミニトマト	2こ

加工食品配合表
9日　ヨーグルト
生乳　砂糖　脱脂粉乳　クリーム　ゼラチン　香料製剤　乳酸菌カルチャー　調合水

16日　ウインナー・ソーセージ
豚肉　でん粉　発酵調味料　砂糖　食塩　香辛料　水

16日　調整豆乳
国産脱脂大豆　水あめ　食塩　トレハロース　乳酸カルシウム、ビタミンE　水

28日　もみじかまぼこ
スケソウダラ　人参　加工でん粉　馬鈴薯でん粉　砂糖　発酵調味料　食塩

※学校給食における岐阜県の米・米粉・小麦粉・大豆・きのこ類・青果物・豚肉・牛肉・水産物は「学校給食地産地消推進事業」により、県・川辺町・ＪＡグループからの補助を受けています。

加工食品の内容等についてご質問がある方は、給食センターまでご連絡ください。

※牛乳は毎日つきます。　※分量（ｇ）は、小学校３，４年生基準の可食量です。