

2023年 10月 学校給食献立表

小学校は23日(月)お休み

☆好ききらいなく食べよう☆

高取町立学校給食センター(幼稚園・小学校)

日	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える
2月	ごはん あつやきたまご ほうれんそうおかかあえ ちくぜんに	○	牛乳 厚焼卵 かつお節 鶏肉,竹輪	精白米 砂糖 ざといも乱切り,砂糖	ほうれん草,キャベツ,にんじん ごぼう,干しいたけ,たけのこ,板こんにゃく,にんじん
3火	コッペパン ポークシューマイ(1個) もやし,きゅうりのもの はっほうさい	○	牛乳 ポークシューマイ 豚肉,うずら卵	コッペパン ごま油,砂糖 でん粉	もやし,きゅうり 白菜,にんじん,たまねぎ,たけのこ,干しいたけ,チンゲン菜
4水	むぎごはん(どんぶり)きゅうりづけ さんしょくどん さつまじる	○	牛乳 マグロ水煮,炒り卵 豚肉,豆腐,油揚げ,みそ	精白米,精麦 砂糖 さつまいも	きゅうり(しょうゆ漬) しょうが,むき枝豆 にんじん,ごぼう,青ねぎ
5木	コッペパン カレーコロッケ マカロニサラダ コンソメスープ	○	牛乳 カレーコロッケ ベーコン	コッペパン 米油 マカロニ,卵不使用マネータイフ じゃがいも	キャベツ,きゅうり キャベツ,たまねぎ,にんじん
6金	ごはん イカこうみフライ いんげんとコーンのソテー とうふとじゃがいものみそしる	○	牛乳 いか香味フライ 豆腐,油揚げ,みそ,だしパック	精白米 米油 米油 じゃがいも	カットいんげん,スイートコーン にんじん,たまねぎ,青ねぎ
10火	めのおいで茶 コッペパン かいせんフライ ちゅうかふうすのもの しょうゆラーメン	○	牛乳,海鮮フライ 豚肉	コッペパン,米油 ごま油,砂糖 中華めん	もやし,きゅうり 白菜,にんじん,もやし,スイートコーン,青ねぎ
11水	むぎごはん マーボー豆腐 いもぼう ふりかけ	○	牛乳 豆腐,豚ひき肉 ふりかけ	精白米,精麦 米油,でん粉 さつまいも,ごま,砂糖	たまねぎ,たけのこ,にんじん,青ねぎ,しょうが,にんにく
12木	ハムカツサンド(ハムカツ ポイルキャベツ,好ゆがこぶくろ) はくさいとぶたにくのスープ ミネラルウォーター	○	牛乳 ハムカツ 豚肉	コッペパン 米油,ケチャップ小袋 ごま油,ミルメークコーヒー	キャベツ 白菜,干しいたけ,にんじん,青ねぎ
13金	ごはん にくじゃが はくさいのごまあえ ふりかけ	○	牛乳 豚肉 ふりかけ	精白米 じゃがいも,砂糖 白いりごま,白すりごま,砂糖	にんじん,たまねぎ,カットいんげん 白菜,にんじん
16月	むぎごはん(カレーざら) ポークカレー コンビネーションサラダ ふくじんづけ	○	牛乳 豚肉	精白米,精麦 じゃがいも,米油 ルンバ白クールドレッシング	たまねぎ,にんじん,グリーンピース,りんごピューレ ブロッコリー,きゅうり,キャベツ 福神漬
17火	コッペパン りんごジャム やきギョーザ(2こ) ほうれんそうのナムル キムチラーメン	○	牛乳 ぎょうざ 豚肉	コッペパン,りんごジャム 米油 ごま油 中華めん,ごま油	ほうれん草,むき枝豆,大根 白菜キムチ,玉ねぎ,もやし,にんじん,キャベツ,青ねぎ,にんにく
18水	むぎごはん(どんぶり) おいしきぎゅうとどん こまつなのおひたし きざみたくあん	○	牛乳 牛肉,鶏卵 かつお節	精白米,精麦 米油,砂糖 白すりごま,砂糖	玉ねぎ,にんじん,切り干し大根,ごぼう,干しいたけ,ピーマン 小松菜 きざみたくあん
19木	あげパン(きなこ) やわらかにくだんご(1こ) ゆでブロッコリー(好ゆがこぶくろ) だいごんとハムのスープ	○	きな粉 肉団子ケチャップ チキンハム	コッペパン,米油,砂糖 マヨネーズ小袋	ブロッコリー 大根,にんじん,えのきたけ
20金	ごはん さばぴりからやき きりぼしだいごんにつけ わかめのみそしる	○	牛乳 さばぴり辛焼き 鶏肉,平天 わかめ,みそ,だしパック	精白米 砂糖	切り干し大根,にんじん にんじん,たまねぎ,ぶなしめじ,青ねぎ
23月	ごはん きゅうりづけ おこのみやき(てづくり) ぶたじる	○	牛乳 鶏卵,豚肉 豚肉,油揚げ,豆腐,みそ	精白米 お好み焼き粉,天かす,米油	きゅうり(しょうゆ漬) キャベツ,青ねぎ 大根,にんじん,青ねぎ,ごぼう
24火	ホットドック(ポークウインナー キャベツのルー汁をほさんでたべる) コンソメスープ	○	牛乳 ポークウインナー ベーコン,調理牛乳,生クリーム	コッペパン 米油 じゃがいも	たまねぎ,キャベツ にんじん,たまねぎ,マッシュルーム,スイートコーン
25水	ごはん いわしのかばやき くろえだ巻め(奈良県大宇陀産) あかだし	○	牛乳 いわし開き濃粉付き 豆腐,わかめ,ハチみそ,だしパック	精白米 米油,白いりごま,砂糖,でん粉 ざといも	枝豆(黒大豆) えのきたけ,青ねぎ
26木	こめこパン ブレンオムレツ ブロッコリーのごまあえ ポークビーンズ	○	牛乳 ブレンオムレツ 豚肉,大豆水煮	米粉パン 黒いりごま,砂糖 じゃがいも	ブロッコリー にんじん,たまねぎ,マッシュルーム,ダイズトマト
27金	ごはん コンフライ きんぴらごぼう かぼちゃのみそしる	○	牛乳 鶏肉 みそ,だしパック	精白米 コンフライ,米油 いりごま,すりごま,砂糖,ごま油	ごぼう,つきこんにゃく,にんじん かぼちゃ,たまねぎ,えのきたけ,青ねぎ
30月	ごはん(どんぶり) こざかな あぶたまどん あおなとめじのごまあえ	○	牛乳,小魚(小袋) 油揚げ,豚肉,鶏卵	精白米 砂糖 白いりごま,白すりごま,砂糖	にんじん,たまねぎ,干しいたけ,青ねぎ 小松菜,ぶなしめじ,にんじん
31火	ハロウィン(HALLOWEEN) セルブツナサンド(ツチサラダ) やさしいたつぷりスープ パンダキンババロア	○	牛乳,マグロ水煮 ベーコン	コッペパン,卵不使用マネータイフ パンダキンババロア	たまねぎ,キャベツ,きゅうり かぼちゃ,にんじん,小松菜,干しいたけ,たまねぎ

☆奈良県でつくられた食材(米, たまご, しめじ, こまつな) ☆高取町の食材(みそ, 青ねぎ) ※材料の都合により献立を変更する場合があります。