

令和6年度10月分 学校給食献立表

日曜	献立名	使用する食品名				アレルギー表示義務7品目 (そば・落花生は不使用) ※原材料の一部に含むもの に○を表示しています。 卵 乳 小麦 えび かに	栄養価				
		(黄)おもにエネルギーのもとになる	(赤)おもに体をつくるもとになる	(緑)おもに体の調子を整えるもとになる	調味料他		中学校 エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)			
1 火	五目寿司(酢飯) (具)	酢飯	鶏肉・竹輪・油揚げ	人参・グリーンピース・干椎茸・たけのこ	酒・醤油			788	33.6		
	牛乳(250ml)	砂糖	牛乳			○					
	いわしの梅煮	水あめ・砂糖	いわし				○				
	変わり浸し	ごま油・米油		ほうれん草・キャベツ・人参・もやし	醤油		○				
2 水	御飯	御飯						788	30.2		
	牛乳		牛乳			○					
	鶏肉のごま味噌かけ	米油・ごま・砂糖	鶏肉・味噌		醤油・みりん						
	豆腐団子と春雨のスープ	春雨	豆腐ミートボール	人参・チンゲンサイ	醤油・酒・塩・中華用スープストック・鶏がら		○				
3 木	醤油フレンチ	米油		キャベツ・きゅうり・人参	醤油		○	802	28.8		
	麦御飯	麦御飯									
	魚ふりかけ		魚ふりかけ				○				
	牛乳		牛乳			○					
★ 4 金	酢豚	馬鈴薯澱粉・米油・砂糖	豚肉	玉ねぎ・人参・たけのこ ピーマン・生姜・干椎茸	醤油・トマトケチャップ 酢・中華用スープストック		○	845	32.5		
	中華風即席漬け	ごま油		キャベツ・きゅうり・人参	塩・醤油		○				
	★特定原材料7品目(7大アレルゲン)を除いた献立(ただし、飲用牛乳と醤油(小麦を含む)は使用しています。)										
	御飯	御飯					○				
7 月	牛乳(250ml)		牛乳			○		756	31.9		
	麻婆豆腐	米油・砂糖・馬鈴薯澱粉・ごま油	豆腐・豚肉・味噌	長ねぎ・たけのこ・人参・にら 生姜・にんにく	醤油・中華用スープストック・豆板醤		○				
	もやしの和え物	米油・砂糖		もやし・きゅうり・人参	醤油・酢・塩・洋辛子粉		○				
	スティックチーズ		チーズ				○				
8 (火)	ソイ丼(麦御飯) (具)	麦御飯						920	34.0		
	牛乳(250ml)	米油・砂糖・カレールー	大豆・豚肉・ベーコン	小松菜・人参	醤油・みりん・塩		○				
	マカロニサラダ	マカロニ・米油	牛乳	きゅうり・キャベツ・人参・コーン	醤油・塩・こしょう		○				
	ピーチゼリー	ピーチゼリー									
9 水	さぬきうどん(地粉うどん) (汁)	地粉うどん					○	805	27.1		
	牛乳		鶏肉・わかめ	人参・長ねぎ・生姜	うすくち醤油・みりん・酒・削り節		○				
	さつま芋と大豆のごまがらめ	さつま芋・米油・砂糖・ごま	大豆		醤油		○				
	お浸し		パックかつお節	キャベツ・ほうれん草・もやし	醤油		○				
10 (木)	黒パン	黒パン					○	955	40.1		
	牛乳		牛乳			○					
	チキンメンチカツ	米油・パン粉・小麦粉	鶏肉	玉ねぎ	中濃ソース(ボトル)		○				
	ミネストローネ	マカロニ・オリーブ油・いんげん豆	ベーコン	玉ねぎ・人参・セロリ・トマト	スープストック・塩・こしょう・鶏がら		○				
11 (金)	コールスロー	米油・砂糖		キャベツ・人参	塩・りんご酢		○	886	29.7		
	カレーライス(麦御飯) (ルー)	麦御飯									
	じゃが芋・米油・カレールー	豚肉・チーズ	玉ねぎ・人参・にんにく	トマトケチャップ・ウスターソース ガラムマサラ		○	○				
	牛乳(250ml)		牛乳			○					
15 (火)	すだち酢和え	砂糖・ごま油	わかめ	小松菜・もやし・人参・すだち果汁	うすくち醤油		○	826	36.9		
	大豆入りビビンバ(麦御飯) (肉そぼろ)	麦御飯									
	砂糖・米油	豚肉・大豆	長ねぎ・にんにく	醤油・こしょう			○				
	砂糖・ごま油・ラー油		大豆もやし・ほうれん草・人参	醤油			○				
16 (水)	牛乳		牛乳			○		873	35.9		
	トック	トック	鶏肉・卵	干椎茸・人参・水菜	塩・うすくち醤油・煮干し		○				
	バターコップ	バターコップ					○				
	牛乳(250ml)		牛乳				○				
17 木	チリコンカン	米油	大豆・豚肉	玉ねぎ・人参・にんにく	トマトケチャップ・ウスターソース スープストック・チリパウダー・パプリカ こしょう			750	28.3		
	野菜サラダ	玉ねぎドレッシング(ボトル)		キャベツ・きゅうり・人参			○				
	御飯	御飯									
	牛乳		牛乳				○				
18 金	レバーの南蛮漬け	米油・砂糖・馬鈴薯澱粉	豚レバー	玉ねぎ・生姜	酢・醤油・七味唐辛子		○	817	28.4		
	チンゲンサイの味噌汁		豆腐・油揚げ・味噌	チンゲンサイ・長ねぎ	削り節・煮干し		○				
	即席漬け			キャベツ・きゅうり・人参	醤油・塩		○				
	御飯	御飯									
21 月	牛乳(250ml)		牛乳			○		909	27.1		
	いかメンチ	パン粉・米油	たら・いか・ひじき	玉ねぎ			○				
	高野煮	砂糖	鶏肉・高野豆腐	大根・ごぼう・人参・こんにやく さやいんげん	醤油・みりん		○				
	茎わかめのサラダ	マヨネーズ(チューブ)	わかめ	キャベツ・きゅうり・人参	醤油・塩・こしょう		○				
22 火	御飯	御飯						784	28.1		
	牛乳		牛乳				○				
	豆とかぼちゃのコロッケ	米油・パン粉	かぼちゃ				○				
	五目金平	米油・砂糖・ごま	さつま揚げ・鶏肉	ごぼう・れんこん・人参・さやいんげん	醤油		○				
★ 23 水	切干大根のサラダ	米油		切干大根・きゅうり・人参	醤油		○	832	31.9		
	御飯	御飯									
	牛乳		牛乳				○				
	ししゃもフライ(2)	米油・パン粉	ししゃも		中濃ソース(ボトル)		○				
24 (木)	呉汁		大豆・油揚げ・味噌	大根・こんにやく・ごぼう 長ねぎ・人参	煮干し			865	33.8		
	和風フレンチ	米油	ひじき・わかめ	キャベツ・人参	醤油		○				
	★特定原材料7品目(7大アレルゲン)を除いた献立(ただし、飲用牛乳と醤油(小麦を含む)は使用しています。)										
	肉丼(御飯) (具)	御飯									
25 金	牛乳(250ml)		豚肉	玉ねぎ・白滝・人参 ほうれん草・生姜	みりん・醤油		○	835	29.3		
	酢の物	春雨・砂糖	わかめ	きゅうり	酢・醤油・塩		○				
	みかん			みかん							
	大袋東小学校児童が考えた献立 セルフハンバーガー(子どもパン) (照り焼きハンバーグ)	子供パン					○				
★ 24 (木)	米油・砂糖・馬鈴薯澱粉	鶏肉・豚肉	玉ねぎ	醤油・みりん		○		865	33.8		
	牛乳	牛乳				○					
	クリームチャウダー	じゃが芋・ホワイトルー・米油	鶏肉・牛乳・脱脂粉乳・チーズ	玉ねぎ・人参	塩・こしょう		○				
	コーンサラダ			キャベツ・きゅうり・人参・コーン	フレンチドレッシング(ボトル)		○				
★ 25 金	味噌ラーメン(中華麺) (汁)	中華麺						835	29.3		
	砂糖・ごま・ごま油	豚肉・味噌	もやし・長ねぎ・人参・コーン 生姜・にんにく	醤油・中華用スープストック こしょう・鶏がら			○				
	牛乳		牛乳				○				
	卵の花コロッケ	米油・パン粉・じゃが芋	おから・豚肉				○				
★ 7日(月)スティックチーズ→味付け小いわし(ごまなし) (乳対応)	春雨サラダ	春雨・米油・砂糖		キャベツ・人参・きゅうり	塩・酢・醤油・洋辛子粉		○	835	29.3		
	味付け小いわし		味付け小いわし				○				

食物アレルギー対応食 ※対応食を希望される場合は、申請が必要です
7日(月)スティックチーズ→味付け小いわし(ごまなし)
(乳対応)

・各料理に使用している材料を行ごとに表示しています。
・各料理のアレルギー表示義務7品目(越谷市の学校給食では、
そば・落花生は不使用のため表示なし)について表示しています。
その他、注意事項は裏面をご覧ください。

裏面もご覧ください!

令和6年度10月分 学校給食献立表

日	曜	献立名	使用する食品名				アレルギー表示義務7品目 (そば・落花生は不使用) ※原材料の一部に含むものに○を表示しています。					栄養価		
			(黄)おもにエネルギーのもとになる	(赤)おもに体をつくるもとになる	(緑)おもに体の調子を整えるもとになる	調味料他	卵	乳	小麦	えび	かに	エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)	
28	月	ほたて入りチキンライス	アルファ化米 もち米アルファ化米 バター・米油	鶏肉・ほたて貝柱・ベーコン	玉ねぎ・人参・グリーンピース	トマトケチャップ・スープストック		○					802	27.9
		牛乳(250ml)		牛乳				○						
		大豆とごぼうのメンチカツ キャベツのサラダ	米油・パン粉 マヨネーズ(チューブ)	鶏肉・大豆・豚肉	玉ねぎ キャベツ・きゅうり・人参	塩・こしょう				○				
29	火	御飯	御飯									734	27.5	
		牛乳		牛乳				○						
		ミートボール(3)		鶏肉	玉ねぎ									
		豚肉と根菜のすまし汁 変わり和え	ごま油・米油	豚肉・油揚げ バックかつお節	大根・人参・小松菜・ごぼう・長ねぎ もやし・きゅうり・人参	酒・うすくち醤油・醤油・削り節 醤油				○				
★30	水	★特定原材料7品目(7大アレルゲン)を除いた献立(ただし、飲用牛乳と醤油(小麦を含む)は使用しています。)										772	30.9	
		御飯	御飯											
		牛乳		牛乳					○					
		豚肉の生姜焼き	米油	豚肉	生姜	醤油・みりん					○			
		味噌汁	じゃが芋	油揚げ・豆腐・わかめ・味噌	玉ねぎ	削り節・煮干し								
もやしのサラダ	米油・砂糖		もやし・小松菜・人参	醤油・酢・塩					○					
31	木	御飯	御飯									833	29.8	
		牛乳(250ml)		牛乳					○					
		あじ磯辺フライ	米油・パン粉	あじ			中濃ソース(ボトル)				○			
		切干大根と糸昆布の煮付け ごま和え	砂糖 ごま・砂糖	昆布・鶏肉・さつま揚げ・油揚げ	切干大根・こんにゃく・人参 キャベツ・ほうれん草・もやし	醤油 醤油					○			
食物アレルギー対応食		※対応食を希望される場合は、申請が必要です		◎材料入荷の都合による献立変更はご了承下さい。 ◎ () 内の数は個数です。				平均栄養量		826	31.1			
7日(月)スティックチーズ一味付け小いわし(ごまなし) (乳対応)				◎毎日、箸を忘れないようにしましょう。 ◎曜日を○で囲んである日は、箸とスプーンを用意しましょう。				基準		830	27.0~41.5			

学校給食 食物アレルギー対応について

越谷市の学校給食では、食物アレルギーを持つ児童・生徒及び保護者の方に下記のような対応を行っています。

- 資料の提供(※1) ①給食材料が詳細に書かれた献立表 ②給食用物資の原料配合表(※2)
- 給食内容の選択 ア、完全給食 イ、牛乳不飲 ウ、主食(御飯・パン・麺)のみ エ、副食(おかず)のみ オ、牛乳のみ
- 対応食の提供(※1)
- 「特定原材料」7品目(※3)を除いた献立提供(該当する献立には★印がついています)ただし、飲用牛乳と醤油(少量の小麦を含む)は使用し、食材料のみが該当します。希望の場合、★印献立のみの喫食が可能です。

- ※1…(1)(3)の情報は、越谷市HP「子育てネット」に掲載しています。
- ※2…原料配合表には、業者からの開示されている情報(コンタミネーションを含む)のみを掲載しています。なお、コンタミネーションとは、食品を製造する際に、原材料としては使用していないにもかかわらず、特定原材料等が意図せずして最終加工食品に混入してしまうことです。
- ※3…「特定原材料」7品目とは、【卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに】です。
- ◎越谷市の給食では、そば・落花生・キウイフルーツ・メロン・アーモンド・卵入りパンは使用していません。(但し、工場内で使用していることがあります。詳細は原料配合表のコンタミネーションをご覧ください。)
- ◎「特定原材料」7品目を除いた献立実施日に同じ調理場の他のラインで「特定原材料」7品目を使用する場合があります。
- ◎調理場・調理従事者・調理機械・器具・食器等は、アレルギー専用ではなく、完全除去ではありません。注意して調理しておりますが、同じ調理場内で調理しておりますのでご了承ください。
- ◎揚げ油は、濾過して数回使用しているため、アレルゲンを含む原材料及び加工食品も調理しています。
- ◎丸ごと食べられる魚やその他の魚に関して、魚卵を含む場合があります。小魚や海そうには、えび・かにを含む場合があります。
- ◎業者から納品される原材料及び加工食品については、同一の製造ライン・同一工場内・同一製造工程で、他のアレルゲンを含む食品を製造している場合があります。
- ◎加工食品等に含まれる割合が5%未満の原材料については表示していません。この献立表には、加工食品等に含まれる全ての原材料を記載しているわけではありませんので、詳細は、※2の原料配合表をご覧ください。

【問い合わせ先】給食課 TEL963-9293

今月の越谷産情報

米(越谷産彩のかがやき・彩のきずな)

長ねぎ(中島・三野宮)

※生育状況により、産地を変更することがあります。

小松菜(小曾川)

献立テーマ【野菜】

◆カレーライス(野菜：人参)

和洋中とどんな料理にも合い、料理の色合いを引き立ててくれます。給食でも1年を通して色々な献立に使用しています。カロテンを多く含み、免疫力を高める効果があります。

◆チンゲンサイの味噌汁(野菜：チンゲンサイ)

今が旬の野菜です。中国から伝わり、シャキシャキした歯ざわりは煮崩れしにくいので炒め物、煮物、汁物などで使われます。野菜の中で、カルシウム含有量が多いのが特徴です。

◆五目金平(野菜：れんこん)

穴が「先を見通せる」として縁起物の野菜です。ビタミンCや食物繊維が豊富です。シャキシャキとした食感があり、旬は秋から冬です。煮物や天ぷらにするとおいしいです。