





平成29年度 10月献立表

玉村町学校給食センター

月	献立名	主な材料と食品分類						その他の材料	＜アレルギー特定原材料＞		栄養価 エネルギー (kcal)
		ち、にく、ほねになるもの（あか）		からだのちようしをとのえるもの（みどり）		ちからやねつのもとなるもの（きいろ）			表示義務（7品目） 推奨表示（20品目）		
		1 群 たんぱく質	2 群 無機質	3 群 カロテン	4 群 ビタミンC	5 群 炭水化物	6 群 しぼう				
2 月	ごはん						ごはん			小	712
	牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	886
	麻婆豆腐	ぶたにく だいず とうふ みそ		にんじん いら	ほししいたけ ねぎ にんにく しょうが	かたくりこ さとう	なたね油 ごま油	ケチャップ しょうゆ トウバンジャン オイスターソース 鶏がらだし	豚 大豆 小麦 鶏 ごま	幼	569
	春雨中華サラダ			にんじん	もやし キャベツ	はるさめ	ドレッシング		乳 小麦 大豆 鶏 ごま		
	大学芋 <small>南小 リクエスト</small>					さつまいも さとう かたくりこ	なたね油 ごま	しょうゆ みりん	小麦 大豆 ごま		
3 火	パーカーハウス						パーカーハウス		小麦 乳 大豆	小	630
	牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	782
	ハンバーグデミグラスソース	とりにく ぶたにく			たまねぎ	パンこ さとう		しょうゆ 塩 デミグラスソース ケチャップ トマトソース ソース ワイン	豚 鶏 小麦 大豆	幼	490
	かみかみごぼうサラダ			こまつな	ごぼう きゅうり もやし		ドレッシング		小麦 大豆 豚		
	コーンチャウダー	とりにく	なまクリーム スキムミルク	にんじん	たまねぎ コーン	じゃがいも いんげんまめ	なたね油	コーンクリーム粉末 コンソメ	鶏 乳 小麦 大豆 豚		
4 水	ごはん						ごはん			小	654
	牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	799
	いわしのかばやき	いわし				さとう かたくりこ	なたね油	しょうゆ みりん	小麦 大豆	幼	527
	切干大根の煮物	さつまあげ こうや豆腐		にんじん	きりぼしだいこん	こんにやく さとう	なたね油	和風だし しょうゆ 酒 みりん	大豆 小麦		
	お月見汁	とりにく あぶらあげ		にんじん こまつな	だいこん	もち(じゃがいも) さといも		塩 だしパック しょうゆ 酒	鶏 大豆 さば 小麦		
お月見ゼリー					おつきみゼリー			オレンジ			
5 木	メロンパン						メロンパン		卵 乳 小麦 大豆	小	621
	牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	744
	大豆とソーセージのトマト	ウインナー だいず		にんじん トマト	たまねぎ	じゃがいも さとう	なたね油	ケチャップ トマトソース ソース コンソメ	豚 大豆 小麦 鶏	幼	497
	ひじきと海藻サラダ		かいそう ひじき		コーン もやし きゅうり		ドレッシング		小麦 大豆 豚		
	マカロニスープ	ベーコン		にんじん こまつな	キャベツ かぶ たまねぎ にんにく	マカロニ		コンソメ こしょう 塩	豚 乳 大豆 小麦 鶏		
6 金	麦ごはん						むぎごはん			小	698
	牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	833
	和風ごまサラダ			こまつな	もやし きゅうり		ドレッシング		小麦 大豆 ごま	幼	511
	ポークカレー <small>南小リクエスト</small>	ぶたにく	スキムミルク	にんじん トマト	たまねぎ セロリ にんにく しょうが	じゃがいも	なたね油	カレールー ケチャップ ソース	豚 乳 小麦 大豆 鶏 やまいも ごま バナナ りんご		
	りんご				りんご			塩	りんご		
10 火	 秋休み 										
11 水	 秋休み 										
12 木	こめっこパン						こめっこパン		乳 小麦 大豆	小	655
	牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	816
	鶏肉のトマトソースかけ	とりにく		トマト		さとう		塩 こしょう 酒 トマトソース ケチャップ ソース	鶏 大豆	幼	543
	イタリアンサラダ			あかピーマン	キャベツ きゅうり		ドレッシング		豚		
	かぼちゃのポタージュ		なまクリーム スキムミルク	かぼちゃ	たまねぎ		なたね油	コーンクリーム粉末 コンソメ 塩 こしょう	乳 大豆 小麦 鶏 豚		
	ミルクココア						ミルクココア				
13 金	ごはん						ごはん			小	654
	牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	800
	モウカのカレー竜田	もつか(さめ)			しょうが	かたくりこ	なたね油	白醤油 みりん カレー粉 こしょう	小麦 大豆	幼	523
	肉じゃが	ぶたにく		にんじん	たまねぎ	じゃがいも しらす さとう	なたね油	和風だし しょうゆ 酒 みりん	豚 小麦 大豆		
	春雨汁	とりにく	ひじき	にんじん いら	キャベツ たまねぎ ほししいたけ しょうが	はるさめ かたくりこ パンこ さとう	だいず油	しょうゆ 酒 鶏がらだし 塩 こしょう みりん	鶏 小麦 大豆		
16 月	ごはん						ごはん			小	624
	牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	750
	ピビンパ	ぶたにく だいず			ぜんまい しょうが にんにく	さとう	ごま油 ごま	しょうゆ 酒 トウバンジャン	豚 大豆 ごま 小麦	幼	482
	もやしと小松菜の韓国風サラダ			にんじん こまつな	もやし		ドレッシング ごま油		小麦 大豆 ごま		
	トックと卵のスープ	たまご		にんじん いら	だいこん キャベツ えのきたけ ねぎ	トック(じょうしんこ) かたくりこ	ごま油	鶏がらだし 塩 しょうゆ	卵 鶏 小麦 大豆 ごま		
17 火	ツイストロールパン						ツイストロールパン		乳 小麦 大豆	小	694
	牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	851
	メンチカツ	ぶたにく			たまねぎ	パンこ さとう		ケチャップ 白しょうゆ 塩 こしょう	小麦 大豆 乳 豚	幼	579
	こんにやくサラダ		わかめ		もやし きゅうり	こんにやく	ドレッシング		小麦 大豆 とり りんご		
	秋のかおりシチュー	とりにく	なまクリーム ぎゅうにゅう スキムミルク	にんじん	たまねぎ しめじ コーン	さつまいも じゃがいも	なたね油	シチュウルーウ こしょう 塩	鶏 乳 小麦 大豆 豚		
18 水	さくらごはん						ごはん	しょうゆ 酒 塩	大豆 小麦	小	669
	牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	786
	鮭の塩焼き	さけ						塩	さけ	幼	548
	荻わかめのきんぴら	さつまあげ ごおり豆腐	くきわかめ	にんじん	ごぼう	こんにやく さとう	ごま なたね油 ごま油	みりん 酒 しょうゆ だしパック	大豆 ごま 小麦 さば		
	鶏つくね汁	とりにく とうふ みそ	にほしこ	にんじん こまつな	たまねぎ だいこん ねぎ しょうが	パンこ かたくりこ さとう じゃがいも	だいず油	塩 だしパック	鶏 豚 小麦 大豆 さば		
	かき				かき						
19 木	ココアパン						ココアパン		乳 小麦 大豆	小	601
	牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	799
	ちくわの磯辺揚げ	ちくわ	あおのり			こむぎこ	なたね油		小麦 大豆	幼	488
	ごまあえ			にんじん	もやし キャベツ れんこん			ごまあえの素	ごま 小麦 大豆 さば 鶏 乳		
	おつきりこみ	ぶたにく あぶらあげ	にほしこ	こまつな にんじん	だいこん ねぎ ほししいたけ	おつきりこみ さといも	なたね油	かつお削り節 しょうゆ みりん 酒 塩	小麦 豚 大豆		

	献立名	主な材料と食品分類						その他の材料	<アレルギー特定原材料> 表示義務(7品目) 推奨表示(20品目)	栄養価 エネルギー (kcal)		
		ち、にく、ほねになるもの(あか)		からだのちょうしをととのえるもの(みどり)		ちからやねつのもとになるもの(きいろ)						
		1群 たんぱく質	2群 無機質	3群 カロテン	4群 ビタミンC	5群 炭水化物	6群 しぼう					
20	金	ごはん					ごはん			小	679	
		牛乳		ぎゅうにゅう					乳	中	806	
		ハヤシライス	ぶたにく	スキムミルク	にんじん かぼちゃ トマト	たまねぎ	じゃがいも	なたね油	ハヤシルウ ケチャップ ソース	豚 乳 小麦 鶏 パナナ リンゴ 大豆	幼	501
		大根サラダ			にんじん みずな	だいこん		ドレッシング		小麦 大豆		
		みかん				みかん						
23	月	ごはん					ごはん			小	702	
		牛乳		ぎゅうにゅう					乳	中	838	
		なすのみそいため	ぶたにく だいず みそ			なす ねぎ しょうが	さとう	なたね油 ごま油	酒 しょうゆ	豚 大豆 小麦 ごま	幼	495
		しらたきのサラダ			にんじん	きゅうり キャベツ	しらたき	ドレッシング		小麦 大豆 豚		
		すいとん	とりにく あぶらあげ		にんじん こまつな	だいこん ほししいたけ	すいとん		かつお削り節 しょうゆ	小麦 鶏 大豆		
		群馬の納豆(小・中)	なつとう						納豆のたれ	大豆 小麦		
24	火	背割りコッペパン					背割りコッペパン		乳 小麦 大豆	小	605	
		牛乳		ぎゅうにゅう					乳	中	761	
		コロッケ			にんじん	たまねぎ コーン	じゃがいも さとう パンこ こめこ こむぎこ	だいたね油	塩	大豆 小麦	幼	515
		スラッピージョー	ぶたにく だいず		にんじん	たまねぎ	こむぎこ さとう	なたね油	赤ワイン ケチャップ トマトピューレ ソース コンソメ 塩 こしょう	豚 大豆 小麦 鶏		
		コンソメスープ	ベーコン		にんじん	たまねぎ にんにく キャベツ かぶ			こしょう コンソメ 塩	豚 乳 大豆 小麦 鶏		
25	水	わかめごはん		わかめ			ごはん		塩	小	713	
		牛乳		ぎゅうにゅう					乳	中	830	
		さんまの塩焼き(小・中)	さんま						塩	幼	538	
		(幼)さんまのかつおぶしに	さんま			しょうが	みずあめ かたくりこ さとう		かつお節 しょうゆ 酢 塩	小麦 大豆 さば		
		五目豆	だいず あぶらあげ さつまあげ	ひじき	にんじん	こんにやく	さとう	なたね油	かつお削り節 酒 しょうゆ	大豆 小麦		
		さつま汁	とりにく とうふ みそ	にぼしこ	にんじん こまつな	だいこん ごぼう たまねぎ	じゃがいも		かつお削り節	鶏 大豆		
26	木	ラーメン					ラーメン		小麦	小	666	
		牛乳		ぎゅうにゅう					乳	中	764	
		プチプチサラダ		かいそう わかめ		もやし きゅうり		ドレッシング		小麦 大豆 ごま	幼	564
		豚骨ラーメンスープ	ぶたにく さつまあげ		にんじん チンゲンサイ	ねぎ キャベツ しょうが にんにく			塩 こしょう とんこつラーメンスープ 鶏がらだし	豚 小麦 大豆 鶏		
		きなこ揚げパン	きなこ	スキムミルク			コッペパン さとう	なたね油	塩	乳 小麦 大豆		
27	金	ごはん					ごはん			小	670	
		牛乳		ぎゅうにゅう					乳	中	742	
		くりごはんの具	あぶらあげ とりにく こうやどうふ		にんじん	ほししいたけ	こんにやく さとう	くり なたね油	しょうゆ みりん 酒 和風だし	大豆 鶏 小麦	幼	554
		さば一夜干し	さば						塩	さば		
		かぶの浅漬け	かぶ			キャベツ かぶ きゅうり		ごま	塩 浅漬けの素	ごま 小麦 大豆		
		なめこ汁	とうふ みそ	にぼしこ		なめこ ねぎ			だしパック	大豆 さば		
30	月	ごはん					ごはん			小	672	
		牛乳		ぎゅうにゅう					乳	中	810	
		鶏の唐揚げ	とりにく			しょうが にんにく	かたくりこ こむぎこ	なたね油	しょうゆ 酒	鶏 小麦 大豆	幼	526
		れんこんのきんぴら	さつまあげ こうやどうふ		にんじん	れんこん こんにやく	さとう	ごま ごま油 なたね油	しょうゆ みりん 和風だし	大豆 ごま 小麦		
		さつまいものみそ汁	とうふ みそ	にぼしこ	にんじん こまつな	だいこん ねぎ	さつまいも		かつお削り節	大豆		
31	火	こめっこパン背割り					こめっこパン		乳 小麦 大豆	小	578	
		牛乳		ぎゅうにゅう					乳	中	741	
		ウインナートマトソースかけ	ウインナー		トマト		さとう		トマトソース ケチャップ ソース	豚 大豆	幼	479
		やしそば	ぶたにく だいず		にんじん	キャベツ もやし	ちゆかめん	なたね油	ソース 鶏がらだし こしょう オイスターソース	小麦 さけ 豚 大豆 鶏		
		わかめとたまごのスープ	たまご	わかめ	チンゲンサイ	たまねぎ えのきたけ		ごま ごま油	塩 鶏がらだし しょうゆ	卵 ごま 鶏 小麦 大豆		

* 都合により、献立及び食材料の変更をすることがあります。ご了承下さい。
* 給食の献立には、地場産(佐波伊勢崎産・群馬県産)の食材を取り入れています。(太字は玉村産です)

【アレルギー表示について】

- ※ 食物アレルギー等で対応が必要な場合は、毎日献立表を確認してください。
- ※ 献立表のアレルギー表示については、特定原材料の27品目を表示しています。
特定原材料表示義務7品目(卵、乳、小麦、えび、かに、落花生、そば)
特定原材料推奨表示20品目(あわび、いか、いくら、オレンジ、キウイフルーツ、牛肉、くるみ、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、カシューナッツ、ごま)
(同一工場内または、同一ラインでアレルゲンを含む商品を作っている場合についての表示はしていません。)
- ※ 給食用の麺類、すいとんは、工場内でそばの製造をしています。(製造ラインは別)
- ※ 小魚(煮干し等)はエビ・カニを食べている可能性があります。また、他の魚介類が混ざる漁法で獲っています。
- ※ そば・ピーナッツ・種実(ごまを除く)・木の実類・キウイフルーツは、アレルギーの新規発症の原因になりやすい食べ物のため原則として使用を控えています。
- ※ 食物アレルギー等で材料の使用量等詳しい内容を確認したい方は、玉村町学校給食センターまでご連絡ください。(TEL: 65-6706)
< 「食物アレルギー対応マニュアル」群馬県教育委員会 (H25. 9)より >

10月の
玉村産の食材です!



基準量	今月の平均
小	640
中	655
幼	820
	794
	510
	523

給食センターのホームページがあります!

月ごとの献立表、放射能測定結果や給食フェアの予定や、毎日の給食のことなどを載せています。
ぜひのぞいてみて下さいね♪「玉村町給食」で検索!
<http://www.town.tamamura.ed.jp/tamamura-k/>

* 10月分の給食費の口座振替日は、10月26日(木)です。

(給食の材料費は、みなさんから預かった給食費でまかっています。未納のないように入金をお願いします。)

栄養価(月平均)	小学校	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
	エネルギー	655kcal	たんぱく質 25.4g	脂質 22.2g	食塩 3.1g
	中学校	エネルギー 794kcal	たんぱく質 30.0g	脂質 25.8g	食塩 3.8g
	幼稚園	エネルギー 523kcal	たんぱく質 20.6g	脂質 17.1g	食塩 2.0g

