



城陽市のHPに
毎日の給食写真を
のせています♪



11月 よていこんだて表

NO 1

城陽市立学校給食センター 富野幼稚園

11月5日(水)				11月7日(金)				11月12日(水)				11月14日(金)			
ごはん 牛肉と厚揚げの煮物 春雨のほんのり梅サラダ りんご 城陽市の梅を使用！				ごはん シーフードカレー フルーツナタデココ				ごはん 麦と野菜のスープ シュクメルリ丼 城陽市の寺田いもを使用！				ごはん 沢煮椀 鮭の西京焼き 小松菜のごま和え 新メニュー			
食品名		1人分量		食品名		1人分量		食品名		1人分量		食品名		1人分量	
(黄)	精白米	65	g	(黄)	精白米	65	g	(黄)	精白米	65	g	(黄)	精白米	65	g
(赤)	牛肉厚めスライス(並)	24	g	(赤)	切りいか	16	g	(黄)	もち麦	4	g	(赤)	豚肉スライス	16	g
(赤)	(冷) 絹厚揚げ	45	g	(赤)	ツナ(ノンオイル)	9	g	(赤)	ショルダーベーコン	9	g	(緑)	人参	9	g
(緑)	人参	26	g	塩	0.04	g	(緑)	キャベツ	21	g	(緑)	ごぼう	13	g	
(緑)	玉ねぎ	43	g	こしょう	0.01	g	(緑)	玉ねぎ	34	g	(緑)	大根	17	g	
(緑)	青ねぎ	6	g	カレー粉	0.1	g	(緑)	人参	10	g	(緑)	青ねぎ	3	g	
塩	0.1	g	(緑)	ローレル	0.03	g	塩	0.2	g	(黄)	突きこんにゃく	13	g		
(黄)	三温糖	1.3	g	(緑)	セロリ	4.25	g	こしょう	0.02	g	淡口しょうゆ	2.1	g		
濃口しょうゆ	3.2	g	(緑)	しょうが	0.4	g	冷凍ブイヨン(特)	5	g	濃口しょうゆ	0.9	g			
淡口しょうゆ	0.9	g	(緑)	おろしにんにく	0.3	g	淡口しょうゆ	2.6	g	酒	0.9	g			
(黄)	でんぷん	0.9	g	白ワイン	0.9	g	水	85	g	塩	0.3	g			
水	26	g	(緑)	人参	17	g	(赤)	鶏肉	32	g	こしょう	0.01	g		
(赤)	ボンレスハムスライス	6	g	(黄)	じゃが芋	34	g	白ワイン	0.9	g	削り節	2	g		
(黄)	緑豆はるさめ	4	g	(緑)	玉ねぎ	43	g	(緑)	玉ねぎ	13	g	水	85	g	
(緑)	キャベツ	13	g	アレルギーフリーカレーフレーク	13	g	(緑)	人参	6	g	(赤)	鮭の西京焼き(40g)	1	切	
(緑)	人参	4	g	トマトケチャップ	0.9	g	(黄)	さつまいも	17	g	(緑)	ごまつな	10	g	
(緑)	きゅうり	9	g	ガラムマサラ	0.02	g	(緑)	おろしにんにく	0.7	g	(緑)	キャベツ	21	g	
(黄)	三温糖	1.7	g	ウスターソース	0.9	g	(赤)	脱脂粉乳	2.6	g	(緑)	人参	4	g	
(緑)	梅ペースト	1.0	g	水	72	g	(黄)	バター	0.9	g	(黄)	白いりごま	0.5	g	
酢	1.3	g	(黄)	ナタデココ	11	g	ホワइटルウ	2.6	g	(黄)	白すりごま	0.5	g		
淡口しょうゆ	2.1	g	(緑)	みかん缶	13	g	レモン汁	0.1	g	(黄)	上白糖	0.3	g		
こしょう	0.02	g	(緑)	パイン缶	13	g	塩	0.3	g	濃口しょうゆ	1.5	g			
(黄)	オリーブオイル	0.3	g	(緑)	りんご缶	21	g	こしょう	0.01	g					
(緑)	りんご1/6	1	こ				(緑)	パセリ	0.02	g					
							水	21	g						
				いい歯の日献立											
栄養量	エネルギー (和カロリ-)	たんぱく質 (グラム)	脂 肪 (グラム)	栄養量	エネルギー (和カロリ-)	たんぱく質 (グラム)	脂 肪 (グラム)	栄養量	エネルギー (和カロリ-)	たんぱく質 (グラム)	脂 肪 (グラム)	栄養量	エネルギー (和カロリ-)	たんぱく質 (グラム)	脂 肪 (グラム)
	426	16	9.6		400	10.3	5.4		406	14	9.1		338	17.3	4.6

精白米は山城産ヒノヒカリを使用しています。



城陽市のHPに
毎日の給食写真を
のせています♪



11月 よていこんだて表

NO 2

城陽市立学校給食センター 富野幼稚園

11月19日(水)				11月21日(金)				11月26日(水)				11月28日(金)			
ごはん 豆乳みそ汁 鶏肉の一味焼き 土佐和え				ごはん 大根のみそ汁 赤魚のねぎみそ焼き キャベツのごまあえ				ごはん ぽかぽかじゃがチゲ 小松菜のおかかマヨサラダ				ごはん 豚汁 卵の花の炒り煮 お米と豆乳のパパロア			
城陽市の青ねぎを使用！				城陽市の大根・青ねぎを使用！								新メニュー 城陽市の大根を使用！			
食品名		1人分量		食品名		1人分量		食品名		1人分量		食品名		1人分量	
(黄) 精白米		65	g	(黄) 精白米		65	g	(黄) 精白米		65	g	(黄) 精白米		65	g
(赤) 豚肉スライス		13	g	(赤) 油揚げ		9	g	(赤) 豚肉スライス		15	g	(赤) 豚肉スライス		15	g
(赤) 油揚げ		4	g	(緑) 大根		27	g	(黄) じゃが芋		34	g	(赤) (冷) 豆腐		9	g
(緑) 緑豆もやし		9	g	(緑) えのきたけ		6	g	(緑) 玉ねぎ		26	g	(緑) 大根		17	g
(緑) 玉ねぎ		17	g	(緑) 人参		9	g	(緑) ごぼう		5	g	(緑) 人参		9	g
(緑) しめじ		7	g	(緑) 白菜		17	g	(緑) 人参		9	g	(緑) ごぼう		9	g
(緑) 人参		9	g	(緑) 青ねぎ		3	g	(赤) 豆腐		21	g	(黄) 色紙切こんにゃく		9	g
(緑) 青ねぎ		4	g	(赤) 中辛みそ		6	g	(緑) 白菜キムチ		9	g	(緑) 青ねぎ		3	g
(赤) 豆乳		13	g	(赤) こうじみそ		1	g	(緑) おろしにんにく		0.4	g	(赤) 中辛みそ		6	g
(赤) 中辛みそ		6	g	削り節		2	g	チゲ鍋の素		1.9	g	(赤) こうじみそ		1	g
(赤) こうじみそ		1	g	水		77	g	(赤) 中辛みそ		2.6	g	煮干		2	g
煮干		2	g	(赤) 赤魚(50g)		1	切	濃口しょうゆ		0.3	g	水		85	g
水		71	g	(緑) 青ねぎ		2	g	削り節		1.7	g	(赤) おから(生)		15	g
(赤) 鶏もも皮つき(60g)		1	こ	(赤) 白みそ		1.5	g	(黄) ごま油		0.3	g	(緑) 人参		7	g
酒		1	g	(赤) 中辛みそ		3	g	水		60	g	(黄) 米油		0.1	g
塩		0.1	g	(黄) 三温糖		1.4	g	(緑) こまつな		11	g	(赤) (冷) 油揚げ		9	g
(緑) しょうが		0.1	g	酒		3	g	(緑) 人参		8	g	(緑) 青ねぎ		3	g
酒		0.1	g	みりん		1	g	(緑) 緑豆もやし		18	g	(緑) 干しいたけ		0.3	g
(緑) 青ねぎ		4	g	水		3	g	(赤) 花かつお		0.3	g	みりん		1.3	g
(緑) おろしにんにく		0.4	g	(緑) キャベツ		27.2	g	(黄) ノンエッグマヨネーズ		3	g	淡口しょうゆ		3	g
一味唐辛子		0.01	g	(緑) 人参		5.1	g	淡口しょうゆ		1.4	g	(黄) 上白糖		1.6	g
(黄) 三温糖		1.4	g	(黄) 白いりごま		0.51	g				水		12.8	g	
濃口しょうゆ		3.5	g	(黄) 白すりごま		0.51	g				削り節		0.9	g	
(黄) ごま油		0.1	g	(黄) 三温糖		0.21	g				(黄) 米油		1.7	g	
みりん		0.1	g	濃口しょうゆ		1.53	g				(黄) お米と豆乳のパパロア(みかん)		1	こ	
(黄) 白いりごま		1	g								(40g)				
(黄) でんぷん		0.3	g												
水		4	g												
(緑) こまつな		9	g												
(緑) キャベツ		21	g												
(緑) 人参		4	g												
(赤) 花かつお		0.7	g												
(黄) 三温糖		0.4	g												
濃口しょうゆ		1.6	g												
				和食を楽しむ献立											
栄養量	エネルギー (キロカロリー)	たんぱく質 (グラム)	脂 肪 (グラム)	栄養量	エネルギー (キロカロリー)	たんぱく質 (グラム)	脂 肪 (グラム)	栄養量	エネルギー (キロカロリー)	たんぱく質 (グラム)	脂 肪 (グラム)	栄養量	エネルギー (キロカロリー)	たんぱく質 (グラム)	脂 肪 (グラム)
	448	21.8	13.4		363	17.3	6.6		338	11.2	5.7		413	13	10.3

精白米は山城産ヒノヒカリを使用しています。