

# 10月こんだてひょう

★おしらせ★

7日(金)は、わかめご飯になります。

11日(火)・31日(月)は、麦ごはんになります。

17日(月)は、炊き込みごはんになります。

17日(月)・27日(木)は、骨なしの魚を使用しておりますが、小骨等に気をつけてお召し上がりください。



HACCP 高度化基準認定工場  
彩の国ハサップ取組確認施設

## はんきゅう

(協同組合 飯能給食センター)  
〒357-0044 飯能市川寺751  
TEL 042-972-5191

材料入荷の都合により献立の一部を変更することがあります。

★ お米は国産米を使用しています。

<p>3日(月)</p> <p>チーズハンバーグ (小麦、乳、大豆、牛、鶏、豚) フライドポテト (小麦、大豆) たこウィンナー (小麦、大豆、牛、鶏、豚) 野菜ソテー (小麦、大豆) がんも煮 (小麦、大豆、ごま、乳)</p> <p>★熱量496kcal ★蛋白質13.7g</p>	<p>4日(火)</p> <p>鶏肉の照り焼き (鶏、小麦、大豆) 厚焼き卵 (卵、大豆、小麦、リンゴ) ちくわの磯辺揚げ (大豆、小麦) 小松菜の梅おかか和え (小麦、大豆) じゃが芋のバター醤油煮 (乳、小麦、大豆)</p> <p>★熱量476kcal ★蛋白質16.9g</p>	<p>5日(水)</p> <p>焼きそば (豚、小麦、大豆、リンゴ) フライカレー (豚、大豆、小麦、リンゴ、乳、鶏) たこザンギ (卵、大豆、小麦、乳) ナムル (小麦、大豆、ごま) パイン缶</p> <p>★熱量441kcal ★蛋白質8.1g</p>	<p>6日(木)</p> <p>ポークビーンズ (豚、乳、大豆、豚、りんご、ゼラチン) ひとロハンバーグ (小麦、大豆、乳、鶏、豚) マカロニチキン胡麻サラダ (小麦、卵、乳、大豆、鶏、ごま) 小松菜ソテー (大豆、豚、ゼラチン、小麦)</p> <p>★熱量444kcal ★蛋白質14.1g</p>	<p>7日(金)</p> <p>豚肉と大根の煮物 (豚、ごま、乳、小麦、大豆) 海老風味焼売 (小麦、卵、エビ、カニ、大豆、鶏、豚、ゼラチン) かぼちゃのサラダ (乳、大豆) 野菜ゼリー (オレンジ、リンゴ) わかめご飯</p> <p>★熱量397kcal ★蛋白質12.7g</p>
<p>10日(月)</p> <p>スポーツの日</p>	<p>11日(火)</p> <p>ウィンナーカレー (小麦、乳、大豆、鶏、豚、山芋、リンゴ、ゼラチン、卵) ツナマヨフライ (小麦、乳、大豆、卵、ゼラチン、鶏) フレンチサラダ (卵) キャンディチーズ (乳) 麦ご飯</p> <p>★熱量496kcal ★蛋白質12.6g</p>	<p>12日(水)</p> <p>プチカップグラタン (乳、小麦、大豆) ベビーバターコロケ (小麦、大豆、乳、卵) ミートボールのケチャップ煮 (小麦、乳、卵、大豆、鶏、豚、ゼラチン) フロッキーサラダ 大根のスープ煮 (豚、大豆、ゼラチン)</p> <p>★熱量418kcal ★蛋白質10.0g</p>	<p>13日(木)</p> <p>厚揚げそぼろ煮 (豚、小麦、大豆、乳) 海苔巻チキン (小麦、大豆、大豆) 錦糸和え (卵、小麦、大豆) たこ焼き (小麦、卵、大豆、山芋)</p> <p>★熱量408kcal ★蛋白質11.9g</p>	<p>14日(金)</p> <p>牛丼 (牛、小麦、大豆) 豆腐ナゲット (豚、大豆、小麦) キャベツののり和え (小麦、大豆) チンゲン菜といかの炒めもの (イカ、ごま、小麦、大豆、乳、鶏、牛)</p> <p>★熱量458kcal ★蛋白質11.9g</p>
<p>17日(月)</p> <p>チキンピカタ (小麦、大豆、卵、鶏) あじのケチャップあん (小麦、大豆) エビフライ (エビ、大豆、小麦、卵) ウィンナーソテー (卵、大豆、ゼラチン、豚) ピタミンスラダ (小麦、大豆、卵) 五目炊き込みご飯 (小麦、大豆、鶏)</p> <p>★熱量512kcal ★蛋白質17.4g</p>	<p>18日(火)</p> <p>ごぼうと牛肉の甘辛炒め (牛、小麦、大豆、乳) 野菜コロケ (小麦、大豆、乳) おかか和え (小麦、大豆) ひじき入り餃子 (小麦、大豆、豚、鶏、ごま)</p> <p>★熱量469kcal ★蛋白質10.7g</p>	<p>19日(水)</p> <p>鶏肉のパン粉焼 (鶏、小麦、乳、大豆、豚) ミートソースパケッティ (小麦、大豆、牛、豚) 星型オムレツ (卵、大豆) ほうれん草のサラダ (小麦、大豆、小麦) スマイルポテト (大豆)</p> <p>★熱量496kcal ★蛋白質15.9g</p>	<p>20日(木)</p> <p>豚肉ときゃべつ生姜炒め (豚、小麦、大豆) チキンナゲット (小麦、大豆、鶏) 胡麻和え (ごま、大豆、小麦) ちくわ煮 (大豆、乳、小麦)</p> <p>★熱量422kcal ★蛋白質14.8g</p>	<p>21日(金)</p> <p>秋野菜の甘酢あんかけ (鶏、小麦、大豆、乳) コーン焼売 (エビ、カニ、小麦、大豆、卵、ゼラチン、鶏、豚、ごま) たらこマヨネーズサラダ (小麦、大豆、卵) 春雨炒め (豚、小麦、大豆、ごま)</p> <p>★熱量405kcal ★蛋白質11.3g</p>
<p>24日(月)</p> <p>ナポリタン (小麦、大豆、ゼラチン、豚) ミニフランク (卵、乳、大豆、牛、鶏、豚) カニクリームコロケ (小麦、大豆、乳、カニ、卵、ゼラチン、鶏、エビ) コールスローサラダ (卵) フルーツポンチ (モモ)</p> <p>★熱量495kcal ★蛋白質10.5g</p>	<p>25日(火)</p> <p>肉じゃが (小麦、大豆、乳、豚) お月さまハムカツ (小麦、大豆、鶏、豚) 大根とツナのサラダ (小麦、大豆、卵) チーズ餃子 (卵、乳、大豆、小麦)</p> <p>★熱量471kcal ★蛋白質11.0g</p>	<p>26日(水)</p> <p>鶏肉の唐揚げ (鶏、乳、小麦、大豆) ハーフオムレツ (卵、小麦、大豆) 温野菜 (小麦、大豆、卵) 味噌ビーナッツ炒め (小麦、大豆、落花生) ぶどうゼリー</p> <p>★熱量461kcal ★蛋白質14.8g</p>	<p>27日(木)</p> <p>白身魚の磯辺焼き (大豆) かぼちゃコロケ (小麦、卵、大豆、乳、鶏、豚) さつまあげ (大豆) 小松菜とひじきの和え物 (小麦、大豆、ごま) 高野豆腐煮 (小麦、大豆、乳)</p> <p>★熱量439kcal ★蛋白質14.1g</p>	<p>28日(金)</p> <p>星コロケ (小麦、大豆、鶏、豚) ポイルウィンナー (小麦、乳、卵、牛、鶏、大豆、豚、ゼラチン) ミートマカロニ (小麦、大豆、牛、豚) ツナコーンサラダ (大豆) バターソテー (乳、小麦、大豆)</p> <p>★熱量475kcal ★蛋白質11.0g</p>
<p>31日(月)</p> <p>かぼちゃカレー (乳、大豆、鶏、豚、小麦、山芋、リンゴ、ゼラチン) コーンボール (乳、小麦、大豆) ミックスサラダ (乳、卵、大豆、鶏) ハロウィンゼリー (オレンジ) 麦ご飯</p> <p>★熱量446kcal ★蛋白質10.5g</p>	<p>アレルギー表示対象28品目を記載</p>			