



日	曜日	献立		食材料(太字は毛呂山町産の予定)			栄養価		
		主食・のみもの つけるもの・かけるもの	おかず デザートなど	主に血や肉を作る食品 (赤色の食品)	主に体の調子を整える食品 (緑色の食品)	主に熱や働く力になる食品 (黄色の食品)	エネルギー kcal	たんぱく質 g	
1	火	麦ごはん 牛乳	なめこのみそ汁 豚玉毛井の具(角) 即席漬け(バ)	牛乳、煮干し、削り節、豆腐、赤みそ、 <b>豚肉</b> 、 <b>鶏卵</b>	キャベツ、たくあん、だいこん、なめこ、ほうれんそう、たまねぎ、根深ねぎ、ゆず、みつば	麦ごはん、ごま、三温糖	646 819	27.6 33.9	
2	水	ごはん 牛乳	マーボー豆腐 イカのしょうが焼き(バ) 大豆もやしのナムル(角)	いか、牛乳、豚肉、豆腐	にんにく、大豆もやし、こまつな、根しょうが、根深ねぎ、にんじん、たけのこ	ごはん、米ぬかサラダ油、ごま、ごま油、ラー油、三温糖、でん粉	669 846	32.6 40.3	
4	金	ごはん 牛乳	肉じゃが 小松菜のおかかマヨネーズあえ(角) 彩の国納豆(学)	牛乳、納豆、豚肉、煮干し、削り節、凍り豆腐	こまつな、キャベツ、にんじん、しらたき、たまねぎ、えだまめ	ごはん、米ぬかサラダ油、マヨネーズ、じゃがいも、三温糖	673 852	27.6 34	
7	月	わかめごはん 牛乳	毛呂山産ゆず入りすいとん わかさぎのフリッター(小2中3バ) りんご(角)	わかさぎフリッター、牛乳、豚肉、煮干し、削り節	りんご、にんじん、だいこん、乾しいたけ、ゆず、根深ねぎ、こまつな	わかめごはん、米ぬかサラダ油、なたね油、冷凍すいとん、小麦粉	665 855	20.6 25.4	
8	火	子どもパン 牛乳	えびと白菜のクリームスープ オムレツのきのこソースかけ(バ) キャベツのコールスロー(角) スライスチーズ(中ピ)	オムレツ、チーズ、牛乳、ベーコン、えび	キャベツ、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、はくさい	子どもパン、米ぬかサラダ油、上白糖、三温糖、バター、小麦粉	590 861	24.3 35.7	
9	水	ごはん 牛乳	やぶさめ汁 鶏肉のマヨごま焼き(バ) 豚肉とひじきの炒め煮(角)	牛乳、鶏肉、豚肉、ひじき、豆腐、煮干し、削り節、 <b>だいず</b> 、 <b>みぞ</b>	ごぼう、にんじん、にんにく、だいこん、根しょうが、糸こんにゃく、こまつな、たまねぎ、根深ねぎ、えだまめ	ごはん、米ぬかサラダ油、だまご餅、三温糖、マヨネーズ、ごま	684 848	25.2 30	
10	木	中華めん 牛乳	もやしラーメンの汁 彩の国肉まん(バ) フルーツのヨーグルト和え(角)	牛乳、肉まん、豚肉、ヨーグルト	りんご缶、みかん缶、根しょうが、にんにく、黄桃缶、にんじん、たけのこ、乾しいたけ、もやし、にら、根深ねぎ	中華めん、米ぬかサラダ油、ナタデココ、上白糖、三温糖、でん粉	664 811	24.7 29.5	
11	金	バターロール 牛乳	秋野菜とミートボールのスープ かつおのバーベキューソース(角) 埼玉県産ブルーベリーのクレープ(学)	かつお、牛乳、ミートボール	にんじん、はくさい、かぶ、フロッコリー	バターロール、ブルーベリーのクレープ、なたね油、三温糖	652 815	28.8 34.1	
15	火	発芽玄米入りごはん 牛乳	けんちん汁 焼きそばの深谷ねぎみそだれかけ(バ) もやしのごま和え(角)	さば、牛乳、鶏肉、赤みそ、煮干し、削り節、豆腐	もやし、きゅうり、根しょうが、ごぼう、にんじん、だいこん、乾しいたけ、こんにゃく、根深ねぎ	ごま油、発芽玄米入りごはん、ごま、三温糖、さといも	669 845	28.2 34.5	
16	水	ツイストパン 牛乳	ミネストローネ ほたてのグラタン(バ) ごろごろサラダ(角)	牛乳、ほたてグラタン、ウインナーソーセージ、(冷)ミックスビーンズ	だいこん、にんにく、きゅうり、セロリー、にんじん、たまねぎ、トマトピューレー、トマト缶、キャベツ	オリーブ油、ツイストパン、米ぬかサラダ油、上白糖、じゃがいも	606 800	20.3 25	
17	木	ごはん 牛乳	親子煮 ハンバーグのきのこソースかけ(バ) 大根サラダ(角)	ハンバーグ、牛乳、鶏肉、煮干し、削り節、 <b>鶏卵</b>	だいこん、きゅうり、にんじん、ぶなしめじ、たまねぎ、えだまめ	ごはん、米ぬかサラダ油、上白糖、でん粉、三温糖、じゃがいも	714 903	27.2 33.2	
18	金	ごはん 牛乳	八宝菜 鶏肉の唐揚げ南蛮ソースかけ(角) 洋梨のゼリー(学)	牛乳、鶏肉、豚肉、いか、えび、うずら卵	根しょうが、にんにく、にんじん、たけのこ、乾しいたけ、もやし、はくさい、根深ねぎ、チンゲンサイ	ごはん、米ぬかサラダ油、洋梨ゼリー、なたね油、三温糖、オイスターソース、でん粉、ごま油	712 902	28.3 34.5	
21	月	ごはん 牛乳	呉汁 さけのみみじ焼き (にんじんとマヨネーズのソース)(バ) フロッコリーのごま和え(角)	さけ、牛乳、白みそ、油揚げ、煮干し、削り節、 <b>だいず</b> 、 <b>豆乳</b> 、赤みそ	フロッコリー、にんじん、だいこん、根深ねぎ	ごはん、米ぬかサラダ油、ごま、マヨネーズ、三温糖、じゃがいも	647 879	28.3 36.6	
22	火	ミニコア揚げパン (バ) 牛乳	和風きのこスパゲッティ チキンサラダ(角) ヨーグルト(学) きざみのり(ピ)	ヨーグルト、牛乳、のり、サラダチキン、焼き豚	キャベツ、きゅうり、根しょうが、にんにく、ほうれんそう、にんじん、たまねぎ、ぶなしめじ、エリンギ、万能ねぎ	コッペパン、米ぬかサラダ油、なたね油、上白糖、バター、スパゲッティ	665 749	28 32.5	
24	木	地粉うどん 牛乳	秩父おっ切り込み風汁 川越さつまいものてんぷら(バ) ごぼうサラダ(角) こんぶ小魚(中ピ)	牛乳、こんぶ小魚、鶏肉、白みそ、煮干し、削り節	ごぼう、とうもろこし、きゅうり、ぶなしめじ、えのきたけ、にんじん、だいこん、はくさい、乾しいたけ、根深ねぎ	さつま芋、地粉うどん、米ぬかサラダ油、小麦粉、上白糖、なたね油、ごま油、ごま	676 881	20.8 29	
25	金	ごはん 牛乳	秋野菜カレー ツナサラダ(角) ミニりんごゼリー(小1中2ピ)	牛乳、まぐろフレーク、豚肉、チーズ、ヨーグルト	キャベツ、ミニりんごゼリー、きゅうり、にんにく、たまねぎ、にんじん、だいこん、ソテーオニオン、トマト缶	ごはん、米ぬかサラダ油、上白糖、ごま油、ごま、さつま芋、バター、小麦粉、黒砂糖、ココア	688 845	23.6 28.8	
28	月	茶飯 牛乳	おでん 鶏つくねのみそがらめ(小2中3バ) 毛呂山産みかん(角)	ひじき入り鶏つくね、牛乳、煮干し、削り節、赤みそ、昆布、えびボール、焼き竹輪、ミニがんも	<b>みかん</b> 、だいこん、にんじん、こんにゃく	茶めし、三温糖、じゃがいも	625 789	22.4 27.9	
29	火	ライスボール 牛乳	オニオンスープ 焼きそば(バ) 杏仁豆腐(角) キャンディーチーズ(小中2ピ)	キャンディーチーズ、牛乳、鶏肉、豚肉、あおのり	パインアップル缶、みかん缶、黄桃缶、たまねぎ、にんじん、キャベツ、ソテーオニオン、パセリ	ライスボール、中華めん、杏仁ゼリー、米ぬかサラダ油	707 853	25.2 29.4	
30	水	酢めし 牛乳 中濃ソース	かきたま汁 かてめしの具(角) 行田ゼリーフライ(バ)	牛乳、煮干し、削り節、焼き竹輪、かまぼこ、 <b>鶏卵</b> 、油揚げ	ごぼう、にんじん、乾しいたけ、たまねぎ、糸こんにゃく、ほうれんそう	ゼリーフライ、酢めし、米ぬかサラダ油、なたね油、でん粉、三温糖	668 836	21.3 25.3	
給食回数		19回		(学)・・・学校配送(角)・・・角食缶(バ)・・・バット(夕)・・・タッパー(ピ)・・・ビニール袋(小)・・・小学校(中)・・・中学校			平均栄養量	664 842	25.5 31.6
							基準栄養量	640 820	24 30

※ 材料入荷の都合により献立を突然変更することや、欠品することがあります。

※ O-157対策のため生野菜をひかえた献立になっています。ご理解とご協力をお願いいたします。



# 11月 毛呂山町学校給食センターだより



毛呂山町学校給食センター

28年度上半期(4~10月)に使用した主な国産原料食材の産地は、以下のとおりでした。



## ●主食・牛乳

<b>米</b> 埼玉(統一米、コシヒカリ40%彩のかがやき60%)	<b>パン・めん(小麦粉)</b> 埼玉(さとのそら)・アメリカ・カナダ	<b>牛乳</b> 埼玉・東日本
------------------------------------	--------------------------------------	------------------

- ★ 学校給食用精米・パン・めん用小麦粉の放射性物質検査は(公財)埼玉県学校給食会が実施し、同会のホームページで公表しています。
- ★ 埼玉県産原乳の放射性物質検査は、月に1回程度埼玉県が実施し、ホームページで公表しています。



## ●食肉・卵・豆腐類・国産青果物・国産材料の加工品・冷凍食品等(餃子等多種の材料を使用しているものは、産地も多岐にわたるため、省略します。)

鶏肉 岩手 青森 宮城 群馬 千葉 茨城 鹿児島 熊本 大分 長崎 北海道	はるさめ 北海道 鹿児島	トマト 山形 茨城 千葉
サラダチキン(鶏肉) 宮崎 鹿児島 青森 岩手	だまご餅(うるち米) 秋田	ミニトマト 愛知
チキンナゲット(鶏肉) 青森 岩手 北海道	米ぬかサラダ油 宮城 他東北	トマトホール缶 愛知 岐阜 北海道
野菜入り肉団子(鶏肉) 九州他	黒砂糖 沖縄	トマトピューレ 愛知 岐阜 静岡
白ごま鶏つくね(鶏肉) 群馬 栃木 埼玉 茨城 長野	ちりめんじゃこ 静岡	トマトケチャップ 愛知 岐阜 静岡
豚肉 埼玉 熊本 青森 群馬 栃木 鹿児島 毛呂山町 岩手 北海道	焼きのり 佐賀	ズッキーニ 長野 岩手
ポークハム 茨城 群馬	青のり(あおさ) 愛知	セロリー 長野
ベーコン 千葉 他	干しひじき 大分 熊本 鹿児島 愛媛 山口	にがうり 埼玉
ウインナー・レバー入りフランク 茨城 群馬 埼玉 他	帆立フライ(ぼたて) 青森	冷凍ほうれんそう 宮崎
ヒレカツ(豚肉) 茨城	煮干し だし用 宮崎 長崎 他	冷凍むぎ枝豆 北海道
メンチカツ(豚肉) 北海道	削り節 だし用 静岡 熊本 長崎 他	たけのこ水煮 鹿児島 熊本 福岡 徳島 香川 佐賀 京都
豚レバー竜田(レバー) 北海道	小魚(いわし) 瀬戸内 山陰 九州	冷凍さやいんげん 北海道
ハンバーグ(豚肉・鶏肉・玉ねぎ) 群馬 九州 沖縄 鹿児島 岩手 青森 兵庫 大阪 和歌山 京都 愛知 北海道 他	昆布 北海道	茎わかめ入り五分漬け(だいこん) 宮崎 徳島 長崎
彩の国肉まん(豚肉 小麦粉) 埼玉アメリカ他	冷凍もずく 沖縄	切干しだいこん 宮崎
鶏卵 毛呂山町	かつお 静岡	キムチ(はくさい) 三重 長野 千葉
煮卵 新潟 青森 宮城	さんま 北海道 岩手 台湾	千切りたくあん(だいこん) 滋賀 京都 熊本 他
スコッチエッグ(鶏肉・鶏卵) 青森 岩手 茨城 神奈川 千葉 埼玉 栃木 群馬 宮城 石川 富山 福井 三重 他	さけ 北海道 三陸	ごぼう千切り 茨城 青森 埼玉 他
プレーンオムレツ(卵) 福島 新潟 他	いわし 北海道 青森	冷凍さやえんどう 愛知 三重 和歌山 群馬 長野 静岡 他
うずら卵水煮 埼玉	いか 宮城 アメリカ カナダ 他	栗 熊本 愛媛
ヨーグルト(調理用) 埼玉 栃木 他	ニギス 石川	ねり梅 越生 埼玉
ヨーグルト(加糖) 埼玉 他	とびうお 石川	刻み梅 群馬
バター 北海道主体 東北以北	きびなご 九州	かぼちゃ 毛呂山 茨城 千葉 北海道
生クリーム 北海道	なると(すり身・でん粉) 北海道 アメリカ 他	マッシュルーム水煮 千葉
脱脂粉乳 北海道	星形かまぼこ(スケソウタラ) アメリカ 北海道	乾しいたけ 静岡 愛媛
りんごヨーグルト 山形 北海道 ニューゼaland	焼き竹輪(魚肉・でん粉) タイ 北海道	ふなしめじ 長野 福岡
みかんヨーグルト 日本 ニューゼaland	生竹輪(たらずり身) 北海道	なめこ 長野 宮城 新潟
ブルーベリーヨーグルト 北海道 アメリカ	かまぼこ(たらずり身) 北海道 アメリカ	えのきたけ 埼玉 福岡
コーヒーマルク(生乳) 埼玉	たまねぎ 毛呂山 北海道 愛知 千葉 群馬 茨城 栃木	河内晩柑 愛媛
ゆで大豆 秋田 他	ソテーオニオン(たまねぎ) 北海道 他	冷凍りんご 青森
豆腐(大豆) 毛呂山町 北海道 栃木 埼玉	きゅうり 埼玉 高知 茨城 宮崎 岩手 秋田 群馬	お米のババロア(みかんソース) 和歌山 大阪 他
油揚げ(大豆) 栃木	キャベツ 埼玉 千葉 神奈川 愛知 茨城 群馬	抹茶プリン 静岡
生揚げ(大豆) 北海道 栃木 埼玉 佐賀	にんじん 埼玉 徳島 青森 千葉 北海道	さくらんぼゼリー(さくらんぼ) 山形
赤・白みそ(大豆・米) 埼玉	だいこん 千葉 神奈川 茨城 青森 北海道	白桃ゼリー(白桃) 山形
彩の国納豆(大豆) 埼玉	緑豆もやし 群馬	フルーツミックスゼリー(りんご) 青森 他
きな粉 北海道	にんにく 青森 香川	いちごジャム(いちご) 長崎 熊本 静岡
金時豆蒸しレトルト 北海道	根しょうが 高知	マーマレード(いよかん 夏みかん) 愛媛 他
ミックスビーンズ(大豆 いんげん豆) 秋田 山形 北海道 他	ごぼう 青森 群馬 茨城	冷凍ゆず果皮 毛呂山町
白花豆コロッケ 北海道	こまつな 埼玉	ゆずジャム(ゆず) 毛呂山町
じゃがいも 毛呂山町 鹿児島 長崎 茨城 北海道	長ねぎ 千葉 埼玉 群馬 茨城 秋田 山形 新潟	冷凍レモン果汁 広島 愛媛
冷凍ダイズポテト(じゃがいも) 北海道	パセリ 千葉 長野	みかん缶詰 佐賀 長崎 熊本 愛媛 広島 他
コロッケ(じゃがいも・玉ねぎ) 北海道	はくさい 茨城	黄桃ダイス缶 山形 北海道 神奈川
コシーニャ風コロッケ(じゃがいも) 北海道	いら 茨城 栃木	ミニりんごゼリー(りんご) 青森 他
さつまいも 千葉	チンゲンサイ 茨城	ミニピーチゼリー(もも) 和歌山
さといも 埼玉 千葉	とうがん 毛呂山町	ミニみかんゼリー(みかん) 宮崎 佐賀 熊本
冷凍さといも 大分	青ピーマン 茨城 青森	ミニ洋梨ゼリー(洋梨) 秋田 オーストラリア 他
こんにやく(こんにやく芋) 群馬 他	赤ピーマン 千葉	ミニぶどうゼリー(ぶどう) 長野
しらたき(こんにやく芋) 群馬	グリーンアスパラガス 佐賀 秋田	ミニブルーベリーブリ: 青森 オランダ オーストラリア カナダ
でん粉(じゃがいも) 北海道	糸みつば 埼玉 茨城 千葉	
小麦粉 埼玉	さやいんげん 福島	
ポークラビオリ(小麦) 北海道	オクラ 福岡	
	とうもろこし 毛呂山町 埼玉	
	冷凍とうもろこし 北海道	
	スイートコーンペースト 北海道	
	大豆もやし 栃木	
	なす 毛呂山	

