

## 中 学 校 給 食 献 立 表 ( A ブ ロ ッ ク )

実施日	献立名	食 品 名	実施日	献立名	食 品 名
8/28 水	ごはん 牛乳 肉みそそば ナムル	【米 【スパゲティ、ぶたひき肉、たまねぎ、にんじん、たけのこ、ねぎ、土しょうが、にんにく、油、トウバンジャン、赤だしみそ、しょうゆ濃、みそ、みりん、砂糖、ごま油 【きゅうり、キャベツ、にんじん、しょうゆ濃、ごま油、塩	9/12 木	チャーハン 牛乳 あじフライ 中華スープ	【米、やきぶた、ねぎ、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、ごま油、〈水〉 【あじ、塩、こしょう、小麦粉、〈水〉、純力レー粉、パン粉、油 【とり肉、はくさい、たけのこ、チンゲンサイ、にんじん、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、こしょう、〈水〉
8/29 木	コーンピラフ 牛乳 カントリーポテト いかのマリネ コンソメスープ	【米、ベーコン、コーン、にんじん、油、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、こしょう、〈水〉 【じゃがいも、油、塩、こしょう 【いか、たまねぎ、きゅうり、にんじん、セロリー、しょうゆ淡、サラダ油、酢、砂糖、塩 【とり肉、たまねぎ、にんじん、パセリ、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、こしょう、ペイリーフ、〈水〉	9/13 金	ごはん 牛乳 ボーキーンズ 切干大根の青じそサラダ 卵スープ ミニレモンゼリー	【米 【ぶた肉、だいず、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、とりがらスープ、トマトピューレ、チリソース、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、塩、こしょう、でんぶん、〈水〉 【ツナ、きりぼしだいこん、きゅうり、青じそ、酢、しょうゆ濃、砂糖、サラダ油 【とり肉、たまご、たまねぎ、にんじん、パセリ、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、こしょう、ペイリーフ、〈水〉 【ミニレモンゼリー
8/30 金	ごはん 牛乳 関東煮 焼きししゃも みそ汁	【米 【とり肉、こんにゃく、がんもどき、さがきてんぶら、じゃがいも、にんじん、さやいんげん、しょうゆ濃、しょうゆ淡、三温糖、みりん、けずりぶし、〈水〉 【ししゃも、油 【うすあげ、はくさい、たまねぎ、にんじん、ねぎ、みそ、けずりぶし、〈水〉	9/17 火	ごはん 牛乳 鶏肉と里芋のごまみそ煮 おひたし すまし汁 月見団子	【米 【とり肉、さといも、こんにゃく、にんじん、白ごま、みそ、三温糖、みりん、酒、けずりぶし、〈水〉 【はくさい、チンゲンサイ、しょうゆ濃、みりん、けずりぶし、〈水〉 【かまぼこ、はくさい、えのきたけ、にんじん、みつば、ふ、しょうゆ淡、みりん、塩、けずりぶし、〈水〉 【つきみだんご
9/2 月	ごはん 牛乳 ちくわの天ぷら 切干大根の煮物 冬瓜のかき卵汁	【米 【ちくわ、小麦粉、塩、〈水〉、油 【とり肉、うすあげ、きりぼしだいこん、にんじん、油、三温糖、しょうゆ淡、しょうゆ濃、みりん、けずりぶし、〈水〉 【とり肉、たまご、とうがら、えのきたけ、みつば、しょうゆ淡、塩、けずりぶし、〈水〉	9/18 水	ごはん 牛乳 ミンチカツ かぼちゃサラダ マヨネーズ ミキストローネ	【米 【ミンチカツ、油 【かぼちゃ、めひじき、酢、サラダ油、塩、こしょう 【マヨネーズ 【ベーコン、たまねぎ、じゃがいも、トマト水煮、にんじん、にんにく、パセリ、ショートスパゲティ、油、ポーンストック、とりがらスープ、ケチャップ、しょうゆ濃、砂糖、塩、こしょう、ペイリーフ、〈水〉
9/3 火	玄米ごはん 牛乳 夏野菜カレー フレンチサラダ ヨーグルト	【米、げんまい 【ぶた肉、かぼちゃ、たまねぎ、なす、ズッキーニ、トマト水煮、さやいんげん、にんにく、土しょうが、油、ポーンストック、小麦粉、マーガリン、純力レー粉、チャツネ、しょうゆ濃、ウスターソース、ケチャップ、塩、三温糖、こしょう、ペイリーフ、〈水〉 【キャベツ、きゅうり、にんじん、セロリー、酢、サラダ油、砂糖、しょうゆ濃、塩、こしょう 【ヨーグルト	9/19 木	ゆかりご飯 牛乳 肉若布うどん 和え物	【米、ゆかり粉 【うどん、牛肉、うすあげ、にんじん、ねぎ、干しいたけ、干しわかめ、しょうゆ淡、みりん、けずりぶし、〈水〉 【ちくわ、キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ濃、みりん
9/4 水	ごはん 牛乳 さわらの香味焼き きんぴらごぼろ みそ汁 即席漬け	【米 【さわら、たまねぎ、にんにく、白ごま、とうがらし、しょうゆ濃、酒、砂糖、油 【ちくわ、つきごんにゃく、ごぼろ、にんじん、白ごま、とうがらし、油、三温糖、しょうゆ濃、しょうゆ淡、みりん、ごま油、けずりぶし、〈水〉 【とうふ、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ねぎ、みそ、けずりぶし、〈水〉 【きゅうり、しょうゆ濃、塩	9/20 金	ひじきごはん 牛乳 さつま芋のかきあげ つくねの煮物 みそ汁	【米、めひじき、うすあげ、にんじん、しょうゆ濃、酒、みりん、塩、けずりぶし、〈水〉 【さつまいも、たまねぎ、にんじん、小麦粉、塩、〈水〉、油 【つくね、さやいんげん、三温糖、しょうゆ淡、しょうゆ濃、けずりぶし、〈水〉 【ぶた肉、とうふ、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ねぎ、みそ、けずりぶし、〈水〉
9/5 木	ミニパンブキンパン 牛乳 スパゲティナポリターナ りっちゃんサラダ	【ミニパンブキンパン 【スパゲティ、ベーコン、たまねぎ、なす、にんにく、トマト水煮、ケチャップ、トマトピューレ、ウスターソース、塩、こしょう 【ハム、キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン、はなかつお、きざみこんぶ、酢、サラダ油、塩、砂糖	9/24 火	コッペパン いちごジャム 牛乳 ペンネのクリーム煮 焼きフランクフルト フレンチサラダ	【コッペパン 【いちごジャム 【ペンネ、ベーコン、かぼちゃ、たまねぎ、チンゲンサイ、油、マーガリン、とりがらスープ、牛乳、小麦粉、塩、こしょう、ペイリーフ、〈水〉 【フランクフルト、油、ケチャップ、ウスターソース、とんかつソース、三温糖、洋がらし 【キャベツ、きゅうり、干しわかめ、土しょうが、酢、サラダ油、しょうゆ濃、砂糖、塩、こしょう
9/6 金	ごはん 牛乳 ホイウロウ コロッケ 若布のスープ	【米 【ぶた肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、たけのこ、土しょうが、にんにく、油、赤だしみそ、しょうゆ濃、酒、塩、トウバンジャン、こしょう、ごま油、でんぶん、〈水〉 【コロッケ、油 【とうふ、はくさい、にんじん、干しわかめ、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、〈水〉	9/25 水	ごはん 牛乳 鶏肉のからあげ香味ソース スーミータン	【米 【とり肉、塩、こしょう、酒、でんぶん、油、しろねぎ、にんにく、土しょうが、しょうゆ濃、酢、砂糖、ラー油、ごま油 【たまご、ベーコン、たまねぎ、クリームコーン、にんじん、コーン、ねぎ、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、こしょう、でんぶん、〈水〉
9/9 月	ごはん 牛乳 ベーコンと野菜の煮物 ひじきの炒め煮 すまし汁	【米 【ぶた肉、ベーコン、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、さやいんげん、油、とりがらスープ、しょうゆ濃、しょうゆ淡、三温糖、みりん、〈水〉 【うすあげ、めひじき、にんじん、油、しょうゆ濃、三温糖、みりん、けずりぶし、〈水〉 【とうふ、えのきたけ、にんじん、ねぎ、しょうゆ淡、みりん、塩、けずりぶし、〈水〉	9/26 木	ごはん 牛乳 そぼろ煮 さばの塩焼き みそ汁 即席漬け	【米 【牛ひき肉、ぶたひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、さやいんげん、油、しょうゆ濃、三温糖、でんぶん、けずりぶし、〈水〉 【さば、塩、油 【とうふ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、干しわかめ、みそ、けずりぶし、〈水〉 【キャベツ、きゅうり、しょうゆ濃、塩
9/10 火	わかめごはん 牛乳 チヂミ じゃがビー炒め 豚腰スープ	【米、干しわかめ、塩、〈水〉 【いか、はくさいキムチ、ニラ、小麦粉、ながいも、とりがらスープ、塩、〈水〉、ごま油、しょうゆ濃、酢、ごま油 【ぶた肉、じゃがいも、ピーマン、油、みそ、しょうゆ濃、酒、みりん、砂糖 【やきぶた、はるさめ、はくさい、にんじん、チンゲンサイ、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、こしょう、〈水〉	9/27 金	アップルパン 牛乳 なすのバルミジャーナ 切干大根のサラダ レタスのスープ	【アップルパン 【なす、油、粉チーズ、とけるチーズ、トマトピューレ、たまねぎ、にんにく、オリーブ油、塩 【きりぼしだいこん、きゅうり、にんじん、酢、しょうゆ濃、サラダ油、砂糖、塩 【ぶた肉、でんぶん、レタス、にんじん、干しいたけ、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、こしょう、〈水〉
9/11 水	ごはん 牛乳 とりすき 甘酢和え みそ汁	【米 【とり肉、糸こんにゃく、はくさい、たまねぎ、にんじん、しろねぎ、ふ、油、しょうゆ濃、三温糖 【ツナ、きゅうり、干しわかめ、酢、砂糖、しょうゆ濃、みりん 【とうふ、えのきたけ、ねぎ、干しわかめ、みそ、けずりぶし、〈水〉	9/30 月	バーカーパン 牛乳 ミートサンド こふさいも ポターージュ	【バーカーパン 【牛ひき肉、ぶたひき肉、ベーコン、たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、油、ケチャップ、トマトピューレ、ウスターソース、赤ふどう酒、とんかつソース、塩、こしょう 【じゃがいも、塩、こしょう 【とり肉、たまねぎ、にんじん、パセリ、油、牛乳、ポターージュストック、ポーンストック、塩、こしょう、ペイリーフ、〈水〉