

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
11/1 月	ごはん 牛乳 てり焼きハンバーグ ポイルキャベツ 筑前煮 みそ汁	【米 【ハンバーグ、油、しょうゆ濃、砂糖、みりん、でんぶん、〈水〉 【キャベツ 【とり肉、こんにやく、さいとも、にんじん、ごぼう、れんこん、さやいんげん、干しいたけ、油、しょうゆ濃、三温糖、みりん、けずりぶし、〈水〉 【とり肉、とうふ、こまつな、たまねぎ、はくさい、にんじん、みそ、けずりぶし、〈水〉	11/16 火	ゆかりご飯 牛乳 はたはたのからあげ 豚肉と大根の煮物 みそ汁	【米、ゆかり粉 【はたはた、でんぶん、塩、こしょう、油 【ぶた肉、こんにやく、だいこん、にんじん、さやいんげん、しょうゆ濃、しょうゆ淡、三温糖、酒、けずりぶし、〈水〉 【とり肉、とうふ、うすあげ、たまねぎ、チンゲンサイ、にんじん、みそ、けずりぶし、〈水〉
11/2 火	コッペパン 牛乳 ペンネのクリーム煮 かりかりベーコン スクランブルエッグ 甘酢和え	【パン 【ペンネ、ベーコン、かぼちゃ、たまねぎ、チンゲンサイ、油、とりがらスープ、小麦粉、マーガリン、牛乳、塩、こしょう、ペイリーフ、〈水〉 【ベーコン 【たまご、油、塩、こしょう、ケチャップ 【ツナ、きゅうり、干しわかめ、酢、砂糖、しょうゆ濃、みりん	11/17 水	ミニアップルパン 牛乳 和風スパゲティ ごま和え デザート（ゼリー）	【パン、ドライアップル 【スパゲティ、ベーコン、たまねぎ、しめじ、エリンギ、にんじん、油、ポーンストック、しょうゆ濃、塩、こしょう 【ちくわ、ブロッコリー、にんじん、白ごま、しょうゆ濃、砂糖、みりん 【ゼリー
11/4 木	パンブキンパン 牛乳 アメリカンドッグ いかのマリネ ポイルブロッコリー 白菜スープ	【パン、パンブキンペースト 【フランクフルト、ホットケーキミックス、小麦粉、〈水〉、油 【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 【ブロッコリー、酢、サラダ油、砂糖、塩 【とり肉、はくさい、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、しょうゆ濃、塩、こしょう、でんぶん、〈水〉	11/18 木	ごはん 牛乳 肉豆腐 春菊のおひたし すまし汁	【米 【牛肉、とうふ、糸こんにやく、たまねぎ、しろねぎ、にんじん、ごぼう、油、しょうゆ濃、三温糖、酒 【はくさい、しゅんぎく、にんじん、しめじ、しょうゆ濃、みりん、けずりぶし、〈水〉 【かまぼこ、はくさい、にんじん、ねぎ、ふ、干しわかめ、しょうゆ淡、みりん、塩、けずりぶし、〈水〉
11/5 金	ごはん 牛乳 さばのみそ煮 牛肉と春雨の炒め物 かき卵汁	【米 【さば、土しょうが、みそ、三温糖、酒、みりん、〈水〉 【牛肉、土しょうが、にんにく、油、はるさめ、にんじん、たけのこ、きぬさや、干しいたけ、しょうゆ濃、砂糖、酒、ごま油、塩、こしょう 【とり肉、たまご、かまぼこ、はくさい、にんじん、みつば、しょうゆ淡、みりん、塩、けずりぶし、〈水〉	11/19 金	カレーピラフ 牛乳 かぼちゃのチーズ焼き ごぼうサラダ コンソメスープ	【米、牛肉、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、ピーマン、マーガリン、油、とりがらスープ、酒、塩、しょうゆ濃、純カレー粉、こしょう、〈水〉 【ベーコン、かぼちゃ、たまねぎ、とけるチーズ、塩、こしょう 【ツナ、ごぼう、砂糖、しょうゆ淡、けずりぶし、〈水〉、きゅうり、にんじん、マヨネーズ、白ごま、塩、こしょう 【とり肉、たまねぎ、にんじん、バセリ、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〉
11/8 月	ごはん 牛乳 そばろ煮 わかさぎのからあげ きんぴら デザート（和菓子）	【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〉 【わかさぎ、塩、こしょう、でんぶん、油 【とり肉、ちくわ、つきこんにやく、ごぼう、にんじん、油、白ごま、三温糖、しょうゆ濃、しょうゆ淡、みりん、とうがらし、ごま油、けずりぶし、〈水〉 【おはぎ	11/22 月	ごはん 牛乳 焼ききょうざ 白菜とひじきのサラダ かぶと鶏団子のスープ 杏仁豆腐	【米 【きょうざ、油、酢、しょうゆ濃、ごま油、ラー油 【はくさい、きゅうり、にんじん、はなかつお、めひじき、サラダ油、しょうゆ淡、酢、塩 【とりひき肉、ねぎ、土しょうが、しょうゆ濃、酒、塩、こしょう、でんぶん、かぶ（葉付き）、にんじん、干しいたけ、ポーンストック、しょうゆ淡、塩、〈水〉 【あんにとんどうふ
11/9 火	ごはん 牛乳 サーモンフライ 野菜ソテー レタスのスープ	【米 【鮭、塩、こしょう、小麦粉、〈水〉、パン粉、油 【ぶた肉、ベーコン、カットスパゲティ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、コーン、油、ウスターソース、ケチャップ、とんかつソース、塩、こしょう 【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〉	11/24 水	しめじごはん 牛乳 さわらの塩焼き さつま芋のかきあげ ごま和え すまし汁	【米、うすあげ、しめじ、にんじん、しょうゆ濃、しょうゆ淡、塩、酒、だしこんぶ、けずりぶし、〈水〉 【さわら、塩、油 【さつま芋、たまねぎ、にんじん、小麦粉、塩、〈水〉、油 【ちくわ、ほうれんそう、はくさい、にんじん、白ごま、しょうゆ濃、みりん 【とり肉、とうふ、はくさい、えのきたけ、にんじん、ねぎ、ふ、しょうゆ淡、みりん、塩、けずりぶし、〈水〉
11/10 水	キムチごはん 牛乳 豚肉ときのこの炒め物 大根サラダ れんこんスープ	【米、いか、はくさいキムチ、ごま油、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ濃、塩、〈水〉 【ぶた肉、酒、キャベツ、エリンギ、しめじ、にんじん、油、しょうゆ濃、塩、ごま油、でんぶん、〈水〉 【ツナ、はなかつお、だいこん、きゅうり、白ごま、酢、しょうゆ濃、ごま油、砂糖 【ベーコン、はくさい、チンゲンサイ、れんこん、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〉	11/25 木	ごはん 牛乳 あじのカレームニエル ビーフソテー ちゃんぽん汁	【米 【あじ、塩、こしょう、小麦粉、純カレー粉、油 【ビーフン、ぶた肉、かまぼこ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、油、ポーンストック、しょうゆ淡、ごま油、塩、こしょう 【ぶた肉、土しょうが、いか、はくさい、たまねぎ、にんじん、たけのこ、ねぎ、干しいたけ、ポーンストック、とりがらスープ、油、しょうゆ淡、塩、こしょう、ごま油、〈水〉
11/11 木	ごはん 牛乳 卵と豚肉の炒め物 大学芋 中華スープ	【米 【たまご、サラダ油、ぶた肉、たまねぎ、たけのこ、にんじん、さやいんげん、土しょうが、ごま油、ポーンストック、しょうゆ濃、酒、塩、三温糖、こしょう、でんぶん、〈水〉 【さつま芋、油、黒ごま、砂糖、しょうゆ濃、〈水〉 【とり肉、はくさい、チンゲンサイ、もやし、たけのこ、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〉	11/26 金	ひじきとツナの混ぜごはん 牛乳 あんかけうどん つくねの煮物 和え物	【米、ツナ、めひじき、にんじん、しょうゆ淡、みりん、酒、塩、けずりぶし、〈水〉 【うどん、とり肉、酒、はくさい、チンゲンサイ、にんじん、土しょうが、しょうゆ淡、みりん、でんぶん、けずりぶし、〈水〉 【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〉 【ふともやし、ほうれんそう、にんじん、酢、しょうゆ淡、砂糖、ごま油、塩
11/12 金	ごはん 牛乳 関東煮 ひじきの炒め煮 みそ汁	【米 【とり肉、こんにやく、あつあげ、さがきてんぶら、じゃがいも、だいこん、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〉 【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〉 【ぶた肉、たまねぎ、えのきたけ、にんじん、ねぎ、みそ、けずりぶし、〈水〉	11/29 月	ごはん 牛乳 アドボ チンゲン菜の卵炒め 焼豚スープ	【米 【とり肉、たまねぎ、赤ピーマン、にんにく、土しょうが、油、酢、三温糖、しょうゆ濃、塩、こしょう、ごま油、ペイリーフ、〈水〉 【ベーコン、たまご、サラダ油、チンゲンサイ、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、にんにく、油、しょうゆ濃、ポーンストック、塩、砂糖、こしょう 【やきぶた、はるさめ、はくさい、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〉
11/15 月	ハヤシライス 牛乳 フレンチサラダ デザート（ヨーグルト）	【米、げんまい、牛肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、にんにく、油、マーガリン、小麦粉、ケチャップ、トマトピューレ、赤ぶどう酒、ウスターソース、塩、砂糖、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	11/30 火	はちみつパン 牛乳 ボークビーンズ ちくわのチーズフライ 根菜サラダ	【パン、はちみつ 【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〉 【ちくわ、小麦粉、〈水〉、粉チーズ、パン粉、油 【ごぼう、れんこん、きゅうり、めひじき、はなかつお、酢、サラダ油、しょうゆ濃、砂糖、塩、こしょう