

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 火	ごはん 牛乳 けんちゃ さばの塩焼き 和え物 みそ汁	【米 【とり肉、とうふ、だいこん、さといも、にんじん、ごぼう、れんこん、油、しょうゆ濃、しょうゆ濃、三温糖、みりん、けずりぶし、〈水〉 【さば、塩、油 【ちくわ、キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ濃、みりん 【ぶた肉、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〉	11/16 水	ごはん 牛乳 すき焼き風煮 焼きししゃも すまし汁	【米 【牛肉、糸こんにやく、はくさい、たまねぎ、しろねぎ、にんじん、ふ、油、しょうゆ濃、三温糖、酒 【ししゃも、油 【とうふ、えのきたけ、にんじん、ねぎ、しょうゆ濃、みりん、塩、けずりぶし、〈水〉
11/2 水	ごはん 牛乳 ポトフ ポークチャップ ごぼうマヨサラダ	【米 【ウインナー、ぶた肉、たまねぎ、じゃがいも、キャベツ、にんじん、パセリ、油、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ濃、塩、こしょう、ペイリーフ、〈水〉 【ぶた肉、たまねぎ、油、ケチャップ、ウスターソース、酒、砂糖、塩、こしょう 【ツナ、ごぼう、砂糖、しょうゆ濃、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	11/17 木	ごはん 牛乳 豚肉と厚揚げの炒め煮 コロッケ きのこ汁	【米 【ぶた肉、あつあげ、はくさい、こまつな、にんじん、油、しょうゆ濃、三温糖、みりん 【コロッケ、油 【ぶた肉、うすあげ、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、しめじ、まいたけ、ねぎ、みそ、けずりぶし、〈水〉
11/4 金	コーンピラフ 牛乳 ビーフンチャー フレンチサラダ	【米、コーン、にんじん、油、とりがらスープ、しょうゆ濃、塩、こしょう、〈水〉 【牛肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、ポーンストック、小麦粉、マーガリン、ケチャップ、トマトピューレ、チャツネ、ウスターソース、赤ぶどう酒、塩、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	11/18 金	ごはん 牛乳 ビーフンソテー 和風オムレツ みそ汁	【米 【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、しょうゆ濃、ごま油、塩、こしょう 【とりき肉、たまご、たまねぎ、にんじん、しめじ、パセリ、油、しょうゆ濃、砂糖、酒、塩、けずりぶし、〈水〉 【とり肉、とうふ、こまつな、たまねぎ、にんじん、みそ、けずりぶし、〈水〉
11/7 月	ゆかりご飯 牛乳 かやくうどん 卵焼き 和え物	【米、ゆかり粉 【うどん、とり肉、かまぼこ、うすあげ、にんじん、ねぎ、干しいたけ、干しわかめ、しょうゆ濃、みりん、けずりぶし、〈水〉 【たまご、ツナ、パセリ、とりがらスープ、〈水〉、塩、油 【ちくわ、はくさい、ほうれんそう、にんじん、しょうゆ濃、みりん	11/21 月	玄米ごはん 牛乳 カレー フルーツミックス	【米、げんまい 【牛肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、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、純カレール粉、チャツネ、しょうゆ濃、ケチャップ、ウスターソース、塩、こしょう、ペイリーフ、〈水〉 【みかん、パイナップル、黄桃、シロップ
11/8 火	ごはん 牛乳 野菜ソテー 大学芋 白菜スープ	【米 【ぶた肉、ベーコン、ショートスパゲティ、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 【さつまいも、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、にんじん、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ濃、しょうゆ濃、塩、こしょう、でんぶん、〈水〉	11/22 火	ごはん 牛乳 とりすき 五目煮 甘酢和え	【米 【とり肉、糸こんにやく、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 【だいた、ぶた肉、こんにやく、ちくわ、れんこん、にんじん、ごぼう、さやいんげん、干しいたけ、三温糖、しょうゆ濃、しょうゆ濃、けずりぶし、〈水〉 【ツナ、きゅうり、干しわかめ、酢、砂糖、しょうゆ濃、みりん
11/9 水	ごはん 牛乳 豚ノリ炒め きんぴらごぼう みそ汁	【米 【ぶた肉、エリンギ、ニラ、土しょうが、にんにく、油、しょうゆ濃、みそ、酒、砂糖、塩、とうがらし 【牛肉、ちくわ、つきこんにやく、ごぼう、にんじん、白ごま、とうがらし、油、三温糖、しょうゆ濃、しょうゆ濃、みりん、ごま油、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〉	11/24 木	わかめごはん 牛乳 牛肉と春雨の炒め物 けんちんあげ みそ汁	【米、干しわかめ、塩、白ごま、〈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 【とうふ、つきこんにやく、にんじん、ごぼう、れんこん、めひじき、干しいたけ、小麦粉、でんぶん、しょうゆ濃、砂糖、油 【うすあげ、さつまいも、もやし、えのきたけ、ねぎ、みそ、だしこんぶ、〈水〉
11/10 木	ごはん 牛乳 肉じゃが おひたし みそ汁 ゼリー	【米 【牛肉、糸こんにやく、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、さやいんげん、油、しょうゆ濃、しょうゆ濃、三温糖、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〉 【とうふ、えのきたけ、ねぎ、干しわかめ、みそ、けずりぶし、〈水〉 【ゼリー	11/25 金	ごはん 牛乳 ジャージャー麺 和え物 中華スープ	【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、みそ、しょうゆ濃、みりん、砂糖、ごま油 【きゅうり、もやし、にんじん、白ごま、しょうゆ濃、みりん 【はるさめ、チンゲンサイ、にんじん、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ濃、塩、こしょう、〈水〉
11/11 金	きのごはん 牛乳 サーモンフライ 切干大根のサラダ すまし汁	【米、しめじ、生しいたけ、うすあげ、にんじん、しょうゆ濃、しょうゆ濃、塩、酒、だしこんぶ、けずりぶし、〈水〉 【鮭、塩、こしょう、小麦粉、〈水〉、パン粉、油 【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 【とうふ、はくさい、えのきたけ、にんじん、ねぎ、しょうゆ濃、みりん、塩、けずりぶし、〈水〉	11/28 月	ごはん 牛乳 中華丼 あげきょうざ 若布のスープ	【米 【ぶた肉、いか、むきえび、酒、はくさい、たまねぎ、チンゲンサイ、にんじん、たけのこ、干しいたけ、土しょうが、油、ポーンストック、しょうゆ濃、しょうゆ濃、塩、こしょう、ごま油、でんぶん、〈水〉 【きょうざ、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、しょうゆ濃、塩、〈水〉
11/14 月	ごはん 牛乳 みそおでん おひたし すまし汁	【米 【ぶた肉、あつあげ、ささがきてんぶら、こんにやく、じゃがいも、だいこん、にんじん、さやいんげん、みそ、三温糖、しょうゆ濃、けずりぶし、〈水〉 【ほうれんそう、はくさい、しょうゆ濃、みりん、けずりぶし、〈水〉 【とり肉、かまぼこ、はくさい、にんじん、ねぎ、ふ、干しわかめ、しょうゆ濃、みりん、塩、けずりぶし、〈水〉	11/29 火	ごはん 牛乳 さけの塩焼き ひじきと大豆の煮物 鶏団子のみそ汁 のりの佃煮	【米 【鮭、塩、油 【牛肉、だいた、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〉 【とりひき肉、れんこん、でんぶん、塩、〈水〉、だいこん、にんじん、しめじ、ねぎ、みそ、けずりぶし、〈水〉 【のりのつくた煮
11/15 火	チキンライス 牛乳 ごまドレッシング和え 白いんげん豆のクリームスープ	【米、とり肉、たまねぎ、にんじん、コーン、マッシュルーム、ケチャップ、トマトピューレ、油、塩、こしょう、〈水〉 【いか、キャベツ、きゅうり、もやし、にんじん、白ごま、酢、しょうゆ濃、砂糖、サラダ油 【ペーコン、白いんげん豆、たまねぎ、にんじん、パセリ、油、牛乳、ポタージュストック、ポーンストック、塩、こしょう、ペイリーフ、〈水〉	11/30 水	コッペパン 牛乳 白菜シュュー ハンバーグ マセドアンマヨサラダ	【パン 【とり肉、白ぶどう酒、はくさい、たまねぎ、にんじん、油、牛乳、粉チーズ、小麦粉、マーガリン、とりがらスープ、塩、こしょう、ペイリーフ、〈水〉 【ハンバーグ、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、〈水〉、キャベツ 【ハム、さつまいも、きゅうり、コーン、にんじん、マヨネーズ、サラダ油、酢、砂糖、塩、こしょう