

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
8/31 水	玄米ごはん 牛乳 野菜カレー フレンチサラダ 福神漬 ヨーグルト	【米、げんまい 【ふた肉、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、純カレー粉、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、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 【ふくじんづけ 【ヨーグルト	9/15 木	ごはん 牛乳 ビーフソテー いかのフライ コンスープ	【米 【ビーフン、ふた肉、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 【いか、塩、こしょう、パン粉、小麦粉、〈水〉、油 【とり肉、たまねぎ、にんじん、油、クリームコーン、パセリ、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ濃、塩、こしょう、でんふん、ペイリーフ、〈水〉
9/1 木	ひじきごはん 牛乳 冬瓜と豚肉の煮物 焼きししゃも 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〉 【ふた肉、とうがん、土しょうが、油、しょうゆ濃、みりん、酒、砂糖、でんふん、けずりぶし、〈水〉 【ししゃも、油 【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〉	9/16 金	ごはん 牛乳 豚肉と厚揚げの炒め煮 さわらの香味焼き みそ汁	【米 【ふた肉、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 【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 【ふた肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、チンゲンサイ、みそ、けずりぶし、〈水〉
9/2 金	ミニパン 牛乳 スパゲティホリターナ ツナと切干大根のサラダ	【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 【ツナ、きりばしだいこん、きゅうり、にんじん、白ごま、酢、しょうゆ濃、砂糖、サラダ油、こしょう	9/20 火	玄米ごはん 牛乳 ハヤシチュー フルーツミックス	【米、げんまい 【牛乳、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〉 【みかん、パイナップル、黄桃、シロップ
9/5 月	ごはん 牛乳 ポトフ ドライカレー いかのマリネ	【米 【ウインナー、ふた肉、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、こしょう、ペイリーフ、〈水〉 【牛ひき肉、ふたひき肉、たまねぎ、にんじん、コーン、油、とりがらスープ、ケチャップ、ウスターソース、しょうゆ濃、純カレー粉、塩、こしょう 【いか、たまねぎ、きゅうり、にんじん、セロリー、しょうゆ濃、サラダ油、酢、砂糖、塩	9/21 水	ごはん 牛乳 豚肉の生姜焼き 中華風五目煮 甘酢和え	【米 【ふた肉、たまねぎ、土しょうが、しょうゆ濃、酒、砂糖、油、でんふん、〈水〉 【ふた肉、だいず、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、さやいんげん、干しいたけ、油、ポーンストック、しょうゆ濃、しょうゆ濃、三温糖、塩、でんふん、〈水〉 【ツナ、きゅうり、干しわかめ、酢、砂糖、しょうゆ濃、みりん
9/6 火	ごはん 牛乳 マーボーなす 春巻 中華スープ	【米 【ふたひき肉、なす、ねぎ、にんじん、干しいたけ、土しょうが、にんにく、ポーンストック、赤だしみそ、しょうゆ濃、三温糖、酒、塩、こしょう、トウバンジャン、油、ごま油、でんふん、〈水〉 【春巻、油 【とり肉、はくさい、チンゲンサイ、たけのこ、にんじん、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ濃、塩、こしょう、〈水〉	9/22 木	ごはん 牛乳 アドボ フレンチサラダ 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、ペイリーフ、〈水〉、ごま油 【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 【やきふた、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、しょうゆ濃、塩、こしょう、〈水〉
9/7 水	ごはん 牛乳 ベーコンと野菜の煮物 はたはたのからあげ みそ汁	【米 【ふた肉、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、しょうゆ濃、三温糖、みりん、〈水〉 【はたはた、でんふん、塩、こしょう、油 【とうふ、えのきたけ、ねぎ、干しわかめ、みそ、けずりぶし、〈水〉	9/26 月	ごはん 牛乳 関東煮 和え物 みそ汁	【米 【とり肉、こんにやく、がんもどき、さきかてんぶら、じゃがいも、にんじん、さやいんげん、しょうゆ濃、しょうゆ濃、三温糖、みりん、けずりぶし、〈水〉 【ちくわ、チンゲンサイ、はくさい、にんじん、しょうゆ濃、みりん 【とり肉、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〉
9/8 木	コーンピラフ 牛乳 ポークチャップ かぼちゃのチーズ焼き レタスのスープ	【米、ベーコン、コーン、にんじん、油、とりがらスープ、しょうゆ濃、塩、こしょう、〈水〉 【ふた肉、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、キャベツ 【ベーコン、かぼちゃ、たまねぎ、とけるチーズ、塩、こしょう 【ふた肉、でんふん、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、しょうゆ濃、塩、こしょう、〈水〉	9/27 火	ごはん 牛乳 野菜ソテー カントリーポテト かき卵スープ ゼリー	【米 【ふた肉、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 【じゃがいも、油、塩、こしょう 【ふた肉、たまご、干しわかめ、はくさい、たけのこ、にんじん、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ濃、塩、こしょう、〈水〉 【ゼリー
9/9 金	ごはん 牛乳 鶏肉と里芋のごみそ煮 高野豆腐の卵とじ すまし汁 月見団子	【米 【とり肉、さといも、こんにやく、にんじん、白ごま、みそ、三温糖、みりん、酒、けずりぶし、〈水〉 【うやどうふ、たまご、たまねぎ、にんじん、さやいんげん、干しいたけ、しょうゆ濃、三温糖、酒、しょうゆ濃、けずりぶし、〈水〉 【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〉 【つきみだんご	9/28 水	中華おこわ 牛乳 つくねの煮物 中華風酢の物 若布のスープ	【米、もち米、とり肉、たけのこ、にんじん、干しいたけ、ポーンストック、しょうゆ濃、しょうゆ濃、みりん、酒、ごま油、塩、〈水〉 【つくね、さやいんげん、三温糖、しょうゆ濃、しょうゆ濃、けずりぶし、〈水〉 【サラダチキン、はるさめ、キャベツ、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、しょうゆ濃、しょうゆ濃、ごま油、塩、洋がらし 【ふた肉、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〉
9/12 月	わかめごはん 牛乳 ピリ辛肉じゃが ナムル ワタンスープ	【米、干しわかめ、塩、白ごま、〈水〉 【ふた肉、つきこんにやく、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ニラ、土しょうが、にんにく、白ごま、ごま油、しょうゆ濃、赤だしみそ、三温糖、トウバンジャン、〈水〉 【きゅうり、キャベツ、にんじん、しょうゆ濃、ごま油、塩 【ふた肉、はくさい、チンゲンサイ、にんじん、ワタンの皮、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〉	9/29 木	ごはん 牛乳 さばのみそ煮 じゃが芋のひじき煮 せんべい汁	【米 【さば、土しょうが、みそ、三温糖、酒、みりん、〈水〉 【ふた肉、めひじき、ちくわ、じゃがいも、にんじん、油、しょうゆ濃、砂糖、みりん、けずりぶし、〈水〉 【南部せんべい、とり肉、はくさい、にんじん、干しいたけ、ねぎ、みりん、しょうゆ濃、しょうゆ濃、塩、けずりぶし、〈水〉
9/13 火	ごはん 牛乳 チャンポン あげしゅうまい	【米 【スパゲティ、ふた肉、いか、むきえび、酒、はくさい、チンゲンサイ、にんじん、油、とんこつスープ、ポーンストック、しょうゆ濃、塩、こしょう、でんふん、〈水〉 【しゅうまい、油	9/30 金	チャーハン 牛乳 焼きぎょうざ 和え物 白薬スープ	【米、やきふた、ねぎ、とりがらスープ、しょうゆ濃、塩、ごま油、〈水〉 【ぎょうざ、油 【ちくわ、キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ濃、みりん 【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、〈水〉
9/14 水	ごはん 牛乳 豚ニラ炒め きんぴらごぼう 冬瓜のかき卵汁	【米 【ふた肉、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、たまご、とうがん、えのきたけ、みつば、しょうゆ濃、塩、けずりぶし、〈水〉			