

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
10/3 月	しめじごはん 牛乳 牛肉と春雨の炒め物 にんじんシリシリ 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、酒、塩、だしこんぶ、けずりぶし、〈水〉】 【牛肉、土しらが、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】 【たまご、ツナ、にんじん、はなかつお、油、塩】 【とり肉、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〉】	10/18 火	ごはん 牛乳 ボークビーンズ ミンチカツ 甘酢和え 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〉】 【ミンチカツ、油】 【ツナ、きゅうり、干しわかめ、酢、砂糖、しょうゆ濃、みりん】 【ゼリー】
10/4 火	コッペパン 牛乳 クリームシチュー オープンオムレツ フレンチサラダ	【パン】 【とり肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、コーン、牛乳、粉チーズ、油、マーガリン、小麦粉、とりがらスープ、塩、こしょう、ペイリーフ、〈水〉】 【たまご、牛ひき肉、たまねぎ、にんじん、トマト水煮、パセリ、牛乳、バター、塩、こしょう、油、ケチャップ、〈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】	10/19 水	カレーピラフ 牛乳 かぼちゃのチーズ焼き ごまドレッシング和え 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、油、とりがらスープ、酒、しょうゆ濃、純カレー粉、塩、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】 【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】 【ベーコン、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〉】
10/5 水	ごはん 牛乳 てり焼きハンバーグ 肉じゃが 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】 【牛肉、糸こんにゃく、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、しょうゆ淡、三温糖、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〉】	10/20 木	ごはん 牛乳 みそおでん わかさぎのからあげ すまし汁	【米】 【ぶた肉、あつあげ、さがきてんぶら、こんにゃく、じゃがいも、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〉】 【わかさぎ、塩、こしょう、でんぶん、油】 【とうふ、かまぼこ、はくさい、にんじん、ねぎ、干しわかめ、しょうゆ淡、みりん、塩、けずりぶし、〈水〉】
10/6 木	ビーフピラフ 牛乳 コロッケ 白菜とひじきのサラダ マカロニスープ	【米、牛肉、赤ぶどう酒、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、コーン、油、しょうゆ濃、塩、こしょう、〈水〉】 【コロッケ、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】 【とり肉、マカロニ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、セロリー、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〉】	10/21 金	ごはん 牛乳 ビーフンソテー ピザ風おこのみ焼き レタスのスープ	【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、しょうゆ淡、ごま油、塩、こしょう、ベーコン、キャベツ、コーン、とけるチーズ、小麦粉、ながいも、〈水〉、塩、油、ケチャップ、チリソース、〈水〉】 【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〉】
10/7 金	玄米ごはん 牛乳 マーボー豆腐 切干大根の青じそサラダ 中華スープ	【米、げんまい】 【ぶたひき肉、とうふ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、土しらが、油、ポーンストック、赤だしみそ、しょうゆ濃、三温糖、酒、とうがらし、ごま油、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、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〉】	10/24 月	ごはん 牛乳 豚肉とキャベツのみそ炒め いかのソース焼き 即席漬け かき卵汁	【米】 【ぶた肉、酒、塩、こしょう、キャベツ、チンゲンサイ、にんじん、にんにく、油、みそ、赤だしみそ、しょうゆ濃、砂糖、〈水〉】 【いか、小麦粉、油、ケチャップ、とんかつソース、ウスターソース、しょうゆ濃】 【きゅうり、しょうゆ濃、塩】 【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〉 ※※9/15現在 予定している献立の食材の休売に伴い、献立を変更しました ※※】
10/11 火	ナン ターメリックライス 牛乳 キーマカレー ヨーグルト和え	【ナン、ナン】 【ターメリック】 【牛ひき肉、ぶたひき肉、たまねぎ、にんじん、にんにく、土しらが、油、小麦粉、マーガリン、純カレー粉、ポーンストック、ケチャップ、チャツネ、しょうゆ濃、ウスターソース、塩、三温糖、こしょう、ペイリーフ、〈水〉】 【みかん、バイン、黄桃、ヨーグルト】	10/25 火	ごはん 牛乳 そぼろ煮 おひたし みそ汁 わらびもち	【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〉】 【はくさい、チンゲンサイ、しょうゆ濃、みりん、けずりぶし、〈水〉】 【とり肉、とうふ、うすあげ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、みそ、けずりぶし、〈水〉】 【わらびもち】
10/12 水	ごはん 牛乳 さんまのかば焼き風 里手のそぼろ煮 すまし汁	【米】 【さんま、塩、こしょう、小麦粉、油、しょうゆ濃、みりん、三温糖】 【牛ひき肉、ぶたひき肉、さといも、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〉】 【とり肉、とうふ、はくさい、にんじん、ねぎ、しょうゆ淡、みりん、塩、けずりぶし、〈水〉】	10/26 水	コッペパン 牛乳 あじのカレームニエル 野菜ソテー クマラスープ	【パン】 【あじ、塩、こしょう、小麦粉、純カレー粉、油】 【ぶた肉、ベーコン、ショートスバゲティ、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】 【ベーコン、さつまいも、たまねぎ、油、牛乳、ポタージュストック、塩、こしょう、純カレー粉、ペイリーフ、〈水〉】
10/13 木	ミニココアパン 牛乳 きのこスバゲティ フレンチサラダ ムース	【パン、バター、ココアパウダー、砂糖】 【スバゲティ、ベーコン、たまねぎ、しめじ、エリンギ、えのきたけ、にんじん、油、ポーンストック、しょうゆ濃、塩、こしょう】 【キャベツ、きゅうり、干しわかめ、土しらが、酢、サラダ油、しょうゆ濃、砂糖、塩、こしょう】 【ムース】	10/27 木	ひじきとツナの混ぜごはん 牛乳 五目うどん 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、つきこんにゃく、うすあげ、ごぼう、にんじん、しめじ、ねぎ、しょうゆ淡、酒、みりん、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、きゅうり、にんじん、酢、しょうゆ淡、砂糖、ごま油、塩】
10/14 金	いもごはん 牛乳 鶏肉と高野豆腐のからあげ 和え物 みそ汁	【米、さつまいも、塩、〈水〉、黒ごま】 【とり肉、こうやどうふ、土しらが、酒、みりん、しょうゆ濃、塩、こしょう、でんぶん、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〉】	10/28 金	ごはん 牛乳 ほきフライ 切干大根の煮物 ビーフンスープ	【米】 【ほき、塩、こしょう、小麦粉、〈水〉、パン粉、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、ビーフン、はくさい、チンゲンサイ、にんじん、たけのこ、干しいたけ、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、酒、塩、こしょう、ごま油、〈水〉】
10/17 月	ごはん 牛乳 牛すき 大根サラダ ゆばのすまし汁	【米】 【牛肉、酒、糸こんにゃく、たまねぎ、ねぎ、油、しょうゆ濃、三温糖、みりん、けずりぶし、〈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】 【とり肉、ゆば、はくさい、にんじん、ねぎ、しょうゆ淡、みりん、塩、けずりぶし、〈水〉】	10/31 月	ごはん 牛乳 チャプチェ ナムル キムチスープ	【米】 【牛肉、土しらが、にんにく、ごま油、はるさめ、にんじん、たけのこ、干しいたけ、白ごま、しょうゆ濃、砂糖、しょうゆ淡、酒】 【きゅうり、キャベツ、にんじん、しょうゆ濃、ごま油、塩】 【ぶた肉、はくさいキムチ、キャベツ、にんじん、ねぎ、干しいたけ、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、酒、塩、こしょう、〈水〉】