

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
7/3 月	ごはん 牛乳 チンジャオロースー あげしゅうまい 中華スープ	【米】 【牛肉、じゃがいも、ピーマン、にんじん、土しょうが、にんにく、油、しょうゆ濃、三温糖、酒】 【しゅうまい、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、しょうゆ淡、塩、こしょう、(水)】	7/11 火	ゆかりご飯 牛乳 ほきフライ タルタルソース(卵不使用) 和え物 かき卵汁	【米、ゆかり粉】 【ほき、塩、こしょう、小麦粉、(水)、パン粉、油】 【タルタルソース(卵不使用)】 【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、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)】
7/4 火	ごはん 牛乳 ポークビーンズ 豚ニラ炒め 甘酢和え	【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、でんぷん、(水)】 【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】 【ツナ、きゅうり、干しわかめ、酢、砂糖、しょうゆ濃、みりん】	7/12 水	ごはん 牛乳 野菜ソテー ハオシュウ 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】 【ハオシュウ、油】 【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、でんぷん、(水)】
7/5 水	キムチごはん 牛乳 がんもどきの煮物 ナムル 卵トックスープ	【米、ぶた肉、はくさいキムチ、とりがらスープ、ごま油、しょうゆ濃、塩、(水)】 【がんもどき、しょうゆ濃、三温糖、けずりぶし、(水)】 【きゅうり、キャベツ、にんじん、しょうゆ濃、ごま油、塩】 【トック、とり肉、たまご、はくさい、にんじん、みつば、干しいたけ、油、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ淡、塩、(水)】	7/13 木	ごはん 牛乳 さわらの香味焼き ひじきと大豆の煮物 即席漬け みそ汁	【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】 【牛肉、だいず、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)】 【きゅうり、しょうゆ濃、塩】 【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)】
7/6 木	ごはん 牛乳 とりすき 焼きししゃも すまし汁	【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】 【ししゃも、油】 【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)】	7/14 金	チキンライス 牛乳 ポトフ いかのマリネ チーズ	【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)】 【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、しょうゆ淡、塩、こしょう、ベイリーフ、(水)】 【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】 【チーズ】
7/7 金	わかめごはん 牛乳 にゅうめん 夏野菜のかきあげ 切干大根の青じそサラダ	【米、干しわかめ、塩、(水)】 【そうめん、とり肉、かまぼこ、にんじん、うすあげ、ねぎ、しょうゆ淡、みりん、塩、けずりぶし、(水)】 【ちくわ、たまねぎ、かぼちゃ、オクラ、小麦粉、塩、(水)、油】 【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】	7/18 火	ごはん 牛乳 牛肉と春雨の炒め物 和え物 すまし汁	【米】 【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】 【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、はくさい、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)】
7/10 月	ごはん 牛乳 ピリ辛肉じゃが おひたし 若布のスープ ゼリー	【米】 【ぶた肉、つきこんにゃく、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、油、しょうゆ濃、赤だしみそ、三温糖、トウバンジャン、ごま油、(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、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)】 【ゼリー】	7/19 水	玄米ごはん 牛乳 夏野菜カレー フレッシュサラダ 福神漬 ミニゼリー	【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、ベイリーフ、(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】 【ふくじんづけ】 【ミニゼリー】