

中学校給食献立表（Ｂブロック）

実施日	献立	名産品	実施日	献立	名産品
5/1月	ごはん 牛乳 肉じゃが 揚げきんぴら 白菜ときゅうりの和え物 みそ汁	【米】 【牛肉、糸こんにやく、じゃが芋、玉葱、人参、さやいんげん、しょうゆ、砂糖、けずりぶし】 【さつま芋、ごぼう、小麦粉、塩、油、白ごま、砂糖、しょうゆ】 【ちくわ、白菜、きゅうり、人参、しょうゆ、みりん、】 【玉葱、チンゲン菜、白みそ、赤みそ、けずりぶし、だしこんぶ】	5/18木	ごはん 牛乳 鶏肉の竜田揚げ じゃがピーマン キャベツのおひたし すまし汁	【米】 【鶏肉、しょうが、にんにく、しょうゆ、酒、塩、こしょう、片栗粉、油】 【ちりめんじゃこ、ピーマン、ごま油、しょうゆ、みりん、砂糖、とうがらし】 【キャベツ、コーン、えのきたけ、しょうゆ、みりん、けずりぶし】 【豆腐、青ねぎ、しょうゆ、みりん、塩、けずりぶし、だしこんぶ】
5/2火	たきこみごはん 牛乳 さばの塩焼き 春野菜のかきあげ 栞餅 たけのこのすまし汁	【米、うす揚げ、人参、ごぼう、しょうゆ、酒、塩、けずりぶし】 【さば、酒、塩、油】 【玉葱、アスパラガス、小麦粉、塩、油】 【栞餅】 【てまり麩、わかめ、たけのこ、しょうゆ、みりん、塩、けずりぶし、だしこんぶ】	5/19金	ごはん 牛乳 フルコギ もやしのサラダ 大学芋 中華スープ	【米】 【牛肉、玉葱、人参、エリンギ、ピーマン、にんにく、ごま油、コチュジャン、しょうゆ、砂糖、片栗粉、油】 【豆もやし、小松菜、砂糖、酢、しょうゆ、塩、オリーブ油】 【さつま芋、油、黒ごま、砂糖、しょうゆ】 【えのきたけ、わかめ、中華スープ、塩、こしょう】
5/8月	コーンピラフ 牛乳 スープパスタ キャベツのソテー ポイルブロックリー フルーツミックス缶	【米、玉葱、コーン、人参、バター、塩、こしょう、コンソメ】 【スパゲティ、塩、こしょう、オリーブ油、ウインナー、チンゲン菜、しめじ、バター、シチューフレーク、牛乳、塩、こしょう】 【豚肉、キャベツ、玉葱、人参、ピーマン、油、粒マスタード、しょうゆ、砂糖、塩、こしょう】 【ブロッコリー、塩】 【フルーツミックス缶】	5/22月	ごはん 牛乳 ポークチャップ フライドポテト いかとキャベツの和え物 コンメスープ	【米】 【豚肉、玉葱、ピーマン、油、ケチャップ、ウスターソース、塩、こしょう】 【じゃが芋、油、塩】 【いか、キャベツ、きゅうり、人参、しょうゆ、みりん】 【小松菜、人参、コンソメ、塩、こしょう】
5/9火	ごはん 牛乳 さわらの香味焼き ちくわの天ぷら こんにゃくのピリ辛煮 みそ汁	【米】 【さわら、玉葱、にんにく、白ごま、しょうゆ、酒、砂糖、とうがらし、油】 【ちくわ、天ぷら粉、油】 【鶏肉、ちくわ、こんにゃく、人参、さやいんげん、しょうゆ、砂糖、とうがらし、けずりぶし】 【じゃが芋、人参、青ねぎ、白みそ、赤みそ、けずりぶし、だしこんぶ】	5/23火	ごはん 牛乳 肉豆腐 ひじきと大豆の煮物 にんじんしりしり すまし汁	【米】 【牛肉、豆腐、糸こんにゃく、白菜、玉葱、人参、油、しょうゆ、砂糖、酒】 【大豆、こんにゃく、人参、ひじき、油、しょうゆ、砂糖、みりん、けずりぶし】 【人参、ツナ、けずりぶし、油、塩】 【麩、わかめ、しょうゆ、みりん、塩、けずりぶし、だしこんぶ】
5/10水	ごはん 牛乳 カレーライス カマンベールチーズクロック フレンチサラダ 黄桃缶	【米】 【牛肉、玉葱、人参、トマト水煮、にんにく、油、カレーフレーク、塩】 【カマンベールチーズクロック、油】 【キャベツ、きゅうり、コーン、人参、酢、オリーブ油、しょうゆ、砂糖、塩、こしょう】 【黄桃缶】	5/24水	ごはん 牛乳 ホイコーロウ しゅうまい ビーフンソテー 中華スープ	【米】 【豚肉、キャベツ、玉葱、人参、ピーマン、しょうが、油、テンメンジャン、赤みそ、しょうゆ、砂糖、こしょう】 【しゅうまい】 【ちくわ、ビーフン、ニラ、人参、ごま油、しょうゆ、中華スープ、塩、こしょう】 【チンゲン菜、しめじ、中華スープ、塩、こしょう】
5/11木	ごはん 牛乳 豚肉と野菜の炒め物 春巻 かぼちゃのサラダ・マヨネーズ（小袋） 中華スープ	【米】 【豚肉、玉葱、ピーマン、人参、コーン、にんにく、油、コンソメ、砂糖、塩、こしょう】 【春巻、油】 【かぼちゃ、枝豆、人参、砂糖、塩、こしょう、マヨネーズ（小袋）】 【玉葱、えのきたけ、中華スープ、塩、こしょう】	5/25木	ごはん 牛乳 さばのみそ焼き 豚もやし炒め 切干大豆の煮物 すまし汁	【米】 【さば、赤みそ、酒、砂糖、油】 【豚肉、もやし、人参、ニラ、ごま油、オイスターソース、塩、こしょう、】 【うす揚げ、人参、切干大豆、さやいんげん、しょうゆ、砂糖、みりん、けずりぶし】 【白菜、わかめ、しょうゆ、みりん、塩、けずりぶし、だしこんぶ】
5/12金	ごはん 牛乳 タッカルビ風 ひじきの炒め煮 粉ふきいも 中華スープ	【米】 【鶏肉、キャベツ、玉葱、人参、ニラ、しょうゆ、コチュジャン、砂糖、油】 【豚肉、こんにゃく、人参、ひじき、油、しょうゆ、砂糖、みりん、けずりぶし】 【じゃが芋、塩、こしょう】 【豆腐、玉葱、わかめ、中華スープ、塩、こしょう】	5/26金	ごはん 牛乳 とりすき かぼちゃの煮物 えびとチンゲン菜の和え物 みそ汁	【米】 【鶏肉、糸こんにゃく、白菜、玉葱、人参、油、しょうゆ、砂糖、酒】 【かぼちゃ、しょうゆ、砂糖、酒、みりん】 【えび、チンゲン菜、人参、しょうゆ、みりん】 【うす揚げ、大根、わかめ、赤みそ、白みそ、けずりぶし、だしこんぶ】
5/15月	ごはん 牛乳 さわらの天ぷら 厚揚げの炒め煮 チンゲン菜のおかか和え 豚汁	【米】 【さわら、天ぷら粉、油、塩】 【厚揚げ、白菜、人参、干しいたけ、油、中華スープ、塩、こしょう】 【チンゲン菜、かつおぶし、しょうゆ、みりん】 【豚肉、こんにゃく、大根、人参、赤みそ、白みそ、けずりぶし、だしこんぶ】	5/29月	ロールパン 牛乳 トンカツ・ソース（小袋） 白菜のクリーム煮 えび入りペペロンチーノ カレースープ	【ロールパン】 【トンカツ、油、ソース（小袋）】 【鶏肉、白菜、玉葱、人参、牛乳、小麦粉、バター、塩、こしょう、コンソメ】 【スパゲティ、えび、枝豆、にんにく、オリーブ油、砂糖、塩、こしょう、たかのつめ】 【キャベツ、人参、コーン、コンソメ、カレーフレーク、カレー粉、塩、こしょう】
5/16火	さけピラフ 牛乳 豚肉のマスタード炒め カントリポテト いか入りドレッシング和え コンメスープ	【米、鮭フレーク、玉葱、人参、コンソメ、塩、こしょう、バター】 【豚肉、玉葱、人参、エリンギ、油、マヨネーズ、粒マスタード、しょうゆ、酒、砂糖、カレー粉、塩、こしょう】 【じゃがいも、油、粉チーズ、塩、こしょう】 【いか、キャベツ、きゅうり、人参、酢、しょうゆ、砂糖、オリーブ油】 【玉葱、コーン、コンソメ、塩、こしょう】	5/30火	ごはん 牛乳 白身魚フライ 牛肉の煮物 もやしのごま和え ポイルブロックリー 中華スープ	【米】 【白身魚フライ、油】 【牛肉、人参、ちくわ、糸こんにゃく、しょうゆ、砂糖、酒、みりん】 【もやし、白ごま、しょうゆ、みりん】 【ブロッコリー、塩】 【玉葱、人参、干しいたけ、中華スープ、塩、こしょう】
5/17水	ごはん 牛乳 鶏肉と野菜の生姜炒め チンゲン菜の中華和え マンゴー缶 中華スープ	【米】 【鶏肉、キャベツ、玉葱、人参、しょうが、油、みりん、砂糖、しょうゆ、酒】 【ちくわ、チンゲン菜、ごま油、しょうゆ、塩、こしょう】 【マンゴー缶】 【わかめ、玉葱、人参、干しいたけ、中華スープ、塩、こしょう】	5/31水	ごはん 牛乳 照焼きハンバーグ 関東煮 キャベツのおひたし みそ汁	【米】 【ハンバーグ、油、エリンギ、えのきたけ、枝豆、しょうゆ、砂糖、酒、片栗粉】 【鶏肉、平天、こんにゃく、じゃが芋、人参、さやいんげん、砂糖、しょうゆ、みりん、けずりぶし、だしこんぶ】 【キャベツ、えのきたけ、しょうゆ、みりん、けずりぶし】 【大根、わかめ、赤みそ、白みそ、けずりぶし、だしこんぶ】