

中 学 校 給 食 献 立 表 (B ブ ロ ッ ク)

実施日	献立名	食 品 名	実施日	献立名	食 品 名
8/27 火	ごはん 牛乳 豚しゃぶ 五目煮 チンゲン菜と揚げの煮びたし みそ汁	【精白米 【豚も肉・たまねぎ・大根おろし・青ねぎ・こいくちしょうゆ・みりん・ゆず果汁 【焼き竹輪・水煮大豆・にんじん・ごぼう・さやいんげん・上白糖・こいくちしょうゆ・うすくちしょうゆ・削り節 【うす揚げ・チンゲン菜・にんじん・上白糖・うすくちしょうゆ・食塩・こしょう混合 【さつまいも・だいこん・青ねぎ・赤みそ・白みそ・削り節・だし昆布	9/12 木	ごはん 牛乳 ほきフライ・タルタルソース小袋 にんじんシリシリ チンゲン菜の中華和え わかめスープ	【精白米 【ほきフライ・なたね油・タルタルソース 【卵・ツナ油漬・にんじん・糸かつお・綿実油・こいくちしょうゆ・上白糖 にんじんシリシリ 【焼き竹輪・チンゲン菜・ごま油・こいくちしょうゆ・食塩・こしょう混合 【鶏もも肉皮なし・たまねぎ・乾燥わかめ・中華スープ・食塩・こしょう混合・白いりごま
8/28 水	ごはん 牛乳 中華やきそば しゅうまい きゅうりのナムル 中華スープ	【精白米 【中華そば・豚も肉・こまつな・たまねぎ・緑豆もやし・にんじん・にんにく・ごま油・こいくちしょうゆ・オイスターソース・料理酒・みりん・中華スー プ・食塩・こしょう混合 【ポークシューマイ 【きゅうり・キャベツ・にんじん・うすくちしょうゆ・ごま油・中華スープ 【たまねぎ・えのきたけ・中華スープ・食塩・こしょう混合	9/13 金	ごはん 牛乳 豚肉のバーベキューソース炒め 青のりポテト ほうれん草のごま和え すまし汁	【精白米 【豚も肉・キャベツ・たまねぎ・にんじん・にんにく・綿実油・ケチャップ・ウスターソース・りんごソース・粒マスタード・上白糖 【じゃがいも・えだまめ・青のり・食塩・こしょう混合 【ほうれん草・にんじん・白いりごま・うすくちしょうゆ・みりん 【ごまつな・にんじん・青ねぎ・うすくちしょうゆ・みりん・食塩・削り節・だし昆布
8/29 木	ごはん 牛乳 ポークチャップ カントリーポテト ピーマンとじゃこの和え物 コンソメスープ	【精白米 【豚も肉・たまねぎ・青ピーマン・綿実油・ケチャップ・ウスターソース・食塩・こしょう混合 【じゃがいも・なたね油・粉チーズ・食塩・こしょう混合 【ちりめんじゃこ・青ピーマン・うすくちしょうゆ・上白糖・削り節 【はくさい・えのきたけ・コンソメ・こしょう混合・食塩	9/17 火	ごはん 牛乳 照焼きハンバーグ 鶏肉と里芋のごまみそ煮 きな粉だんご すまし汁	【精白米 【ハンバーグ・綿実油・エリンギ・えのきたけ・えだまめ・こいくちしょうゆ・上白糖・料理酒・片栗粉 【鶏もも肉皮なし・こんにやく・さといも・にんじん・白いりごま・白みそ・上白糖・みりん・料理酒・削り節 【白玉・上白糖・きな粉・食塩 【はくさい・にんじん・うすくちしょうゆ・みりん・食塩・削り節・だし昆布
8/30 金	ごはん 牛乳 関東煮 かぼちゃの煮物 白菜の即席漬け みそ汁	【精白米 【鶏もも肉皮なし・平天・こんにやく・じゃがいも・にんじん・さやいんげん・上白糖・こいくちしょうゆ・うすくちしょうゆ・みりん・削り節・だし昆布 【西洋かぼちゃ・こいくちしょうゆ・上白糖・料理酒・みりん 【はくさい・こいくちしょうゆ・食塩 【キャベツ・青ねぎ・赤みそ・白みそ・削り節・だし昆布	9/18 水	ツイストパン 牛乳 トンカツ・ソース小袋 チンゲン菜と厚揚げの煮物 いかのマリネ ミネストローネ	【ツイストパン 【ローズカツ・なたね油・とんかつソース 【絹厚揚げ・チンゲン菜・にんじん・こいくちしょうゆ・上白糖・みりん・料理酒 【いか・きゅうり・たまねぎ・にんじん・オリーブ油・うすくちしょうゆ・米酢・上白糖・食塩 【水煮大豆・たまねぎ・トマト缶詰・ケチャップ・上白糖・コンソメ・食塩・こしょう混合
9/2 月	ごはん 牛乳 ジャージャン豆腐 切干大根の煮物 キャベツの甘酢和え 白菜スープ	【精白米 【豚も肉・絹厚揚げ・たまねぎ・にんじん・チンゲン菜・たけのこ水煮・干しいたけ・しょうが・綿実油・赤みそ・こいくちしょうゆ・料理酒・上白糖・ト ウバンジャン・食塩・こしょう混合・片栗粉 【うす揚げ・にんじん・切干しいたけ・こんにやく・さやいんげん・こいくちしょうゆ・上白糖・みりん・削り節 【キャベツ・乾燥わかめ・米酢・上白糖・こいくちしょうゆ・みりん 【はくさい・にんじん・青ねぎ・中華スープ・食塩・こしょう混合	9/19 木	ごはん 牛乳 牛肉と春雨の炒め物 筑前煮 きゅうりの甘酢和え みそ汁	【精白米 【牛も肉・はるさめ・たまねぎ・にんじん・さやいんげん・干しいたけ・しょうが・にんにく・綿実油・こいくちしょうゆ・上白糖・料理酒・食塩・ごま油・ こしょう混合 【鶏もも肉皮なし・こんにやく・にんじん・ごぼう・絹さや・こいくちしょうゆ・上白糖・料理酒・削り節 【豆腐・青ねぎ・乾燥わかめ・赤みそ・白みそ・削り節・だし昆布
9/3 火	ごはん 牛乳 夏野菜カレーライス エビカツ フレチチサラダ マンゴー缶	【精白米 【牛も肉・たまねぎ・にんじん・ズッキーニ・青ピーマン・トマト缶詰・にんにく・カレーフレーク・食塩・綿実油 【エビカツ・なたね油 【キャベツ・アスパラガス・にんじん・きゅうり・米酢・オリーブ油・上白糖・こいくちしょうゆ・食塩・こしょう混合 【マンゴー	9/20 金	ごはん 牛乳 あじのみりん焼き さつま芋のかきあげ 白菜のおひたし 冬瓜のかきたま汁	【精白米 【あじ・みりん・こいくちしょうゆ・料理酒・上白糖・食塩・綿実油 【さつまいも・たまねぎ・にんじん・天ぷら粉・食塩・なたね油 【うす揚げ・はくさい・えのきたけ・こいくちしょうゆ・みりん・削り節 【卵・とうがん・えのきたけ・青ねぎ・うすくちしょうゆ・みりん・食塩・削り節・だし昆布
9/4 水	ごはん 牛乳 さわらの香味焼き ちわわの天ぷら チンゲン菜の和え物 みそ汁	【精白米 【さわら・たまねぎ・にんにく・白いりごま・こいくちしょうゆ・料理酒・上白糖・一味唐辛子・綿実油 【焼き竹輪・天ぷら粉・なたね油 【チンゲン菜・はくさい・こいくちしょうゆ・みりん 【豆腐・青ねぎ・乾燥わかめ・赤みそ・白みそ・削り節・だし昆布	9/24 火	ロールパン 牛乳 スープバスタ かぼちゃコロッケ いか入りドレッシング和え 青りんごゼリー	【ロールパン 【スパゲティ・食塩・こしょう混合・オリーブ油・ポークウインナー・しめじ・チンゲン菜・普通牛乳・有塩バター・ミックススクリームシチュー・コンソメ・ 食塩・こしょう混合 【コロッケ(南瓜)・なたね油 【いか・キャベツ・きゅうり・にんじん・米酢・こいくちしょうゆ・上白糖・オリーブ油 【青りんごゼリー
9/5 木	ごはん 牛乳 スバゲティチキン スバゲティナポリタン 白菜のサラダ コンソメスープ	【精白米 【鶏もも肉皮なし・バジル・レモン果汁・食塩・こしょう混合・オリーブ油 【スパゲティ・ポークウインナー・たまねぎ・にんじん・青ピーマン・にんにく・粉チーズ・綿実油・ケチャップ・トマトピューレー・とんかつソース・食 塩・こしょう混合 【はくさい・きゅうり・にんじん・糸かつお・うすくちしょうゆ・オリーブ油・米酢・食塩 【たまねぎ・しめじ・コンソメ・こしょう混合・食塩	9/25 水	ごはん 牛乳 シーリンチー 厚揚げの煮物 中華風サラダ 中華スープ	【精白米 【鶏もも肉皮なし・しょうが・料理酒・食塩・片栗粉・なたね油・白ねぎ・米酢・こいくちしょうゆ・上白糖 【絹厚揚げ・こんにやく・にんじん・こいくちしょうゆ・上白糖・みりん・料理酒 【キャベツ・きゅうり・乾燥わかめ・しょうが・白いりごま・米酢・ごま油・こいくちしょうゆ・上白糖・食塩・こしょう混合 【はくさい・にんじん・中華スープ・食塩・こしょう混合
9/6 金	ごはん 牛乳 ホウウロウ コロケ 小松菜のおひたし 中華スープ	【精白米 【豚も肉・キャベツ・たまねぎ・にんじん・青ピーマン・しょうが・綿実油・テンメンジャン・赤みそ・こいくちしょうゆ・上白糖・こしょう混合 【コロケ(牛肉)・なたね油 【こまつな・はくさい・こいくちしょうゆ・みりん 【にんじん・しめじ・中華スープ・食塩・こしょう混合	9/26 木	ごはん 牛乳 さばの塩焼き さつま芋のレモン煮 白菜ときゅうりの和え物 みそ汁	【精白米 【さば・料理酒・食塩・綿実油 【さつまいも・レモン果汁・上白糖・食塩 【焼き竹輪・はくさい・きゅうり・にんじん・こいくちしょうゆ・みりん 【うす揚げ・だいこん・乾燥わかめ・赤みそ・白みそ・削り節・だし昆布
9/9 月	ごはん 牛乳 鶏肉のピリ辛炒め 大学芋 いかとキャベツの和え物 中華スープ	【精白米 【鶏もも肉皮なし・こまつな・緑豆もやし・にんじん・にら・白ねぎ・綿実油・こいくちしょうゆ・料理酒・上白糖・オイスターソース・トウバンジャン・食 塩 【さつまいも・なたね油・黒いりごま・上白糖・こいくちしょうゆ 【大学芋 【いか・キャベツ・きゅうり・にんじん・うすくちしょうゆ・みりん 【豆腐・えのきたけ・青ねぎ・中華スープ・食塩・こしょう混合	9/27 金	ごはん 牛乳 なすとペーコンのスパゲティ パイン缶 コンメスープ	【精白米 【豚も肉・たまねぎ・にんにく・白いりごま・ごま油・こいくちしょうゆ・料理酒・みりん・上白糖・食塩・鷹の爪・こしょう混合 【スパゲティ・ショルダーペーコン・なすと・たまねぎ・青ピーマン・にんにく・粉チーズ・綿実油・ケチャップ・トマトピューレー・とんかつソース・食塩・ こしょう混合 【パイン 【たまねぎ・じゃがいも・コンソメ・こしょう混合・食塩
9/10 火	わかめごはん 牛乳 あしのカレー・ムニエル きのこ入りスパゲティ 大根サラダ みそ汁	【精白米・わかめごはんの素 【あじ・カレー粉・食塩・こしょう混合・薄力粉・綿実油 【スパゲティ・エリンギ・たまねぎ・綿実油・こいくちしょうゆ・みりん・こしょう混合 【ツナ油漬・だいこん・きゅうり・米酢・こいくちしょうゆ・ごま油・糸かつお・白いりごま・上白糖 【にんじん・さつまいも・赤みそ・白みそ・削り節・だし昆布	9/30 月	ごはん 牛乳 豚じゃが きゅうりとじゃこのごま和え ピリ辛こんにやく すまし汁	【精白米 【牛も肉・糸こんにやく・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・さやいんげん・こいくちしょうゆ・上白糖・うすくちしょうゆ・削り節 【ちりめんじゃこ・きゅうり・白いりごま・うすくちしょうゆ・みりん 【こんにやく・こいくちしょうゆ・みりん・一味唐辛子 【おつゆ鮫・乾燥わかめ・うすくちしょうゆ・みりん・食塩・削り節・だし昆布
9/11 水	ごはん 牛乳 とりすき 揚げぎょうざ キャベツの甘酢和え みそ汁	【精白米 【鶏もも肉皮なし・糸こんにやく・はくさい・たまねぎ・にんじん・こいくちしょうゆ・上白糖・料理酒 【焼きぎょうざ・なたね油 【キャベツ・乾燥わかめ・米酢・上白糖・こいくちしょうゆ・みりん 【だいこん・にんじん・青ねぎ・赤みそ・白みそ・削り節・だし昆布			