

## 中学校給食献立表(Bブロック)

実施日	献立	名	食品	実施日	献立	名	食品	名
10/1 火	ごはん 牛乳 鶏もも肉のカレー粉焼き きのこ入りバグティ 白菜とひじきのサラダ すまし汁		[精白米 [鶏もも肉皮なし・こいくちしょうゆ・しょうが・にんにく・料理酒・カレー粉・片栗粉・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 [はくさい・きゅうり・にんじん・ほしひじき・糸かつお・オリーブ油・うすくちしょうゆ・米酢・食塩 [おつまみ・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	10/17 木	ごはん 牛乳 さんまのかば焼き風 ひじきと大豆の煮物 きゅうりのごま和え みそ汁		[精白米・さつまいも・食塩 [さんま開き(源粉付)・綿実油・こいくちしょうゆ・上白糖・みりん [水煮大豆・つきこんにゃく・にんじん・ほしひじき・綿実油・こいくちしょうゆ・上白糖・みりん・削り節 [きゅうり・白いりごま・うすくちしょうゆ・みりん [なす・青ねぎ・赤みそ・白みそ・削り節・だし昆布	
10/2 水	ごはん 牛乳 ジャージャー豆腐 しいたけの天ぷら 中華風サラダ 中華スープ		[精白米 [豚もも肉・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・しょう油・しょう油・食塩・こしょう混合・片栗粉 [しいたけ・天ぷら粉・食塩・なたね油 [キャベツ・きゅうり・乾燥わかめ・しょうが・米酢・ごま油・白いりごま・こいくちしょうゆ・上白糖・食塩・こしょう混合 [えだまめ・白ねぎ・中華スープ・食塩・こしょう混合	10/18 金	ごはん 牛乳 豚しゃぶ 高野豆腐の卵とじ 大芋芋 白菜スープ		[精白米 [豚もも肉・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 [卵・高野豆腐・にんじん・絹さや・うすくちしょうゆ・上白糖・料理酒・みりん・削り節 [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 [はくさい・にんじん・青ねぎ・中華スープ・食塩・こしょう混合	
10/3 木	ごはん 牛乳 さけの塩焼き 鶏肉と大根の煮物 白菜の即席漬 みそ汁		[精白米 [さけ・料理酒・食塩・綿実油 [鶏もも肉皮なし・だいこん・さやいんげん・上白糖・こいくちしょうゆ・料理酒・みりん・削り節 [はくさい・こいくちしょうゆ・食塩 [うす揚げ・チンゲン菜・赤みそ・白みそ・削り節・だし昆布	10/21 月	ごはん 牛乳 牛肉のトマトソース炒め マカロニソテー きゅうりの甘酢和え コンソメスープ		[精白米 [牛もも肉・たまねぎ・にんじん・トマト缶詰・綿実油・ケチャップ・ウスターソース・上白糖・食塩・こしょう混合 [ボークハム・ペンネ・たまねぎ・エリンギ・にんじん・にんにく・オリーブ油・コンソメ・こしょう混合 [うす揚げ・きゅうり・米酢・上白糖・こいくちしょうゆ・みりん [にんじん・セロリー・コンソメ・こしょう混合・食塩	
10/4 金	中華風おこわ 牛乳 牛肉と春雨の炒め物 にんじんシリシリ きゅうりのナムル 中華スープ		[精白米・もち米・えだまめ・にんじん・白ねぎ・干しいたけ・こいくちしょうゆ・中華スープ・うすくちしょうゆ・みりん・料理酒・食塩・綿実油 [牛もも肉・はるさめ・たまねぎ・赤ピーマン・絹さや・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 [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 [キャベツ・きゅうり・にんじん・うすくちしょうゆ・ごま油・中華スープ [にんじん・こまつな・中華スープ・食塩・こしょう混合	10/22 火	ごはん 牛乳 八宝菜 焼ききょうざ キャベツのごま和え 中華スープ		[精白米 [豚もも肉・えび・たまねぎ・にんじん・たけのこ水煮・チンゲン菜・しょうが・綿実油・こいくちしょうゆ・中華スープ・こしょう混合・片栗粉 [きょうざ・綿実油 [キャベツ・にんじん・白いりごま・うすくちしょうゆ・みりん [にんじん・白ねぎ・中華スープ・食塩・こしょう混合	
10/7 月	ごはん 牛乳 ビーフシチュー コロッケ フレンチサラダ マンゴー缶		[精白米 [牛もも肉・たまねぎ・にんじん・ハヤシブレイク・ケチャップ・食塩 [コロッケ(牛肉)・なたね油 [キャベツ・アスパラガス・きゅうり・にんじん・米酢・オリーブ油・こいくちしょうゆ・上白糖・食塩・こしょう混合 [マンゴー	10/23 水	ごはん 牛乳 鶏肉のから揚げ ハンサンスー ピーマンとじゃこの和え物 カレースープ		[精白米 [鶏もも肉皮なし・しょうが・こいくちしょうゆ・料理酒・上白糖・から揚げ粉・薄力粉・なたね油 [ボークハム・はるさめ・きゅうり・にんじん・うすくちしょうゆ・上白糖・米酢・ごま油・中華スープ [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 [キャベツ・たまねぎ・にんじん・カレーブレイク・コンソメ・カレー粉・食塩・こしょう混合	
10/8 火	ごはん 牛乳 あじのみりん焼き ちくわの天ぷら 小松菜のおひたし すまし汁		[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 [焼き竹輪・天ぷら粉・なたね油 [にまつな・はくさい・にんじん・こいくちしょうゆ・みりん [たまねぎ・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	10/24 木	ごはん 牛乳 さばのソース煮 筑前煮 大根の即席漬 すまし汁		[精白米 [さば・しょうが・ウスターソース・上白糖・こいくちしょうゆ・料理酒 [鶏もも肉皮なし・サイコロこんにゃく・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 [だいこん・こいくちしょうゆ・食塩 [豆腐・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	
10/9 水	ごはん 牛乳 関東煮 春雨チャプチェ 白菜とほうれん草のおかか和え みそ汁		[精白米 [鶏もも肉皮なし・平天・こんにゃく・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 [豚ひき肉・はるさめ・にんじん・にら・こいくちしょうゆ・ごま油・上白糖・中華スープ・白いりごま [はくさい・ほうれん草・糸かつお・こいくちしょうゆ・みりん [うす揚げ・さつまいも・青ねぎ・赤みそ・白みそ・削り節・だし昆布	10/25 金	コッペパン 牛乳 豚肉のバーベキューソース炒め ビーフンソテー カントリーポテト コンソメスープ		[コッペパン 牛乳 [豚もも肉・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 [焼き竹輪・ビーフン・にら・にんじん・うすくちしょうゆ・中華スープ・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 [エリンギ・たまねぎ・コンソメ・こしょう混合・食塩	
10/10 木	ごはん 牛乳 ソース焼きそば かぼちゃのそぼろ煮 チンゲン菜のおかか和え 中華スープ		[精白米 [中華そば・豚もも肉・いか・キャベツ・もやし・にんじん・綿実油・ウスターソース・とんかつソース・食塩・こしょう混合 [鶏ひき肉・かぼちゃ・たまねぎ・えだまめ・しょうが・こいくちしょうゆ・料理酒・上白糖・みりん・片栗粉・削り節 [チンゲン菜・糸かつお・うすくちしょうゆ・みりん [えのきたけ・青ねぎ・乾燥わかめ・中華スープ・食塩・こしょう混合	10/28 月	ごはん 牛乳 カレーライス エビカツ 炒り卵 きのこ野菜のマリネ バイン缶		[精白米 [牛もも肉・たまねぎ・にんじん・トマト缶詰・にんにく・綿実油・カレーブレイク・食塩 [エビカツ・なたね油 [卵・青ねぎ・綿実油・こいくちしょうゆ・食塩・こしょう混合 [エリンギ・しめじ・たまねぎ・にんじん・セロリー・オリーブ油・うすくちしょうゆ・米酢・上白糖・食塩 [バイン	
10/11 金	ごはん 牛乳 豚肉と野菜のみそ炒め かきあげ 大根サラダ すまし汁		[精白米 [豚もも肉・キャベツ・チンゲン菜・にんじん・にんにく・綿実油・白みそ・赤みそ・料理酒・こいくちしょうゆ・上白糖 [焼き竹輪・たまねぎ・にんじん・さやいんげん・薄力粉・食塩・なたね油 [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 [豆腐・こまつな・うすくちしょうゆ・みりん・食塩・削り節・だし昆布	10/29 火	ごはん 牛乳 照焼きハンバーグ ポイルキャベツ 揚げきんぴら ツナときゅうりの和え物 みそ汁		[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 [キャベツ・食塩・こしょう混合 [さつまいも・ごぼう・薄力粉・食塩・なたね油・白いりごま・上白糖・こいくちしょうゆ [ツナ油漬・きゅうり・えのきたけ・こいくちしょうゆ・みりん [じゃがいも・にんじん・青ねぎ・赤みそ・白みそ・削り節・だし昆布	
10/15 火	ごはん 牛乳 ポトフ 厚揚げの炒め煮 白菜のサラダ ミネストローネ		[精白米 [鶏もも肉皮なし・ボークウィンナー・じゃがいも・キャベツ・たまねぎ・にんじん・にんにく・綿実油・うすくちしょうゆ・コンソメ・食塩・こしょう混合 [絹厚揚げ・はくさい・にんじん・干しいたけ・綿実油・中華スープ・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 [水煮大豆・たまねぎ・ダイストマト缶詰・ケチャップ・上白糖・コンソメ・食塩・こしょう混合	10/30 水	しらす入りひじきごはん 牛乳 豚肉の生薑焼き さつま芋のレモン煮 チンゲン菜の和え物 みそ汁		[精白米・ひじきごはんの素 [豚もも肉・たまねぎ・しょうが・綿実油・こいくちしょうゆ・料理酒・上白糖・片栗粉 [さつま芋・レモン果汁・上白糖・食塩 [チンゲン菜・はくさい・こいくちしょうゆ・みりん [豆腐・こまつな・赤みそ・白みそ・削り節・だし昆布	
10/16 水	ごはん 牛乳 ボークチャップ 青のりポテト 野菜のマリネ きのこ汁		[精白米 [豚もも肉・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・えだまめ・青のり・食塩・こしょう混合 [きゅうり・たまねぎ・にんじん・セロリー・オリーブ油・うすくちしょうゆ・米酢・上白糖・食塩 [さつま芋・しめじ・えのきたけ・青ねぎ・赤みそ・白みそ・削り節・だし昆布	10/31 木	ごはん 牛乳 ほきフライ・タルタルソース小袋 バジルチキン いかにマリネ 貝だくさんスープ		[精白米 [ほきフライ・なたね油・タルタルソース小袋 [鶏もも肉皮なし・バジル・食塩・こしょう混合・レモン果汁・オリーブ油 [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 [シュルダーペーコン・キャベツ・かぼちゃ・にんじん・コンソメ・食塩・こしょう混合	