

## 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
7/1 月	ごはん 牛乳 豚肉の香味ダレ 切干大根の煮物 小松菜のおひたし かきたま汁	【精白米 【豚もも肉・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 【うす揚げ・にんじん・切干しだいこん・さやいんげん・こいくちしょうゆ・上白糖・みりん・削り節 【こまつな・はくさい・こいくちしょうゆ・みりん 【卵・にんじん・青ねぎ・干しいたけ・うすくちしょうゆ・みりん・食塩・削り節・だし昆布	7/17 水	ロールパン 牛乳 ほきフライ スパゲティミートソース キャベツの即席漬け ミネストローネ	【ロールパン 【ほきフライ・なたね油 【スパゲティ・豚ひき肉・牛ひき肉・たまねぎ・にんじん・にんにく・綿実油・ケチャップ・トマトピューレー・ウスターソース・食塩・こしょう混合 【キャベツ・こいくちしょうゆ・食塩 【キャベツ・こいくちしょうゆ・上白糖・コンソメ・食塩・こしょう混合
7/2 火	ごはん 牛乳 ホイコーロウ 卵焼きようざ 中華風サラダ 豆腐チゲ風スープ	【精白米 【豚もも肉・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 【しょうゆ混合 【きょうざ・綿実油 【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 【豆腐・たまねぎ・白菜キムチ・チンゲン菜・干しいたけ・中華スープ・こいくちしょうゆ・トウバンジャン・食塩・こしょう混合	7/18 木	ごはん 牛乳 ピリ辛肉じゃが 厚揚げの炒め煮 ピーマンとじゃこの和え物 すまし汁	【精白米 【豚もも肉・たまねぎ・じゃがいも・にんじん・にら・しょうが・にんにく・白いりごま・ごま油・こいくちしょうゆ・赤みそ・上白糖・トウバンジャン 【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 【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 【豆腐・青ねぎ・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
7/3 水	ごはん 牛乳 鶏肉の中華風あんかけ丼 コロッケ ハンサンスー マンゴー缶	【精白米 【鶏もも肉皮なし・はくさい・たまねぎ・青ねぎ・にんにく・白いりごま・ごま油・こいくちしょうゆ・上白糖・オイスターソース・中華スープ・料理酒・食塩・こしょう混合・片栗粉 【コロッケ(牛肉)・なたね油 【ハム・緑豆はるさめ・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 【マンゴー缶			
7/4 木	ごはん 牛乳 牛肉と春雨の炒め物 五目煮 キャベツのサラダ みそ汁	【精白米 【牛もも肉・はるさめ・たまねぎ・にんじん・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 【焼き竹輪・水煮大豆・にんじん・ごぼう・さやいんげん・こいくちしょうゆ・うすくちしょうゆ・上白糖・削り節 【キャベツ・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 【豆腐・にんじん・青ねぎ・赤みそ・白みそ・削り節・だし昆布			
7/5 金	しらす入りひじきごはん 牛乳 夏野菜のかきあげ バジルチキン にんじんシリシリ すまし汁	【精白米・ひじきごはんの素 【焼き竹輪・かぼちゃ・たまねぎ・青ピーマン・薄力粉・食塩・なたね油 【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 【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 【おつゆ鮓・えのきたけ・うすくちしょうゆ・みりん・食塩・削り節・だし昆布			
7/8 月	ごはん 牛乳 関東煮 チンゲン菜の和え物 大学芋 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 【チンゲン菜・はくさい・こいくちしょうゆ・みりん 【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 【うす揚げ・えのきたけ・青ねぎ・赤みそ・白みそ・削り節・だし昆布			
7/9 火	コーンピラフ 牛乳 クリームシチュー ポークビーンズ 大根サラダ バイン缶	【精白米・たまねぎ・コーン・青ピーマン・コンソメ・有塩バター・食塩・こしょう混合 【鶏もも肉皮なし・たまねぎ・にんじん・普通牛乳・ミックスクリームシチュー・上白糖・食塩・こしょう混合 【豚もも肉・水煮大豆・たまねぎ・にんじん・じゃがいも・マッシュルーム・トマト缶・ケチャップ・ウスターソース・上白糖・コンソメ・こしょう混合 【ツナ油漬・だいこん・きゅうり・糸かつお・白いりごま・米酢・こいくちしょうゆ・ごま油・上白糖 【バイン缶			
7/10 水	ごはん 牛乳 マーボーなす ちくわの天ぷら 白菜のおひたし 中華スープ	【精白米 【豚ひき肉・なす・青ピーマン・白ねぎ・しょうが・にんにく・ごま油・こいくちしょうゆ・中華スープ・トウバンジャン・片栗粉 【焼き竹輪・天ぷら粉・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 【チンゲン菜・しめじ・乾燥わかめ・中華スープ・食塩・こしょう混合			
7/11 木	ごはん 牛乳 あじのみりん焼き 筑前煮 きゅうりの甘酢和え みそ汁	【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 【鶏もも肉皮なし・こんにやく・にんじん・ごぼう・絹さや・削り節・こいくちしょうゆ・上白糖・料理酒 【ちりめんじゃこ・きゅうり・米酢・上白糖・こいくちしょうゆ・みりん 【かぼちゃ・たまねぎ・赤みそ・白みそ・削り節・だし昆布			
7/12 金	ごはん 牛乳 鶏肉のピリ辛炒め かぼちゃの煮物 ほうれん草のごま和え 白菜スープ	【精白米 【鶏もも肉皮なし・キャベツ・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 【かぼちゃ・こいくちしょうゆ・上白糖・料理酒・みりん 【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 【はくさい・にんじん・青ねぎ・中華スープ・食塩・こしょう混合			
7/16 火	ごはん 牛乳 夏野菜カレーライス トンカツ キャベツとツナの和え物 青りんごゼリー	【精白米 【牛もも肉・たまねぎ・にんじん・ズッキーニ・青ピーマン・トマト缶・にんにく・綿実油・カレーフレーク・食塩 【ロースカツ・なたね油 【ツナ油漬・キャベツ・えのきたけ・こいくちしょうゆ・みりん 【青りんごゼリー			