

R7 9月の給食献立表

今月のお野菜は「おくら」



」です

日 (曜日)	1・29 月	2・16・30 火	3・17 水	4・18 木	5・19 金	6・20 土	8・22 月	9 火	10・24 水	11・25 木	12・26 金	13・27 土	
昼 食	【きのこご飯】 七分つき米・しめじ えのきたけ・鶏肉 にんじん・油あげ しょうゆ・みりん・塩	【ごはん】 七分つき米 【肉じゃが】 油・豚肉・にんじん じゃがいも・たまねぎ	【ごはん】 七分つき米 【いわしのかば焼き】 いわし・しょうが・酒 片栗粉・油・みりん	【ごはん】 七分つき米 【タンドリーチキン】 しょうゆ・うどん 鶏もも肉・にんにく ケチャップ・しょうゆ	【冷やしそばうどん】 鶏ひき肉・砂糖 しょうゆ・うどん にんじん・オクラ わかめ・塩・砂糖	【チキンライス】 七分つき米・油 鶏肉・コーン・たまねぎ グリーンピース ケチャップ・洋風出し	【ごはん】 七分つき米 【八宝菜】 油・豚肉・にんじん はくさい・たまねぎ	【ごはん】 七分つき米 【サーモンフライ】 さけ・小麦粉・油 パン粉・たまねぎ	【ごはん】 七分つき米 【鶏の海苔焼き】 鶏もも肉・しょうが にんにく・しょうゆ	【ごはん】 七分つき米 【がんもどき】 木綿豆腐・しらす干し にんじん・ひじき	【キーマカレー】 七分つき米・豚ひき肉 たまねぎ・にんじん ピーマン・しょうが にんにく・油・カレー粉	【きのこの和風パスタ】 油・鶏肉・しめじ えのきたけ・小松菜 鶏だし・しょうゆ スパゲティ	【きのこの和風パスタ】 油・鶏肉・しめじ えのきたけ・小松菜 鶏だし・しょうゆ スパゲティ
	【豆腐ボール】 木綿豆腐・にんじん しらす干し・かつお節 小麦粉・油・ケチャップ グリーンピース	グリーンピース・だし しょうゆ・砂糖・片栗粉	しょうゆ・砂糖 【はるさめともやしのソテー】 はるさめ・もやし	砂糖・塩・レモン果汁 カレー粉・片栗粉 【オクラとツナのサラダ】 オクラ・ツナ・酢	かつお・昆布だし汁 みりん・酒 【ひじきのかき揚げ】 大豆・にんじん	【パスタサラダ】 スパゲティ・きゅうり キャベツ・にんじん マヨネーズ	しめじ・コーン・もやし しょうゆ・鶏だし 片栗粉	マヨネーズ 【中華風サラダ】 ツナ・砂糖・しょうゆ	マヨネーズ 【トマトのツナ和え】 トマト・きゅうり・酢 ツナ・砂糖・しょうゆ	みりん・砂糖・塩 片栗粉・油・焼き海苔 【おくらの天ぷら】 オクラ・てんぷら粉・油	ケチャップ・砂糖 ウスターソース 塩・小麦粉・オクラ	【焼きかぼちゃ】 かぼちゃ・油・塩	【すまし汁】 焼ふ・ねぎ・塩
	【ほうれん草の磯あえ】 ほうれんそう・はくさい 焼き海苔・しょうゆ	酢・砂糖・しょうゆ 【みそ汁】 木綿豆腐・だいこん ねぎ・油あげ・みそ	【五目汁】 鶏もも肉・だいこん にんじん・じゃがいも ねぎ・油揚げ・塩	砂糖 【豚肉と白菜のスープ】 豚肉・酒・はくさい 洋風出し	あおのり・てんぷら粉 にら・鶏だし・塩	木綿豆腐・もやし にら・鶏だし・塩	にんじん・はるさめ 酢・砂糖・しょうゆ	こまつな・えのきたけ 油揚げ・しょうゆ・塩	豚肉・だいこん・ねぎ にんじん・油あげ・みそ	砂糖・かつお節 【みそ汁】 切干大根・たまねぎ	にんじん・コーン マヨネーズ・塩	【ポテトサラダ】 じゃがいも・きゅうり えのきたけ しょうゆ	【すまし汁】 焼ふ・ねぎ・塩
	【みそ汁】 さつまいも・オクラ みそ カットわかめ かつお・昆布だし汁	ねぎ・油あげ・みそ かつお・昆布だし汁	かつお・昆布だし汁 しょうゆ	砂糖 【豚肉と白菜のスープ】 豚肉・酒・はくさい 洋風出し	あおのり・てんぷら粉 にら・鶏だし・塩	木綿豆腐・もやし にら・鶏だし・塩	にんじん・はるさめ 酢・砂糖・しょうゆ	こまつな・えのきたけ 油揚げ・しょうゆ・塩	豚肉・だいこん・ねぎ にんじん・油あげ・みそ	砂糖・かつお節 【みそ汁】 切干大根・たまねぎ	にんじん・コーン マヨネーズ・塩	【ポテトサラダ】 じゃがいも・きゅうり えのきたけ しょうゆ	【すまし汁】 焼ふ・ねぎ・塩
	【ほうれん草の磯あえ】 ほうれんそう・はくさい 焼き海苔・しょうゆ	酢・砂糖・しょうゆ 【みそ汁】 木綿豆腐・だいこん ねぎ・油あげ・みそ	【五目汁】 鶏もも肉・だいこん にんじん・じゃがいも ねぎ・油揚げ・塩	砂糖 【豚肉と白菜のスープ】 豚肉・酒・はくさい 洋風出し	あおのり・てんぷら粉 にら・鶏だし・塩	木綿豆腐・もやし にら・鶏だし・塩	にんじん・はるさめ 酢・砂糖・しょうゆ	こまつな・えのきたけ 油揚げ・しょうゆ・塩	豚肉・だいこん・ねぎ にんじん・油あげ・みそ	砂糖・かつお節 【みそ汁】 切干大根・たまねぎ	にんじん・コーン マヨネーズ・塩	【ポテトサラダ】 じゃがいも・きゅうり えのきたけ しょうゆ	【すまし汁】 焼ふ・ねぎ・塩
	【みそ汁】 さつまいも・オクラ みそ カットわかめ かつお・昆布だし汁	ねぎ・油あげ・みそ かつお・昆布だし汁	かつお・昆布だし汁 しょうゆ	砂糖 【豚肉と白菜のスープ】 豚肉・酒・はくさい 洋風出し	あおのり・てんぷら粉 にら・鶏だし・塩	木綿豆腐・もやし にら・鶏だし・塩	にんじん・はるさめ 酢・砂糖・しょうゆ	こまつな・えのきたけ 油揚げ・しょうゆ・塩	豚肉・だいこん・ねぎ にんじん・油あげ・みそ	砂糖・かつお節 【みそ汁】 切干大根・たまねぎ	にんじん・コーン マヨネーズ・塩	【ポテトサラダ】 じゃがいも・きゅうり えのきたけ しょうゆ	【すまし汁】 焼ふ・ねぎ・塩
	【ほうれん草の磯あえ】 ほうれんそう・はくさい 焼き海苔・しょうゆ	酢・砂糖・しょうゆ 【みそ汁】 木綿豆腐・だいこん ねぎ・油あげ・みそ	【五目汁】 鶏もも肉・だいこん にんじん・じゃがいも ねぎ・油揚げ・塩	砂糖 【豚肉と白菜のスープ】 豚肉・酒・はくさい 洋風出し	あおのり・てんぷら粉 にら・鶏だし・塩	木綿豆腐・もやし にら・鶏だし・塩	にんじん・はるさめ 酢・砂糖・しょうゆ	こまつな・えのきたけ 油揚げ・しょうゆ・塩	豚肉・だいこん・ねぎ にんじん・油あげ・みそ	砂糖・かつお節 【みそ汁】 切干大根・たまねぎ	にんじん・コーン マヨネーズ・塩	【ポテトサラダ】 じゃがいも・きゅうり えのきたけ しょうゆ	【すまし汁】 焼ふ・ねぎ・塩
	【みそ汁】 さつまいも・オクラ みそ カットわかめ かつお・昆布だし汁	ねぎ・油あげ・みそ かつお・昆布だし汁	かつお・昆布だし汁 しょうゆ	砂糖 【豚肉と白菜のスープ】 豚肉・酒・はくさい 洋風出し	あおのり・てんぷら粉 にら・鶏だし・塩	木綿豆腐・もやし にら・鶏だし・塩	にんじん・はるさめ 酢・砂糖・しょうゆ	こまつな・えのきたけ 油揚げ・しょうゆ・塩	豚肉・だいこん・ねぎ にんじん・油あげ・みそ	砂糖・かつお節 【みそ汁】 切干大根・たまねぎ	にんじん・コーン マヨネーズ・塩	【ポテトサラダ】 じゃがいも・きゅうり えのきたけ しょうゆ	【すまし汁】 焼ふ・ねぎ・塩
	【ほうれん草の磯あえ】 ほうれんそう・はくさい 焼き海苔・しょうゆ	酢・砂糖・しょうゆ 【みそ汁】 木綿豆腐・だいこん ねぎ・油あげ・みそ	【五目汁】 鶏もも肉・だいこん にんじん・じゃがいも ねぎ・油揚げ・塩	砂糖 【豚肉と白菜のスープ】 豚肉・酒・はくさい 洋風出し	あおのり・てんぷら粉 にら・鶏だし・塩	木綿豆腐・もやし にら・鶏だし・塩	にんじん・はるさめ 酢・砂糖・しょうゆ	こまつな・えのきたけ 油揚げ・しょうゆ・塩	豚肉・だいこん・ねぎ にんじん・油あげ・みそ	砂糖・かつお節 【みそ汁】 切干大根・たまねぎ	にんじん・コーン マヨネーズ・塩	【ポテトサラダ】 じゃがいも・きゅうり えのきたけ しょうゆ	【すまし汁】 焼ふ・ねぎ・塩
	【みそ汁】 さつまいも・オクラ みそ カットわかめ かつお・昆布だし汁	ねぎ・油あげ・みそ かつお・昆布だし汁	かつお・昆布だし汁 しょうゆ	砂糖 【豚肉と白菜のスープ】 豚肉・酒・はくさい 洋風出し	あおのり・てんぷら粉 にら・鶏だし・塩	木綿豆腐・もやし にら・鶏だし・塩	にんじん・はるさめ 酢・砂糖・しょうゆ	こまつな・えのきたけ 油揚げ・しょうゆ・塩	豚肉・だいこん・ねぎ にんじん・油あげ・みそ	砂糖・かつお節 【みそ汁】 切干大根・たまねぎ	にんじん・コーン マヨネーズ・塩	【ポテトサラダ】 じゃがいも・きゅうり えのきたけ しょうゆ	【すまし汁】 焼ふ・ねぎ・塩
	【ほうれん草の磯あえ】 ほうれんそう・はくさい 焼き海苔・しょうゆ	酢・砂糖・しょうゆ 【みそ汁】 木綿豆腐・だいこん ねぎ・油あげ・みそ	【五目汁】 鶏もも肉・だいこん にんじん・じゃがいも ねぎ・油揚げ・塩	砂糖 【豚肉と白菜のスープ】 豚肉・酒・はくさい 洋風出し	あおのり・てんぷら粉 にら・鶏だし・塩	木綿豆腐・もやし にら・鶏だし・塩	にんじん・はるさめ 酢・砂糖・しょうゆ	こまつな・えのきたけ 油揚げ・しょうゆ・塩	豚肉・だいこん・ねぎ にんじん・油あげ・みそ	砂糖・かつお節 【みそ汁】 切干大根・たまねぎ	にんじん・コーン マヨネーズ・塩	【ポテトサラダ】 じゃがいも・きゅうり えのきたけ しょうゆ	【すまし汁】 焼ふ・ねぎ・塩
	【みそ汁】 さつまいも・オクラ みそ カットわかめ かつお・昆布だし汁	ねぎ・油あげ・みそ かつお・昆布だし汁	かつお・昆布だし汁 しょうゆ	砂糖 【豚肉と白菜のスープ】 豚肉・酒・はくさい 洋風出し	あおのり・てんぷら粉 にら・鶏だし・塩	木綿豆腐・もやし にら・鶏だし・塩	にんじん・はるさめ 酢・砂糖・しょうゆ	こまつな・えのきたけ 油揚げ・しょうゆ・塩	豚肉・だいこん・ねぎ にんじん・油あげ・みそ	砂糖・かつお節 【みそ汁】 切干大根・たまねぎ	にんじん・コーン マヨネーズ・塩	【ポテトサラダ】 じゃがいも・きゅうり えのきたけ しょうゆ	【すまし汁】 焼ふ・ねぎ・塩



※【にぼし】は幼児のみです