

R7 10月の給食献立表

今月のお野菜は「ねぎ」です



日 (曜日)	27 月	14・28 火	1・15・29 水	2・16・30 木	3・17・31 金	4・18 土	6・20 月	7・21 火	8・22 水	9・23 木	10・24 金	25 土	
昼 食	【さつま芋ご飯】 七分つき米・酒 さつまいも・塩 【鶏つくねのあんかけ】 鶏ひき肉・ひじき にんじん・たまねぎ 塩・片栗粉・しょうゆ みりん かつお・昆布だし汁 【ほうれん草の白和え】 ほうれんそう・にんじん 豆腐・えのきたけ しょうゆ 【みそ汁】 キャベツ・えのきたけ わかめ・みそ かつお・昆布だし汁	【ごはん】 七分つき米 【鮭の人参マヨネーズ焼き】 さけ・小麦粉・にんじん マヨネーズ・油 【じゃが芋きんぴら】 じゃがいも・ごぼう にんじん・油・砂糖 しょうゆ 【すまし汁】 はくさい・油あげ にんじん・しょうゆ かつお・昆布だし汁・塩	【ごはん】 七分つき米 【ハヤシライス】 油・豚肉・たまねぎ じゃがいも・にんじん グリーンピース ハヤシルウ 【切干大根の旨煮】 切干大根・にんじん 油揚げ・しょうゆ みりん・砂糖 かつお・昆布だし汁	【ごはん】 七分つき米 【れんこんハンバーグ】 鶏ひき肉・たまねぎ れんこん・パン粉 片栗粉・しょうゆ 砂糖・酒・みりん 【かぼちゃの甘煮】 かぼちゃ・しょうゆ・砂糖 かつお・昆布だし汁 【けんちん汁】 木綿豆腐・油揚げ だいこん・にんじん ねぎ・しょうゆ・塩・油 かつお・昆布だし汁	【焼きビーフン】 油・豚肉・にんじん ピーマン・にら・ビーフン チンゲンサイ・しょうゆ ウスターソース 鶏だし 【納豆ボール】 挽きわり納豆・しょうゆ 【スープ】 豚ひき肉・ねぎ・塩 片栗粉 【すまし汁】 鶏もも肉・だいこん ねぎ・しょうゆ・塩 かつお・昆布だし汁	【ねぎチャーハン】 油・豚ひき肉・にんじん ねぎ・鶏だし・しょうゆ 七分づき米・ひじき 【きゅうりとささみの中華サラダ】 鶏ささ身・酒・きゅうり 酢・しょうゆ・砂糖・油 【スープ】 もやし・鶏だし・塩 チンゲンサイ	【ごはん】 七分つき米 【鶏肉のバーベキュー】 鶏もも肉・にんにく 砂糖・ケチャップ・油 中濃ソース 【コールスローサラダ】 キャベツ・にんじん・塩 マヨネーズ・酢・砂糖 【みそ汁】 だいこん・にんじん えのきたけ・ねぎ 油揚げ・みそ かつお・昆布だし汁	【ごはん】 七分つき米 【マーボー豆腐】 木綿豆腐・ねぎ・油 豚ひき肉・にんじん 挽きわり納豆・しょうが みそ・しょうゆ・片栗粉 砂糖 【チンゲン菜のしらす和え】 チンゲンサイ・にんじん しらす干し・しょうゆ 砂糖 【チキンスープ】 鶏ひき肉・だいこん じゃが芋・にんじん 洋風出し・塩	【ごはん】 七分つき米 【ポークカレー】 油・豚肉・にんじん たまねぎ・じゃが芋 グリーンピース・南瓜 ノンビーフルー 濃厚ソース 【ひじき煮】 ひじき・にんじん 油揚げ・砂糖・しょうゆ かつお出汁	【ごはん】 七分つき米 【豚肉のすき焼き風煮物】 豚肉・たまねぎ はくさい・えのきたけ ねぎ・しょうゆ・みりん 砂糖 【磯辺さつまいも】 さつまいも・米粉 あおのり・油 【みそ汁】 もやし・だいこん にんじん・わかめ・みそ かつお・昆布だし汁	【ごはん】 七分つき米 【ミートボール】 鶏ひき肉・たまねぎ にんじん・塩・片栗粉 油・ケチャップ・砂糖 ウスターソース 【キャベツのサラダ】 キャベツ・ツナ・油 塩・酢 【きのこのスープ】 えのきたけ・しめじ たまねぎ・にんじん 油・洋風出し・塩	【焼きそば】 中華麺・豚肉 酒・もやし・キャベツ にんじん・たまねぎ 油・中濃ソース・あおのり 【きゅうりのゆかりあえ】 きゅうり しそふりかけ 【みそ汁】 たまねぎ・にんじん 油揚げ・みそ かつお・昆布だし汁	
	午後 おやつ	【ねぎチヂミ】 キャベツ・ねぎ・たまねぎ 豚ひき肉・小麦粉 片栗粉・しょうゆ 鶏だし・油 【にぼし】 【牛乳】	【ホットケーキ】 小麦粉・砂糖・豆乳 ベーキングパウダー 油・シロップ 【にぼし】 【牛乳】	【ふかしもち】 【棒チーズ】 【にぼし】 【牛乳】	【バナナケーキ】 バナナ・小麦粉 ベーキングパウダー 牛乳・砂糖・油 【にぼし】 【牛乳】	【鮭おにぎり】 七分つき米 さけ・焼き海苔 【にぼし】 【牛乳】	【せんべい】 【ゼリー】 【にぼし】 【牛乳】	【フルーツヨーグルト】 ヨーグルト・バナナ 桃缶・みかん缶・砂糖 【にぼし】 【牛乳】	【豆乳ゼリー】 寒天・餡・豆乳 きな粉 【にぼし】 【牛乳】	【バナナ】 【せんべい】 【にぼし】 【牛乳】	【あげぼん】 ロールパン・油 きな粉・砂糖 【にぼし】 【牛乳】	【アップルポテト】 さつまいも・りんご 砂糖・無塩バター 【にぼし】 【牛乳】	【ビスケット】 【ミニゼリー】 【にぼし】 【牛乳】



※【にぼし】は幼児のみです