

R5 9月の給食献立表



日 (曜日)	11・25 月	12・26 火	13・27 水	14・28 木	1 金	15 金	29 金	2・16・30 土	4 月	5・19 火	6・20 水	7・21 木	8・22 金	9 土
昼 食	【ごはん】 七分つき米 【豆腐の五目焼き】 木綿豆腐 鶏ひき肉 さつまいも にんじん ひじき しょうゆ しょうが 酒 塩 片栗粉 <small>【きゅうりとツナの酢の物】</small> きゅうり キャベツ ツナ 酢 砂糖 【すまし汁】 そうめん 鶏ささ身 にんじん ねぎ・塩 かつお・昆布だし汁 しょうゆ	【ごはん】 七分つき米 【さんまの磯辺焼き】 さんま 米粉 あおのり 塩 油 【かぼちゃの甘煮】 かぼちゃ かつお・昆布だし汁 しょうゆ 砂糖 【豚汁】 かつお・昆布だし汁 豚肉 だいこん にんじん 油揚げ しょうゆ みりん 砂糖 【すまし汁】 ごぼう 葉ねぎ みそ	【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 じゃがいも グリんピース かぼちゃ ノンビーフカレールーウ トンカツソース 塩 【切干大根の旨煮】 切り干しだいこん にんじん 油揚げ かつお・昆布だし汁 しょうゆ みりん 砂糖 【すまし汁】 みりん 砂糖	【ごはん】 七分つき米 【高野豆腐の含め煮】 油 鶏もも肉 たまねぎ にんじん しめじ しょうゆ 高野豆腐 かつおだし汁 砂糖 しょうゆ 【さつま芋の天ぷら】 さつまいも 米粉 ベーキングパウダー 塩 油 【すまし汁】 はくさい えのきたけ ねぎ かつお・昆布だし汁 しょうゆ 塩	【おかかおにぎり】 七分つき米 しょうゆ かつお節 【肉じゃが】 ツナ じゃがいも たまねぎ にんじん 油 かつお・昆布だし汁 しょうゆ みりん 砂糖 【みそ汁】 切り干しだいこん ひじき かつお・昆布だし汁 みそ	【五目おこわ】 もち米 ひじき にんじん ごぼう しめじ しょうゆ 本みりん 塩 しょうゆ 酒 【ナゲット】 鶏ひき肉 木綿豆腐 たまねぎ しょうが キャベツ コーン ツナ しょうゆ 【みそ汁】 切り干しだいこん かつお・昆布だし汁 みそ カッタわかめ	【ごはん】 七分つき米 【ナゲット】 鶏ひき肉 木綿豆腐 たまねぎ しょうが にんにく 食塩 片栗粉 油 【ほうれん草のツナ和え】 ほうれんそう キャベツ コーン ツナ しょうゆ 【みそ汁】 切り干しだいこん かつお・昆布だし汁 みそ カッタわかめ	【鶏そぼろ丼】 七分つき米 油 鶏ひき肉 三温糖 しょうゆ 【きゅうりの昆布あえ】 きゅうり 塩こんぶ 【みそ汁】 だいこん にんじん 絹ごし豆腐 油揚げ かつお・昆布だし汁 みそ	【あんかけうどん】 うどん 油揚げ 鶏もも肉 たまねぎ にんじん 葉ねぎ かつお・昆布だし汁 砂糖 塩 酒 本みりん しょうゆ うすくちしょうゆ 片栗粉 【ベイクドじゃが】 じゃがいも 油 塩 あおのり	【ごはん】 七分つき米 【鶏肉のカレー焼き】 いわし しょうが 酒 片栗粉 油 しょうゆ 砂糖 カレー粉 【マカロニサラダ】 マカロニ にんじん きゅうり ノンエッグマヨネーズ 【すまし汁】 えのきたけ 焼ふ ねぎ カッタわかめ かつお・昆布だし汁 しょうゆ 塩	【いわしのかば焼き丼】 七分つき米 いわし しょうが 酒 片栗粉 油 しょうゆ 砂糖 【キャベツと油揚げの炒め煮】 キャベツ 油揚げ 油 かつお・昆布だし汁 しょうゆ みりん 【けんちん汁】 木綿豆腐 油揚げ だいこん にんじん ごぼう・塩 ねぎ・油 かつお・昆布だし汁 しょうゆ	【わかめご飯】 七分つき米 カッタわかめ 塩 【豆腐のコーンみそ焼き】 たまねぎ れんこん 白みそ クリームコーン 砂糖 【かぼちゃサラダ】 かぼちゃ きゅうり コーン ノンエッグマヨネーズ 食塩 【みそ汁】 だいこん しめじ かつお・昆布だし汁 みそ はくさい	【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 本みりん 【ブロッコリーとコーンのソテー】 ブロッコリー コーン ノンエッグマヨネーズ 油 塩 【オニオンスープ】 にんじん たまねぎ 水 洋風だし 塩	【チキンライス】 七分つき米 油 鶏もも肉 グリんピース コーン ケチャップ 洋風だし たまねぎ キャベツ にんじん きゅうり コーン 【みそ汁】 こまつな もやし にんじん かつお・昆布だし汁 みそ
	午後 おやつ	【ラスク】 食パン・バター 砂糖 【にぼし】 【牛乳】	【蒸しパン】 【小麦粉・砂糖】 豆乳・レーズン さつま芋 ベーキングパウダー 【にぼし】 【牛乳】	【ポテトのキャベツ焼き】 豚ひき肉 じゃが芋・塩 キャベツ 鯉節・片栗粉 油・ケチャップ ウスターソース 青のり 【にぼし】 【牛乳】	【キャロットケーキ】 小麦粉・砂糖 ベーキングパウダー 豆腐・油 にんじん クリームチーズ 【にぼし】 【牛乳】	【ビスケット】 【みかん缶】 【にぼし】 【牛乳】	【きなこおはぎ】 黄な粉・ごはん 粒あん 【にぼし】 【牛乳】	【ビスケット】 【みかん缶】 【にぼし】 【牛乳】	【せんべい】 【ミニゼリー】 【にぼし】 【牛乳】	【人参ドーナツ】 人参・小麦粉 ベーキングパウダー 無塩バター 砂糖・レモン・油 【にぼし】 【牛乳】	【バナナ】 【棒チーズ】 【にぼし】 【牛乳】	【さつま芋羊羹】 さつま芋・砂糖 寒天 【にぼし】 【牛乳】	【チヂミ】 キャベツ・にら たまねぎ・小麦粉 豚ひき肉・油 片栗粉・しょうゆ 鶏だし 【にぼし】 【牛乳】	【ヨーグルト】 ヨーグルト いちごジャム 【せんべい】 【にぼし】 【牛乳】

