

	01	02	04	07	08	09
献立名	白飯 牛乳 五目スープ ジャージャン豆腐 華風漬け	黒米ご飯 牛乳 ごぼうの味噌汁 鯖の香味ソース 大根のこっくり煮	白飯 牛乳 ワンタンスープ イカのチリソース チンゲン菜のミルク炒め	ゆかりご飯 牛乳 若布の味噌汁 焼きシヤモ 切干大根のはりはり漬け	白飯 牛乳 ビーンズカレーライス 茎若布サラダ みかん ナムルドレッシング	白飯 牛乳 けんちん汁 秋刀魚の塩焼き ひじきの煮物
	白飯	黒米ご飯	白飯	ゆかりご飯	白飯	白飯
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	ごま油 鶏肉 清酒 水 液体スープポーク中華 なると もやし 人参 白菜 しいたけ うずら卵 醤油 食塩 長ねぎ	水 削節 豚肉 清酒 人参 ごぼう えのき 味噌 味噌 長ねぎ	油 豚肉 清酒 水 液体スープポーク中華 人参 もやし えのき なると 食塩 こしょう 醤油 ワンタン 小松菜 長ねぎ ごま油	水 削節 玉ねぎ 油揚げ えのき 味噌 味噌 若布 板ふ	油 生姜 にんにく 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 水 液体スープチキン マッシュルーム 大豆 ミックスビーンズ 醤油 中濃ソース ケチャップ デミソース カレールウ 食塩 こしょう 澱粉	水 削節 人参 大根 ごぼう しいたけ 里芋 こんにゃく 食塩 醤油 豆腐 長ねぎ
	油 にんにく 生姜 豚肉 清酒 人参 筍 玉ねぎ 枝豆 生揚げ 液体スープポーク中華 醤油 砂糖 味噌 長ねぎ 澱粉 ごま油 食塩	鯖 油 生姜 長ねぎ 水 清酒 醤油 砂糖 みりん 一味唐辛子 食塩 澱粉	イカ 澱粉 油 油 にんにく 生姜 長ねぎ トウバンジャン 水 ケチャップ 醤油 砂糖 清酒 澱粉	シヤモ(メス)	きゅうり 大根 茎若布 人参 コーン	秋刀魚 食塩
	油 にんにく 生姜 豚肉 清酒 人参 筍 玉ねぎ 枝豆 生揚げ 液体スープポーク中華 醤油 砂糖 味噌 長ねぎ 澱粉 ごま油 食塩	ごま油 生姜 鶏肉 清酒 大根 油揚げ 水 削節 砂糖 みりん 醤油 いんげん	イカ 澱粉 油 油 にんにく 生姜 長ねぎ トウバンジャン 水 ケチャップ 醤油 砂糖 清酒 澱粉	切干大根 人参 水 生姜 砂糖 みりん 醤油 鰹節 昆布 一味唐辛子 ごま油 食塩 穀物酢	大豆 ミックスビーンズ 醤油 中濃ソース ケチャップ デミソース カレールウ 食塩 こしょう 澱粉	水 削節 ごま油 ひじき 人参 れんこん 枝豆 コーン さつま揚 砂糖 みりん 醤油
	きゅうり 大根 人参 生姜 砂糖／みりん 醤油／食塩 ごま油／穀物酢 一味唐辛子／ごま		油 ハム 人参 マッシュルーム 玉ねぎ スープストックチキン 食塩 こしょう 生クリーム チンゲン菜／澱粉		ナムルドレッシング	

日付	10	11	14	15	16	17
献立名	白飯 牛乳 なめこの味噌汁 鶏天 豚肉と根菜の金平	ダイスチーズパン 牛乳 ポトフ 鮭のマヨネーズソース りんご	白飯 牛乳 きのこの味噌汁 ハタハタのレモン風味揚げ 大根とがんもの旨煮	白飯 牛乳 かぶとハムのスープ 鶏肉のオーロラソース ブロッコリーソテー	白飯 牛乳 生揚げと小松菜の味噌汁 里芋のそぼろ煮 お浸し 卓上醤油	揚げパン 牛乳 トマトシチュー ガーリック野菜ソテー
	白飯	ダイスチーズパン	白飯	白飯	白飯	コッペパン
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	油 砂糖 砂糖
	水 削節 なめこ 豆腐 味噌 味噌 小松菜 長ねぎ	水 液体スープチキン ウインナー 白ワイン 人参 玉ねぎ キャベツ じゃがいも セロリー ローレル 食塩 こしょう	水 削節 人参 白菜 しいたけ しめじ えのき 味噌 味噌 小松菜 長ねぎ	油 にんにく ハム 白ワイン 人参 マッシュルーム 水 液体スープチキン コーン かぶ 食塩 こしょう かぶの葉	水 削節 大根 しめじ 生揚げ 若布 味噌 味噌 小松菜 長ねぎ	牛乳
	鶏肉 水 小麦粉 上新粉 食塩 油	鮭 食塩 こしょう 玉ねぎ マッシュルーム しめじ ノンエッグマヨネーズ 醤油 水 澱粉	ハタハタ 澱粉 油 レモン	鶏肉 食塩 こしょう 油 玉ねぎ 水 ノンエッグマヨネーズ ケチャップ 中濃ソース 澱粉	削節 水 油 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 里芋 砂糖 みりん 醤油 グリーンピース 澱粉	油 豚肉 豚肉 赤ワイン 玉ねぎ 人参 マッシュルーム しめじ 水 液体スープチキン じゃがいも
	ごま油 豚肉 清酒 ごぼう 人参 れんこん こんにゃく ごま 砂糖 みりん 醤油 一味唐辛子 いんげん	りんご	油 鶏肉 清酒 水 削節 大根 がんもどき 里芋 人参 こんにゃく 砂糖 みりん 醤油	オリーブオイル にんにく イカ 清酒 玉ねぎ キャベツ エリンギ ブロッコリー スープストックチキン 食塩 こしょう 醤油 澱粉	キャベツ もやし 人参 ほうれん草	油 にんにく ベーコン 玉ねぎ キャベツ 人参 エリンギ コーン 醤油 食塩 こしょう
					卓上醤油	

平成 28 年度 11 月分 献立一覧表

小学校(中) Bコース

日付	18	21	22	24	25	28
献立名	白飯 牛乳 豚汁 太刀魚の唐揚げカレー風味 即席漬け	白飯 牛乳 もみじかまぼこの吸物 ブリのおろしがけ キャベツのゆかり和え	ココア食パン 牛乳 パンプキンポタージュ ハンバーグデミグラスソース カレーポテト	白飯 牛乳 大根の味噌汁 メルルーサの照焼きソース 筑前煮	白飯 牛乳 ポークカレーライス 豆のカラフルサラダ みかん シーザードレッシング	うどん 牛乳 あんかけうどん汁 ちくわの磯辺揚げ 鶏肉と野菜の味噌炒め
	白飯	白飯	ココア食パン	白飯	白飯	うどん
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	油 豚肉 清酒 水 削節 人参 大根 こんにゃく ごぼう 里芋 味噌 味噌 長ねぎ	水 削節 昆布 鶏肉 しめじ かまぼこ 食塩 薄口醤油 みりん 長ねぎ 小松菜	油 玉ねぎ 水 液体スープチキン かぼちゃ かぼちゃ 牛乳 食塩 こしょう チーズ 生クリーム パセリ	水 削節 大根 しめじ 油揚げ 若布 味噌 味噌 長ねぎ 板ふ	油 にんにく 生姜 豚肉 清酒 水 液体スープチキン 食塩 こしょう 玉ねぎ 人参 じゃがいも カレールウ 中濃ソース ケチャップ 醤油	削節 水 ごま油 生姜 豚肉 清酒 人参 豆腐 筍 えのき 白菜 みりん 食塩 醤油 長ねぎ 水菜 澱粉
	太刀魚 食塩 こしょう カレー粉 澱粉 油	鰯 大根 水 砂糖 醤油 みりん 和風だし	ハンバーグ 水 マッシュルーム ウスターソース ケチャップ デミソース 砂糖	メルルーサ 澱粉 油 水 生姜 砂糖 清酒 みりん 醤油 澱粉	ミックスピーーズ 枝豆 コーン きゅうり	竹輪 小麦粉 上新粉 青のり 水 食塩 油
	キャベツ きゅうり 人参 清酒 みりん 食塩 薄口醤油 ごま	キャベツ きゅうり 人参 砂糖 食塩 醤油 しそ 和風だし	じゃがいも バター 玉ねぎ 人参 コーン 枝豆 鮪 カレー粉 ガーリックパウダー 食塩 こしょう	水 削節 油 鶏肉 清酒 ごぼう れんこん 人参 こんにゃく 筍 しいたけ 里芋 砂糖 みりん 醤油 いんげん 食塩	みかん シーザードレッシング	油 鶏肉 清酒 キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン 和風だし 砂糖 醤油 味噌 澱粉

日付	29	30				
献立名	白飯 牛乳 かき玉汁 鯖の塩焼き 胡麻和え	白飯 牛乳 サンまつみれの中華スープ 揚げ鶏と栗の甘酢炒め ラフランスゼリー				
	白飯	白飯				
	牛乳	牛乳				
	水 削節 昆布 玉ねぎ しいたけ 豆腐 食塩 薄口醤油 澱粉 卵 小松菜 長ねぎ	水 液体スープ ポーク中華 玉ねぎ 人参 もやし 豆腐 チンゲン菜 サンまつみれ 食塩 こしょう 醤油 ごま油				
	鯖	鶏肉				
キャベツ 人参 いんげん こんにゃく みりん 砂糖 醤油 ごま ごま	鶏肉 鶏肉 澱粉 油 油 生姜 玉ねぎ 人参 しいたけ 赤ピーマン 枝豆 栗 清酒 砂糖 醤油 ケチャップ 穀物酢 澱粉 食塩					
	ラフランスゼリー					