

平成 28 年度 11 月分 献立一覧表

小学校(中) Aコース

献立名	01	02	04	07	08	09	
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	黒米ご飯 牛乳	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 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	ゆかりご飯 牛乳 若布の味噌汁 焼きシシャモ 切干大根のはりはり漬け	白飯 牛乳 ワントンスープ イカのチリソース チンゲン菜のミルク炒め	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	
材料名	黒米ご飯	コッペパン 油 砂糖	白飯	ゆかりご飯	白飯	白飯	
	牛乳	砂糖	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
	水 削節 豚肉 清酒 人参 ごぼう えのき 味噌 長ねぎ	牛乳	水 削節 人参 白菜 しいたけ しめじ えのき 味噌 小松菜 長ねぎ	水 削節 玉ねぎ 油揚げ えのき 味噌 若布 板ふ	水 削節 玉ねぎ 油揚げ えのき 味噌 若布 板ふ	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 ワントン 小松菜 長ねぎ ごま油	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
	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	油 豚肉 赤ワイン 玉ねぎ 人参 マッシュルーム しめじ 食塩 こしょう 水 液体スープチキン じゃがいも 油 バター 小麦粉 ケチャップ トマト トンカツソース デミソース 砂糖	ハタハタ 澱粉 油 レモン	切干大根 人参 水 生姜 砂糖 みりん 醤油 穀物酢 鰹節 昆布 一味唐辛子 ごま油 食塩	シシャモ	イカ 澱粉 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	きゅうり 大根 茎若布 人参 コーン
	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	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	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	ハタハタ	ハタハタ	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	みかん
							ナムルドレッシング

平成 28 年度 11 月分 献立一覧表

小学校(中) Aコース

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 けんちん汁 秋刀魚の塩焼き ひじきの煮物	白飯 牛乳 五目スープ ジャージャン豆腐 華風漬け	うどん 牛乳 あんかけうどん汁 ちくわ磯辺揚げ 鶏肉と野菜の味噌炒め	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 卓上醬油
材料名	白飯	ダイスチーズパン	白飯	白飯	うどん	白飯
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	水 削節 なめこ 豆腐 味噌 小松菜 長ねぎ	水 液体スープチキン ウイナー 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 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	水 削節 人参 大根 ごぼう しいたけ 人参 白菜 しいたけ うずら卵 醤油 食塩 長ねぎ	水 削節 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	水 削節 大根 しめじ 生揚げ 若布 味噌 小松菜 長ねぎ
	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	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 食塩	竹輪 小麦粉 上新粉 青のり 水 食塩 油	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
	ごま油 豚肉 清酒 ごぼう 人参 れんこん こんにゃく いんげん ごま 砂糖 みりん 醤油 一味唐辛子	りんご	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	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	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	キャベツ もやし 人参 ほうれん草
				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		卓上醬油

平成 28 年度 11 月分 献立一覧表

小学校(中) Aコース

日付	18	21	22	24	25	28	
献立名	白飯 牛乳 もみじかまぼこの吸物 ブリのおろしがけ きゃべつのゆかり和え	白飯 牛乳 サンマつまれの中華スープ 揚げ鶏と栗の甘酢炒め ラフランスゼリー	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 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 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	
材料名	白飯	白飯	ココア食パン	白飯	白飯	白飯	
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
	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	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 サンマつまれ 食塩 こしょう 醤油 ごま油	油 玉ねぎ 水 液体スープチキン 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 長ねぎ 板ふ	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 かぶの葉 食塩 こしょう	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	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
	鰯 大根 水 砂糖 醤油 みりん 和風だし	鶏肉 澱粉 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	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	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	ミックスビーンズ きゅうり 枝豆 コーン	ミックスビーンズ きゅうり 枝豆 コーン
	キャベツ きゅうり 人参 砂糖 食塩 醤油 しそ 和風だし	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	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 醤油 砂糖 みりん いんげん 食塩	ノンエッグマヨネーズ ケチャップ 中濃ソース 澱粉	みかん	みかん
		ラフランスゼリー			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	シーザードレッシング	シーザードレッシング

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 豚汁 太刀魚の唐揚げカレー風味 即席漬け				
材料名	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 長ねぎ 小松菜	油 豚肉 清酒 水 削節 人参 大根 こんにゃく ごぼう 里芋 味噌 長ねぎ				
	鯖	太刀魚				
	キャベツ 人参 いんげん こんにゃく みりん 砂糖 醤油 ごま	食塩 こしょう カレー粉 澱粉 油				
	キャベツ きゅうり 人参 清酒 みりん 食塩 薄口醤油 ごま					