

平成 28 年度 1 月分 献立一覧表

	10	11	12	13	16	17
献立名	白飯 牛乳 ハッシュドポーク カラフルサラダ ぼんかん イタリアンドレッシング	梅かおりご飯 牛乳 七草汁 鯖の西京焼き にらともやしの炒め物	麦ご飯 牛乳 豚キムチ丼 シルバーサラダ フルーツ杏仁 中華ドレッシング	白飯 牛乳 根菜の胡麻汁 鮭の和風あんかけ ひじきの煮物	白飯 牛乳 けんちん汁 鱈の唐揚げ甘辛ダレ キャベツのレモン醤油和え	白飯 牛乳 卵と若布のスープ 春巻 豚肉と大根の中華煮
材料名	白飯	梅かおりご飯	麦ご飯	白飯	白飯	白飯
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	油 にんにく 豚肉 赤ワイン 玉ねぎ 人参 マッシュルーム 水 液体スープチキン じゃがいも 油 バター 小麦粉 デミソース ケチャップ トマト トンカツソース 醤油 食塩 こしょう グリーンピース	水 削節 昆布 鶏肉 清酒 長ねぎ 人参 大根 かぶ 白菜 せり 醤油 食塩	ごま油 にんにく 豚肉 清酒 長ねぎ 白菜 人参 筍 えのき キムチ 水 砂糖 醤油 コチュジャン ごま 澱粉 にら 食塩	水 削節 大根 ごぼう 里芋 油揚げ 味噌 味噌 ごま ごま 長ねぎ	水 削節 大根 人参 ごぼう しいたけ 里芋 こんにゃく 食塩 醤油 豆腐 長ねぎ	水 液体スープポーク中華 鶏肉 清酒 玉ねぎ 筍 しめじ 豆腐 醤油 食塩 こしょう ごま 澱粉 卵 若布 長ねぎ ごま油
	キャベツ ほうれん草 人参 コーン	鯖の西京焼き	キャベツ 赤ピーマン コーン しらたき	鮭 水 人参 えのき まいたけ 砂糖 醤油 食塩 穀物酢 澱粉	鱈 油 水 ごま油 生姜 清酒 砂糖 みりん 醤油 ごま 澱粉	春巻 油
	ぼんかん	油 豚肉 清酒 もやし 人参 食塩 醤油 砂糖 コチュジャン にら 澱粉	杏仁寒天 桃 みかん りんご	水 削節 ごま油 ひじき 人参 れんこん 枝豆 コーン 砂糖 みりん 醤油	キャベツ 人参 小松菜 レモン 砂糖 醤油 清酒 食塩	油 生姜 豚肉 清酒 水 液体スープポーク中華 人参 大根 砂糖 みりん オイスターソース 醤油 いんげん 澱粉 ごま油
	イタリアンドレッシング		中華ドレッシング			

平成 28 年度 1 月分 献立一覧表

小学校(中) Aコース

	18	19	20	23	24	25
献立名	白飯 牛乳 かぶの味噌汁 ブリの照焼き 肉じゃが	フレッシュロール 牛乳 ミネストローネ 鶏肉のバジリコ揚げ チンゲン菜と卵のソテー	白飯 牛乳 ポークカレーライス 三色サラダ スイートスプリング 青じそドレッシング	白飯 牛乳 すき焼き丼 野菜の胡麻酢あえ りんご	白飯 牛乳 原峰のかおりの味噌汁 鯖の塩焼き 明日葉入りお浸し 卓上醤油	白飯 牛乳 吉野汁 ゼリーフライ 細切り昆布の炒め物 卓上ソース
材料名	白飯	フレッシュロール	白飯	白飯	白飯	白飯
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	水 削節 かぶ しめじ 生揚げ 味噌 味噌 長ねぎ	油 にんにく ベーコン 玉ねぎ 人参 水 チキンブイヨン セロリー ローレル オレガノ ケチャップ トマト トマト 食塩 こしょう キャベツ マカロニ	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 油 豚肉 清酒 しいたけ 玉ねぎ 人参 豆腐 しらたき 長ねぎ 白菜 砂糖 みりん 醤油 食塩	水 削節 なめこ 豆腐 味噌 味噌 小松菜 長ねぎ	水 削節 鶏肉 清酒 大根 人参 まいたけ みりん 醤油 食塩 澱粉 長ねぎ 小松菜
	ブリの照焼き				鯖の塩焼き	
	水 削節 油 豚肉 清酒 人参 玉ねぎ じゃがいも こんにゃく 砂糖 みりん 醤油 グリーンピース	鶏肉 バジリコ 食塩 こしょう 小麦粉 水 油	ブロックリー キャベツ コーン 赤ピーマン	もやし 人参 キャベツ コーン 砂糖 醤油 穀物酢 ごま 食塩 ごま油	明日葉 もやし キャベツ 人参	ゼリーフライ 油
			スイートスプリング		卓上醤油	
		バター 玉ねぎ チンゲン菜 人参 エリンギ 卵 スープストックチキン 醤油 食塩 こしょう ごま		青じそドレッシング		ごま油 生姜 豚肉 清酒 しいたけ 人参 筍 昆布 和風だし 砂糖 みりん 醤油 いんげん
				りんご	卓上中濃ソース	

平成 28 年度 1 月分 献立一覧表

小学校(中) Aコース

	26	27	30	31		
献立名	コッペパン 牛乳 カレーシチュー ロングウインナーのケチャップソース キャベツソテー	白飯 牛乳 すいとん汁 鶏肉の唐揚げ 即席漬け	中華麺 牛乳 味噌ラーメンスープ 焼きシューマイ オーロラソース炒め	白飯 牛乳 そばろ汁 ワカサギの南蛮揚げ 白菜のゆず風味		
材料名	コッペパン	白飯	中華麺	白飯		
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		
	油 鶏肉 清酒 玉ねぎ 人参 マッシュルーム マカロニ 水 スープストックチキン カレールウ 豆乳 牛乳 食塩 こしょう 生クリーム パセリ	水 削節 昆布 鶏肉 清酒 大根 人参 里芋 しいたけ 食塩 醤油 すいとん 長ねぎ	油 にんにく 生姜 トウバンジャン 豚肉 清酒 食塩 こしょう 水 液体スープポーク中華 人参 もやし コーン なると 味噌 コチュジャン 醤油 長ねぎ にら	水 削節 油 生姜 鶏肉 清酒 人参 玉ねぎ かぶ 薄口醤油 食塩 澱粉 長ねぎ		
	ウインナー 玉ねぎ 水 トマト ケチャップ 中濃ソース 砂糖	鶏肉 にんにく 生姜 清酒 醤油 澱粉 油	シューマイ	ワカサギ 澱粉 油 ごま油 生姜 長ねぎ 水 清酒 砂糖 みりん 醤油 穀物酢 一味唐辛子		
	油 ベーコン 清酒 キャベツ 人参 コーン 食塩 醤油 こしょう ガーリックパウダー	キャベツ きゅうり 人参 清酒 みりん 食塩 薄口醤油 ごま	油 生姜 にんにく 鶏肉 清酒 キャベツ ブロッコリー イカ 赤ピーマン 液体スープポーク中華 ケチャップ ノンエッグマヨネーズ 中濃ソース 食塩 こしょう	白菜 人参 もやし 油揚げ 水 削節 みりん 食塩 薄口醤油 ゆず		