

平成 27 年度 10 月分 献立一覧表

Bコース(小学校、中学校、調理場)

日	10月 1日 (木)	10月 2日 (金)	10月 5日 (月)	10月 6日 (火)	10月 7日 (水)	10月 8日 (木)	
献立名	ゆかりご飯 牛乳 つみれ汁 揚げ出し豆腐 磯辺和え 刻みのり、卓上醤油	ミルクパン 牛乳 トマトスープ 鮭のチーズ焼き チンゲン菜のソテー ラフランスゼリー	白飯 牛乳 豆腐の吸物 秋刀魚の塩焼き あいませ	イギリスパン 牛乳 コーンポタージュ 鶏肉のバジリコ揚げ ガーリックポテト	白飯 牛乳 きのこの味噌汁 鯖の香味だれ 大根とがんものうま煮	白飯 牛乳 ドライカレーライス シーザーサラダ りんご シーザードレッシング	
材料名	ゆかりご飯	ミルクパン	米	イギリスパン	米	米	
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
	水 削節 生姜 人参 ごぼう 大根 こんにゃく つみれ 味噌 味噌 長ねぎ	油 ウインナー 清酒 玉ねぎ キャベツ 人参 マッシュルーム いんげん豆 水 チキンブイヨン トマト トマト ケチャップ オレガノ 食塩 こしょう 砂糖	水 昆布 削節 鶏肉 清酒 筍 豆腐 えのき みりん 食塩 薄口醤油 長ねぎ 小松菜	バター 玉ねぎ 鶏肉 清酒 水 液体スープチキン 牛乳 豆乳 コーン コーン 生クリーム 食塩 こしょう パセリ	水 削節 人参 しいたけ しめじ えのき もやし 味噌 味噌 長ねぎ	油 生姜 にんにく 豚肉 赤ワイン 玉ねぎ 人参 マッシュルーム 大豆 水 液体スープチキン 醤油 ウスターソース ケチャップ デミソース カレールウ 食塩 こしょう 澱粉	油 削節 人参 しいたけ しめじ えのき もやし 味噌 味噌 長ねぎ
	揚げ出し豆腐 油 水 和風だし 生姜 えのき 長ねぎ 醤油 砂糖 みりん 澱粉 食塩	鮭 チーズ パセリ	秋刀魚 食塩	鶏肉 食塩 こしょう バジリコ 小麦粉 水 油	鯖 油 長ねぎ 水 清酒 醤油 砂糖 みりん 一味唐辛子 食塩 澱粉	キャベツ きゅうり 人参 ほうれん草	
	キャベツ 小松菜 人参 しめじ	油 にんにく ベーコン 玉ねぎ エリンギ 人参 チンゲン菜 食塩 こしょう 醤油	大根 人参 れんこん 穀物酢 砂糖 食塩 しいたけ 油揚げ 水 削節 薄口醤油 ごま	じゃがいも 食塩 油 にんにく 人参 枝豆 こしょう パセリ	油 鶏肉 清酒 水 削節 大根 人参 がんとどき 砂糖 みりん 醤油	りんご	
	のり					シーザードレッシング	
	卓上醤油	ラフランスゼリー					

平成 27 年度 10 月分 献立一覧表

Bコース(小学校、中学校、調理場)

日	10月9日 (金)	10月13日 (火)	10月14日 (水)	10月15日 (木)	10月16日 (金)	10月19日 (月)
献立名	若布ご飯 牛乳 けんちん汁 焼きししゃも 煮浸し 多摩市産ブルーベリーゼリー	さつま芋ご飯 牛乳 玉ねぎの味噌汁 ホキフライ ひじきの煮物 卓上ソース	白飯 牛乳 すき焼き風丼 お浸し みかん 卓上醤油	白飯 牛乳 ゆばの吸物 鶏肉の照焼きマーマレード風味 切干大根の煮物	白飯 牛乳 卵スープ 揚げ餃子 大根の華風漬け	フレッシュロール じゃが芋のカレー風味炒め 鶏肉のパプリカ焼き グリーンサラダ 卓上マヨネーズ ミックスジュース
材料名	若布ご飯	さつま芋ご飯	米	米	米	フレッシュロール
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	油 にんにく 豚肉 カレー粉 こしょう 清酒 液体スープチキン 玉ねぎ 人参 じゃがいも ズッキーニ なす バジリコ ケチャップ 醤油 食塩 グリーンピース 水 澱粉
	水 削節 鶏肉 清酒 人参 大根 ごぼう しいたけ 里芋 こんにゃく 豆腐 食塩 醤油 長ねぎ	水 削節 若布 玉ねぎ 油揚げ しめじ 味噌 味噌 長ねぎ ホキフライ 油	油 豚肉 清酒 しいたけ 玉ねぎ 人参 筍 豆腐 しらたき 水 削節 砂糖 みりん 醤油 長ねぎ 食塩	水 削節 昆布 しめじ 豆腐 湯葉 薄口醤油 食塩 小松菜 長ねぎ	水 削節 液体スープポーク中華 人参 筍 えのき きくらげ 食塩 醤油 こしょう 澱粉 卵 にら	鶏肉 清酒 パプリカ ガーリックパウダー 食塩
	シシャモ	水 削節 ごま油 ひじき	小松菜 もやし キャベツ 人参	鶏肉 食塩 こしょう 水 清酒 オレンジ 醤油 澱粉 砂糖	餃子 油	鶏肉 清酒 パプリカ ガーリックパウダー 食塩
	キャベツ えのき 人参 油揚げ みりん 醤油 食塩 粉かつお	人参 れんこん 枝豆 コーン 清酒 砂糖 みりん 醤油	みかん	水 削節 切干大根 人参 しいたけ しらたき 砂糖 みりん 醤油	大根 きゅうり 人参 生姜 みりん 砂糖 醤油 一味唐辛子 ごま油	キャベツ きゅうり 枝豆 コーン
	ブルーベリーゼリー	卓上中濃ソース	卓上醤油			マヨネーズ
						ミックスジュース

日	10月20日 (火)	10月21日 (水)	10月22日 (木)	10月23日 (金)	10月26日 (月)	10月27日 (火)	
献立名	白飯 牛乳 ワンタンスープ イカのチリソース ナムル ナムルドレッシング	白飯 牛乳 ごぼうの味噌汁 鯖の塩焼き 昆布の炒め物	白飯 牛乳 月見汁 里芋のコロッケ 栗と野菜の甘辛煮	スパゲティ 牛乳 チキンクリームソース 水菜と大根のサラダ りんご 玉ねぎドレッシング	食パン 牛乳 野菜スープ 鮭フライタルタルソース カラフルソテー	白飯 牛乳 キムチスープ ビビンバ風丼 巨峰	
材料名	米	米	米	スパゲッティ	食パン	米	
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
	油 生姜 豚肉 清酒 水 液体スープポーク中華 玉ねぎ 人参 しいたけ 食塩 こしょう 醤油 長ねぎ ワンタン チンゲン菜 ごま油	水 削節 ごぼう 大根 人参 えのき 味噌 味噌 長ねぎ	水 削節 昆布 人参 しめじ 白菜 うずら卵 あさつき 薄口醤油 食塩 みりん	油 鶏肉 白ワイン 玉ねぎ 水 液体スープチキン 人参 マッシュルーム キャベツ コーン 牛乳 食塩 こしょう 油 バター 小麦粉 パセリ	ベーコン 清酒 玉ねぎ 人参 キャベツ 水 チキンブイヨン 食塩 こしょう 卵 パセリ	水 液体スープポーク中華 豚肉 清酒 人参 筍 白菜 豆腐 えのき キムチ 食塩 醤油 こしょう 長ねぎ	
	イカ 澱粉 油 油 にんにく 生姜 長ねぎ トウバンジャン ケチャップ 醤油 砂糖 清酒 水	鯖(薄塩)	里芋のコロッケ 油	油 鶏肉 清酒 人参 玉ねぎ こんにゃく 栗 枝豆 水 削節 砂糖 みりん 醤油 澱粉 食塩	大根 水菜 人参 きゅうり	鮭フライ 油 マヨネーズ 玉ねぎ マッシュルーム 醤油 食塩 こしょう 水 澱粉	油 にんにく 生姜 トウバンジャン 豚肉 清酒 人参 もやし しいたけ テンメンジャン みりん 砂糖 醤油 食塩 ほうれん草 長ねぎ ごま油
	大豆もやし もやし 人参 ほうれん草 ぜんまい	水 削節 ごま油 豚肉 清酒 しいたけ 人参 油揚げ 昆布 砂糖 みりん 醤油 いんげん			りんご	油 にんにく ハム 玉ねぎ エリンギ 赤ピーマン 黄ピーマン コーン 醤油 食塩 こしょう	巨峰
	ナムルドレッシング				玉ねぎドレッシング		

平成 27 年度 10 月分 献立一覧表

Bコース(小学校、中学校、調理場)

日	10月28日 (水)	10月29日 (木)	10月30日 (金)			
献立名	白飯 牛乳 根菜の味噌汁 秋刀魚のかば焼き風 にらともやしの炒め物	白飯 牛乳 秋野菜カレーライス 海藻サラダ みかん 青じそドレッシング	白飯 牛乳 冬瓜の味噌汁 鰯の梅南蛮 かぼちゃサラダ 和風クリームドレッシング			
材料名	米	米	米			
	牛乳	牛乳	牛乳			
	水 削節 大根 人参 ごぼう れんこん 豆腐 味噌 味噌 長ねぎ	油 にんにく 生姜 豚肉 清酒 玉ねぎ 水 液体スープチキン さつまいも かぼちゃ 人参 なす しめじ りんご カレールウ カレールウ 中濃ソース ケチャップ 醤油	水 削節 冬瓜 しめじ 生揚げ 味噌 味噌 長ねぎ			
	秋刀魚 澱粉 油 水 生姜 砂糖 清酒 みりん 醤油 ごま 澱粉	海藻 もやし きゅうり コーン	鰯 澱粉 油 ごま油 生姜 玉ねぎ 梅 水 砂糖 みりん 清酒 醤油 穀物酢			
	油 豚肉 清酒 人参 もやし にら 砂糖 コチュジャン 食塩 こしょう 醤油 澱粉	みかん	かぼちゃ さつまいも 枝豆			
		青じそドレッシング	和風クリームドレッシング			