

平成 30 年度 9 月分 献立一覧表

小学校(中) Aコース

	03	04	05	06	07	10
献立名	セサミパン 牛乳 ジュリエンスープ 白身魚のフライ コーンとほうれん草のソテー 卓上タルタルソース	白飯 牛乳 すき焼き丼 海藻サラダ フルーツミックス 和風ドレッシング	白飯 牛乳 華風コーンスープ イカのチリソース にらともやしの炒め物	さつま芋入り栗ご飯 牛乳 けんちん汁 秋刀魚の塩焼き 菊のお浸し 卓上醤油	白飯 牛乳 なめこの味噌汁 豚肉の生姜炒め ひじきの煮物	黒砂糖食パン 牛乳 ミネストローネ 鶏肉のハーブ焼き かぼちゃサラダ 和風クリームドレッシング
材料名	セサミパン	白飯	白飯	さつま芋入り栗ご飯	白飯	黒砂糖食パン
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	水 チキンブイヨン 鶏肉 人参 玉ねぎ 食塩 こしょう キャベツ パセリ	油 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 ごぼう えのき 水 削節 昆布 しらたき 豆腐 砂糖 みりん 醤油 長ねぎ 食塩	水 液体スープチキン 鶏肉 玉ねぎ 人参 コーン 清酒 食塩 こしょう 醤油 澱粉 卵 コーン チンゲン菜	油 人参 大根 ごぼう 水 削節 昆布 里芋 こんにゃく 食塩 薄口醤油 豆腐 長ねぎ	水 削節 玉ねぎ 豆腐 なめこ 味噌 味噌 長ねぎ	油 にんにく ベーコン 人参 玉ねぎ セロリー 水 チキンブイヨン トマト ケチャップ ローレル 大豆 食塩 こしょう キャベツ
	白身魚フライ 油			秋刀魚 食塩	油 生姜 豚肉 清酒 玉ねぎ 砂糖 みりん 醤油 食塩 人参 ピーマン	鶏肉 食塩 こしょう ガーリックパウダー バジリコ
	油 ベーコン コーン 人参 玉ねぎ ほうれん草 スープストックチキン 食塩 こしょう バター	海藻 もやし 人参 きゅうり	イカ 澱粉 油 にんにく 生姜 長ねぎ トウバンジャン ケチャップ	もやし キャベツ 小松菜 菊	ごま油 ひじき さつま揚 水 削節 砂糖 清酒 みりん 醤油 食塩 人参 れんこん 枝豆	かぼちゃ さつま芋 枝豆
	卓上タルタルソース	りんご みかん 桃 パイン		卓上醤油		和風クリームドレッシング
		和風ドレッシング				
			油 豚肉 清酒 筍 スープストックチキン 食塩 こしょう 醤油 人参 にら もやし 澱粉			

平成 30 年度 9 月分 献立一覧表

小学校(中) Aコース

	11	12	13	14	18	19
献立名	白飯 牛乳 若布スープ ビビンバ丼 ピーチゼリー	白飯 牛乳 田舎汁 厚焼玉子 ごぼうのしぐれ煮	白飯 牛乳 秋野菜カレーライス 豆のカラフルサラダ 巨峰 玉ねぎドレッシング	若布ご飯 牛乳 薩摩汁 ニギスの南蛮漬け 煮浸し	スパゲティ 牛乳 レンズ豆入りミートソーススパゲティ キャベツとコーンのサラダ りんご フレンチドレッシング	白飯 牛乳 五目スープ 焼き餃子 イカの中華炒め
	白飯	白飯	白飯	若布ご飯	スパゲティ	白飯
材料名	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	水 冷凍ガラパック 玉ねぎ 食塩 こしょう 醤油 豆腐 若布 ごま 長ねぎ ごま油	水 削節 人参 大根 生揚げ じゃがいも 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 人参 さつま芋 なす しめじ カレールウ りんご 中濃ソース ケチャップ 醤油 食塩 こしょう	水 削節 鶏肉 清酒 人参 大根 ごぼう さつま芋 こんにゃく 味噌 味噌	油 生姜 にんにく 豚肉 赤ワイン 玉ねぎ セロリー 人参 マッシュルーム トマト トマト ケチャップ ウスターソース トンカツソース レンズ豆 食塩 こしょう チーズ 油 バター 小麦粉	油 豚肉 清酒 水 液体スープポーク中華 人参 筍 なると しいたけ うずら卵 醤油 食塩 白菜 長ねぎ
	ごま油 にんにく 生姜 長ねぎ 豚肉 清酒 ぜんまい 砂糖 みりん 食塩 醤油 テンメンジャン コチュジャン 人参 もやし 小松菜	厚焼玉子	人参 さつま芋 なす しめじ カレールウ りんご 中濃ソース ケチャップ 醤油 食塩 こしょう	ニギス 澱粉 油 長ねぎ 醤油 穀物酢 砂糖 水 一味唐辛子	キャベツ きゅうり 人参 コーン	餃子
	ピーチゼリー		<small>シカビーンズ(大豆、金時豆、枝豆、白いんげん豆)</small> コーン きゅうり キャベツ	みりん 醤油 食塩 人参 白菜 もやし 油揚げ 小松菜 粉かつお	りんご	ごま油 にんにく 生姜 人参 玉ねぎ きくらげ イカ チンゲン菜 清酒 スープストックチキン 砂糖 薄口醤油 食塩 こしょう 澱粉
			巨峰		フレンチ白ドレッシング	
			玉ねぎドレッシング			

平成 30 年度 9 月分 献立一覧表

小学校(中) Aコース

	20	21	25	26	27	28
献立名	白飯 牛乳 なすの味噌汁 ハガツオの揚げ浸し 水菜と油揚げの炊いたん	白飯 牛乳 月見汁 鯖のねぎ味噌がけ 筑前煮	白飯 牛乳 豆腐の中華煮井 中華サラダ フルーツ杏仁 中華ドレッシング	白飯 牛乳 白菜の和風スープ 鮭のちゃんちゃん焼き 肉じゃが	白飯 牛乳 根菜の味噌汁 親子丼 りんご	食パン 牛乳 野菜スープ 多摩市産かぼちゃコロッケ チリコンカン
材料名	白飯	白飯	白飯	白飯	白飯	食パン
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	水 削節 なす 玉ねぎ しめじ 味噌 味噌 小松菜	水 削節 昆布 豚肉 人参 大根 清酒 薄口醤油 食塩 白玉 小松菜	油 にんにく 生姜 トウバンジャン 豚肉 筍 玉ねぎ 人参 水 液体スープポーク中華 しいたけ 清酒 砂糖 醤油 オイスターソース パプリカ 味噌 テンメンジャン 食塩 長ねぎ 豆腐 豆腐 エビ 澱粉 グリーンピース ごま油	油 生姜 鶏肉 水 昆布 削節 人参 みりん 食塩 薄口醤油 しめじ 白菜 長ねぎ	水 削節 大根 人参 ごぼう 里芋 油揚げ 味噌 味噌 長ねぎ	水 チキンブイヨン ベーコン 玉ねぎ 人参 冬瓜 マッシュルーム 食塩 こしょう パセリ
	ハガツオ 澱粉 油 水 和風だし 生姜 砂糖 みりん 清酒 醤油	鯖 油 長ねぎ 味噌 みりん 砂糖 醤油 ごま 水 澱粉	しいたけ 清酒 砂糖 醤油 オイスターソース パプリカ 味噌 テンメンジャン 食塩 長ねぎ 豆腐 豆腐 エビ 澱粉 グリーンピース ごま油	鮭 食塩 油 玉ねぎ キャベツ 水 味噌 砂糖 みりん 醤油 ピーマン 澱粉	油 鶏肉 鶏肉 清酒 玉ねぎ しらたき しいたけ 水 削節 砂糖 みりん 醤油 食塩 澱粉 卵 グリーンピース	多摩市産かぼちゃコロッケ 油
	水 削節 油揚げ 人参 大根 かぶ 清酒 砂糖 みりん 薄口醤油 水菜	油 鶏肉 清酒 ごぼう れんこん 人参 里芋 こんにゃく しいたけ 水 削節 砂糖 みりん 醤油 いんげん	大根 人参 きゅうり 茎若布	油 豚肉 清酒 人参 玉ねぎ じゃがいも こんにゃく 水 削節 砂糖 みりん 醤油 グリーンピース	りんご	油 生姜 にんにく 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 トマト ケチャップ ウスターソース 醤油 砂糖 食塩 こしょう オレガノ チリパウダー 大豆 赤いんげん豆 ひよこ豆 澱粉
			杏仁寒天 桃 みかん りんご			
		中華ドレッシング				