

平成 30 年度 1 月分 献立一覧表

小学校(中) Bコース

	18	21	22	23	24	25	
献立名	白飯 牛乳 沢煮汁 マスの塩焼き 炒り豆腐	白飯 牛乳 原峰のかおりの味噌汁 鯖のポン酢がけ 煮浸し	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 和風ドレッシング	白飯 牛乳 ひつつみ汁 鶏肉の南部焼き 昆布の炒め煮	食パン 牛乳 パスタスープ オムレツ チリコンカン 多摩市産ブルーベリージャム	若布ご飯 牛乳 トビウオのつみれ汁 ムロ鱈のメンチカツ 寒天の胡麻酢和え	
材料名	白飯	白飯	白飯	白飯	食パン	若布ご飯	
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
	水 昆布 削節 豚肉 清酒 しいたけ ごぼう 人参 大根 醤油 食塩 澱粉 長ねぎ ほうれん草	水 削節 玉ねぎ 味噌 味噌 長ねぎ なめこ 小松菜	油 にんにく 生姜 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 水 液体スープチキン じゃがいも 中濃ソース ケチャップ 醤油 カレールー 食塩 こしょう	水 削節 昆布 豚肉 清酒 しいたけ 人参 白菜 みりん 醤油 食塩 すいとん 長ねぎ	油 生姜 セロリー 鶏肉 清酒 玉ねぎ 水 冷凍ガラパック えのき 人参 キャベツ 醤油 食塩 こしょう マカロニ	水 削節 昆布 えのき 大根 人参 トビつみれ 清酒 薄口醤油 食塩 長ねぎ 小松菜	
	マス	鯖 水 和風だし みりん 砂糖 穀物酢 醤油 大根 レモン 澱粉	液体スープチキン じゃがいも 中濃ソース ケチャップ 醤油 カレールー 食塩 こしょう	鶏肉 食塩 ガーリックパウダー ごま ごま	オムレツ	ムロ鱈のメンチカツ 油	
	油 鶏肉 清酒 玉ねぎ 人参 豆腐 ひじき 砂糖 みりん 和風だし 薄口醤油 食塩 青大豆 卵	白菜 人参 もやし 油揚げ みりん 醤油 食塩 粉かつお	ミックスビーンズ キャベツ きゅうり コーン	ごま油 筍 人参 昆布 えのき さつま揚げ 水 削節 清酒 みりん 砂糖 醤油 いんげん	油 生姜 にんにく 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 砂糖 トマト ケチャップ ウスターソース 醤油 チリパウダー 食塩 こしょう 大豆 赤いんげん豆 ひよこ豆 澱粉	寒天 人参 キャベツ きゅうり コーン 醤油 穀物酢 みりん 砂糖 食塩 ごま	
			みかん			多摩市産ブルーベリージャム	
			和風ドレッシング				

平成 30 年度 1 月分 献立一覧表

小学校(中) Bコース

	28	29	30	31		
献立名	白飯 牛乳 のっぺい汁 鱈のゆず味噌がけ 玉ねぎの卵とじ	白飯 牛乳 エスカロップ 豚カツ グリーンサラダ 青じそドレッシング	白飯 牛乳 どさんこ汁 ホッケの文化干し 五目金平	白飯 牛乳 すき焼き丼 お浸し みかん 卓上醤油		
材料名	白飯	白飯	白飯	白飯		
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		
	水 昆布 削節 豚肉 こんにゃく 人参 里芋 白菜 清酒 醤油 薄口醤油 食塩 澱粉 長ねぎ 小松菜	油 にんにく 豚肉 赤ワイン 玉ねぎ 人参 水 液体スープチキン マッシュルーム デミソース ケチャップ トマト トンカツソース 醤油 油 バター 小麦粉 食塩 こしょう グリーンピース	油 生姜 にんにく 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 水 削節 じゃがいも 味噌 味噌 コーン 長ねぎ バター 醤油	油 豚肉 清酒 玉ねぎ しらたき えのき 人参 白菜 豆腐 砂糖 みりん 醤油 長ねぎ 食塩		
	鱈 水 みりん 砂糖 味噌 醤油 ゆず 澱粉	豚カツ 油	ホッケ	キャベツ 人参 ほうれん草 もやし		
	油 鶏肉 清酒 玉ねぎ しらたき 水 昆布 削節 しめじ みりん 砂糖 醤油 食塩 澱粉 卵 青大豆	キャベツ きゅうり 青大豆 コーン 青じそドレッシング	ごま油 ごぼう 人参 れんこん 茎若布 砂糖 みりん 醤油 枝豆 一味唐辛子	みかん 卓上醤油		