

令和 1 年度 7 月分 献立一覧表

小学校(中) Bコース

	01	02	03	04	05	08
献立名	白飯 牛乳 なすの味噌汁 太刀魚の唐揚げ 炒り豆腐	麦ご飯 牛乳 麻婆豆腐丼 中華サラダ すいか 中華ドレッシング	白飯 牛乳 もずくの味噌汁 シシャモの南蛮漬け 肉じゃが	白飯 牛乳 七タスープ チリミートライス 七タゼリー	黒砂糖食パン 牛乳 レタスと卵のスープ 鶏肉のハーブ焼き 豆のカラフルサラダ シーザードレッシング	中華麺 牛乳 ジャージャー麺 華風きゅうり メロン
材料名	白飯	麦ご飯	白飯	白飯	黒砂糖食パン	中華麺
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	水 削節 玉ねぎ なす 味噌 味噌 小松菜	油 にんにく 生姜 トウバンジャン 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 水 液体スープポーク中華	水 削節 なす 味噌 味噌 もずく 小松菜 長ねぎ	水 昆布 チキンブイヨン えのき ハム 冬瓜 清酒 薄口醤油 食塩 かまぼこ かまぼこ	水 ベーコン 清酒 人参 玉ねぎ 液体スープチキン マッシュルーム コーン 食塩 こしょう 澱粉 卵 レタス	油 にんにく 生姜 トウバンジャン 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 筍 水 液体スープポーク中華 テンメンジャン 砂糖 味噌 醤油 澱粉
	太刀魚 食塩 こしょう 澱粉 油	水 液体スープポーク中華 砂糖 テンメンジャン 味噌 醤油 こしょう 澱粉	シシャモ 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 生姜 にんにく 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 ローレル オレガノ トマト ケチャップ ウスターソース 醤油 チリパウダー パプリカ 食塩 こしょう 澱粉	鶏肉 食塩 白ワイン ガーリックパウダー バジリコ	きゅうり 大根 人参 ごま油 生姜 砂糖 みりん 穀物酢 醤油 一味唐辛子
	油 鶏肉 清酒 玉ねぎ 人参 豆腐 ひじき 砂糖 みりん スープストックチキン 薄口醤油 食塩 青大豆 卵	味噌 こしょう 澱粉 豆腐 長ねぎ ごま油	もやし 人参 しらたき きゅうり 茎若布 コーン	油 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 こんにゃく 水 削節 じゃがいも 砂糖 みりん 醤油 いんげん	ミックスビーンズ キャベツ 人参 きゅうり 枝豆	メロン
		すいか			シーザードレッシング	
		中華ドレッシング		七タゼリー		

令和 1 年度 7 月分 献立一覧表

小学校(中) Bコース

	09	10	11	12	16	17
献立名	白飯 牛乳 玉ねぎの味噌汁 鰯の蒲焼き 煮浸し	ミルクパン 牛乳 ヌードルスープ スパニッシュオムレツ ラタトゥイユ	白飯 牛乳 若布スープ ビビンバ丼 バレンシアオレンジ	白飯 牛乳 呉汁 鯖の塩焼き 五目金平	白飯 牛乳 夏野菜カレーライス シルバーサラダ すいか 玉ねぎドレッシング	白飯 牛乳 豆腐の吸物 鰯の梅煮 にらともやしの炒め物
材料名	白飯	ミルクパン	白飯	白飯	白飯	白飯
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	水 削節 玉ねぎ しめじ 味噌 味噌 若布	水 昆布 液体スープチキン 鶏肉 人参 玉ねぎ マッシュルーム もやし エビ 清酒 薄口醤油 醤油 食塩 こしょう ライスヌードル あさつき	水 昆布 冷凍ガラパック 生姜 玉ねぎ 豆腐 醤油 食塩 こしょう 長ねぎ 若布 ごま ごま油	水 削節 人参 大根 じゃがいも 味噌 味噌 大豆 長ねぎ	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 カレールウ 醤油 食塩 こしょう ズッキーニ ピーマン 赤ピーマン	水 昆布 削節 えのき 玉ねぎ 豆腐 かまぼこ 清酒 みりん 薄口醤油 食塩 長ねぎ ほうれん草
	鰯 澱粉 油 水 生姜 清酒 みりん 砂糖 醤油 ごま 澱粉	スパニッシュオムレツ	ごま油 にんにく 生姜 豚肉 清酒 長ねぎ 筍 ぜんまい 人参 もやし 砂糖 みりん テンメンジャン コチュジャン 醤油 食塩 小松菜	鯖	ごま油 ごぼう 人参 れんこん 茎若布 みりん 砂糖 醤油 一味唐辛子 枝豆	鰯の梅煮
	キャベツ もやし 人参 チンゲン菜 油揚げ みりん 醤油 食塩 粉かつお	オリーブオイル にんにく ベーコン 白ワイン 人参 玉ねぎ 液体スープチキン トマト オレガノ 砂糖 食塩 こしょう ウインナー ズッキーニ なす 澱粉	ごま油 にんにく 生姜 豚肉 清酒 長ねぎ 筍 ぜんまい 人参 もやし 砂糖 みりん テンメンジャン コチュジャン 醤油 食塩 小松菜		ごま油 人参 筍 人参 もやし 清酒 砂糖 和風だし コチュジャン 醤油 食塩 にら 澱粉	ごま油 豚肉 筍 人参 もやし 清酒 砂糖 和風だし コチュジャン 醤油 食塩 にら 澱粉
			バレンシアオレンジ			キャベツ 青大豆 しらたき コーン
					玉ねぎドレッシング	

令和 1 年度 7 月分 献立一覧表

小学校(中) Bコース

献立名	18 白飯 牛乳 にら玉スープ イカのチリソース とうもろこし					
材料名	白飯					
	牛乳					
	水 液体スープポーク中華 えのき 玉ねぎ 人参 豆腐 薄口醤油 食塩 こしょう 澱粉 卵 長ねぎ にら					
	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 澱粉					
	コーン					