

令和 3 年度 10 月分 献立一覧表

南野調理所 小学校(中)Bコース

	01	04	05	06	07	08
献立名	ご飯 牛乳 豚汁 鰯の甘露煮 煮浸し	丸パン 牛乳 海鮮ミネストローネ メンチカツ ジャーマンポテト 卓上ソース	ご飯 牛乳 和風汁 鯖の塩焼き 即席漬け	ご飯 牛乳 コーンポタージュ チリミート みかん	ご飯 牛乳 白菜の味噌汁 鶏そぼろ丼 野菜のごま酢和え ブルーベリーゼリー	ご飯 牛乳 吉野汁 鯖のゆず味噌がけ 水菜と油揚げの炊いたん
材料	白飯	丸パン	白飯	白飯	白飯	白飯
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	油 豚肉 清酒 人参 ごぼう 大根 こんにゃく 水 削節 里芋 味噌 味噌 長ねぎ	油 にんにく エビ イカ 赤ワイン 玉ねぎ 人参 セロリー 水 液体スープチキン ローレル ケチャップ トマト トマト 食塩 こしょう キャベツ いんげん オレガノ	水 削節 昆布 かまぼこ 筍 うずら卵 白菜 しいたけ 薄口醤油 食塩 みりん 春雨 澱粉 あさつき	バター 玉ねぎ 鶏肉 清酒 水 液体スープチキン 牛乳 コーン コーン 生クリーム 食塩 こしょう パセリ	水 削節 生揚げ 白菜 しめじ 味噌 味噌 長ねぎ ほうれん草	水 削節 昆布 鶏肉 清酒 大根 人参 しいたけ みりん 醤油 食塩 長ねぎ 小松菜 澱粉
	鰯の甘露煮	食塩 こしょう キャベツ いんげん オレガノ	鯖	油 生姜 にんにく 豚肉 清酒 大豆 玉ねぎ 人参 ローレル オレガノ 食塩 こしょう 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 澱粉	油 鶏肉 筍 卵 生姜 玉ねぎ 醤油 砂糖 食塩 清酒 みりん	鯖 水 味噌 醤油 砂糖 みりん ゆず 澱粉
	白菜 えのき チンゲン菜 もやし みりん 醤油 食塩 粉かつお	メンチカツ 油	キャベツ きゅうり 人参 清酒 みりん 食塩 薄口醤油 塩昆布	みかん	もやし 人参 キャベツ いんげん 醤油 砂糖 穀物酢 ごま 食塩	水 削節 油揚げ かぶ 水菜 人参 清酒 砂糖 みりん 薄口醤油 食塩
		じゃが芋 ベーコン 玉ねぎ バター 食塩 こしょう スープストックチキン マスタード パセリ			ブルーベリーゼリー	
		卓上中濃ソース				

令和 3 年度 10 月分 献立一覧表

	11	12	13	14	15	18
献立名	<p>ご飯 牛乳 中華スープ 春巻 豚肉と小松菜のピリ辛炒め</p>	<p>コッペパン 牛乳 コーンチャウダー ロングウインナーのケチャップソース カラフルソテー</p>	<p>さつま芋ご飯 牛乳 玉ねぎの味噌汁 シシャモの磯辺揚げ れんこんの金平</p>	<p>ご飯 牛乳 ハッシュドポーク グリーンサラダ りんご フレンチドレッシング</p>	<p>ご飯 牛乳 豆腐とかぶの吸物 鮭の塩焼き 筑前煮</p>	<p>イギリスパン 牛乳 野菜スープ 鶏肉のジャポネソース スイートポテト</p>
材料	白飯	コッペパン	さつま芋ご飯	白飯	白飯	イギリスパン
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	<p>水 液体スープチキン 鶏肉 清酒 玉ねぎ 人参 きくらげ しいたけ 食塩 こしょう 醤油 レタス 春雨</p>	<p>油 鶏肉 清酒 玉ねぎ 人参 じゃが芋 マッシュルーム コーン コーン 水 液体スープチキン 牛乳 豆乳 油 バター 小麦粉 チーズ 生クリーム 食塩 こしょう</p>	<p>水 削節 玉ねぎ 豆腐 しめじ 若布 味噌 味噌 小松菜</p>	<p>油 にんにく 豚肉 赤ワイン 玉ねぎ 人参 マッシュルーム しめじ 水 液体スープチキン 油 バター 小麦粉 デミソース ケチャップ トマト 中濃ソース 醤油 食塩 こしょう グリーンピース</p>	<p>水 昆布 削節 豆腐 かぶ えのき 清酒 みりん 食塩 薄口醤油 長ねぎ 小松菜</p>	<p>ベーコン 清酒 玉ねぎ 人参 マッシュルーム コーン 赤ピーマン キャベツ 水 チキンブイヨン 食塩 こしょう</p>
	春巻 油	<p>バター 小麦粉 チーズ 生クリーム 食塩 こしょう</p>	<p>シシャモ 小麦粉 上新粉 青のり 水 食塩 油</p>	<p>ごま油 ごぼう れんこん 人参 砂糖 みりん 醤油 一味唐辛子 ごま</p>	<p>鮭</p>	<p>鶏肉 食塩 こしょう 油 にんにく 玉ねぎ 玉ねぎ 醤油 砂糖 穀物酢 水</p>
	<p>油 にんにく 豚肉 人参 大豆もやし 食塩 砂糖 清酒 オイスターソース トウバンジャン 小松菜 ごま油 澱粉</p>	<p>ウインナー 水 ケチャップ トマト 中濃ソース 砂糖</p>	<p>キャベツ きゅうり 人参 枝豆</p>	<p>りんご</p>	<p>油 鶏肉 清酒 水 削節 ごぼう れんこん 人参 筍 こんにゃく しいたけ 食塩 砂糖 みりん 醤油 いんげん</p>	<p>さつま芋 バター 砂糖 牛乳 生クリーム</p>
		<p>ベーコン キャベツ 玉ねぎ 赤ピーマン 黄ピーマン 醤油 食塩 こしょう にんにく</p>			<p>フレンチドレッシング</p>	

令和 3 年度 10 月分 献立一覧表

南野調理所 小学校(中)Bコース

	19	20	21	22	25	26	
献立名	ご飯 牛乳 野菜のごま汁 太刀魚の唐揚げ 玉ねぎの卵とじ	ご飯 牛乳 ポークカレーライス キャベツとコーンのサラダ 冷凍パイ イタリアンドレッシング	ご飯 牛乳 キャベツの味噌汁 秋刀魚のおろしかけ 栗と野菜の甘辛煮	コーン食パン 牛乳 にんにくスープ スパニッシュオムレツ ピスト	ご飯 牛乳 大根の味噌汁 イカのごま天ぷら お浸し 卓上醤油	ケチャップ味ご飯 牛乳 チキンクリームライス 多摩市産かぼちゃコロッケ 大根サラダ 和風ドレッシング	
	白飯	白飯	白飯	コーン食パン	白飯	ケチャップ味ご飯	
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
	水 削節 大根 人参 白菜 筍 油揚げ 味噌 味噌 長ねぎ みりん ごま ごま	油 にんにく 生姜 豚肉 清酒 水 液体スープチキン 玉ねぎ 人参 じゃが芋 カレールウ 中濃ソース ケチャップ 醤油 こしょう	水 削節 えのき キャベツ 味噌 味噌 板ふ ほうれん草	油 にんにく 鶏肉 清酒 玉ねぎ 人参 マッシュルーム 水 チキンブイヨン 食塩 こしょう パセリ	水 削節 大根 油揚げ しめじ 味噌 味噌 若布 長ねぎ	油 鶏肉 白ワイン 玉ねぎ 人参 マッシュルーム しめじ 水 液体スープチキン 牛乳 豆乳 食塩 こしょう 油 バター 小麦粉 チーズ 生クリーム パセリ	
	太刀魚 食塩 こしょう 澱粉 油	キャベツ きゅうり 人参 コーン	秋刀魚 醤油 みりん 清酒 和風だし 水 大根 砂糖	スパニッシュオムレツ	イカ 小麦粉 上新粉 ごま 水 食塩 油	多摩市産かぼちゃコロッケ 油	
	鶏肉 清酒 玉ねぎ しらたき しいたけ 水 削節 砂糖 みりん 食塩 醤油 卵 グリーンピース	冷凍パイ イタリアンドレッシング	油 鶏肉 清酒 人参 玉ねぎ 筍 こんにゃく 栗甘露煮 枝豆 水 削節 砂糖 みりん 醤油 澱粉	オリーブオイル にんにく ウインナー 清酒 玉ねぎ なす ズッキーニ ピーマン 黄ピーマン トマト コンソメ オレガノ パプリカ 砂糖 食塩 こしょう 澱粉	キャベツ 人参 ほうれん草 えのき	卓上醤油	
							大根 きゅうり コーン
							和風ドレッシング

材料名及び分量

令和 3 年度 10 月分 献立一覧表

南野調理所 小学校(中)Bコース

	27	28	29			
献立名	ご飯 牛乳 きのこの味噌汁 鯖の文化干し 切干大根の煮物	丸パン トマト煮 フライドチキン カラフルポテト みかんジュース	中華麺 牛乳 味噌ラーメンのスープ 焼き餃子 りんご			
材料	白飯	丸パン	中華麺			
	牛乳	オリーブオイル	牛乳			
	水 削節 白菜 エリンギ しめじ えのき 味噌 味噌 小松菜 長ねぎ	にんにく セロリー ベーコン ウインナー 赤ワイン 玉ねぎ 人参 マッシュルーム 液体スープチキン トマト ケチャップ 砂糖 バジル 食塩 こしょう マカロニ	油 にんにく 生姜 豚肉 清酒 人参 にら コーン 水 液体スープポーク中華 もやし なると 味噌 コチュジャン 醤油 長ねぎ			
	鯖					
	水 削節 油 切干大根 人参 しいたけ しらたき みりん 砂糖 醤油 食塩 いんげん	鶏肉 にんにく 生姜 清酒 醤油 黒こしょう にんにく 食塩 澱粉 油	餃子			
			りんご			
		じゃが芋 食塩 バター 玉ねぎ 人参 コーン 枝豆 食塩 こしょう みかんジュース				