

令和 3 年度 11 月分 献立一覧表

南野調理所 小学校(中) Aコース

	01	02	04	05	08	09	
献立名	赤飯 牛乳 かまぼこの吸物 たこメンチカツ 昆布の炒め煮 多摩市産甘夏ゼリー	コッペパン 牛乳 ビーンチャウダー ロングウインナーのケチャップソース きのこソテー	ご飯 牛乳 大根の味噌汁 イカの竜田揚げ 金平ごぼう	ご飯 牛乳 かぼちゃの味噌汁 豚井 りんご	ご飯 牛乳 華風コーンスープ ホキのチリソース 豚肉と大根の中華煮	ご飯 牛乳 玉ねぎの味噌汁 鯖の塩焼き 野菜の白和え風	
材料名	赤飯	コッペパン	白飯	白飯	白飯	白飯	
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
	水 昆布 しいたけ 削節 鶏肉 大根 れんこん みりん 薄口醤油 食塩 かまぼこ かまぼこ あさつき	油 鶏肉 玉ねぎ 人参 さつま芋 水 液体スープチキン 牛乳 生クリーム 油 バター 小麦粉 チーズ 食塩 こしょう 大豆	水 削節 生揚げ 大根 しめじ 味噌 味噌 味噌 長ねぎ あさつき	水 削節 しめじ かぼちゃ 味噌 味噌 長ねぎ 若布	水 液体スープポーク中華 鶏肉 清酒 玉ねぎ 人参 きくらげ コーン コーン 醤油 食塩 こしょう 澱粉 卵 みつば	水 削節 しめじ 玉ねぎ 油揚げ 味噌 味噌 若布	
	たこメンチカツ 油		イカ 清酒 醤油 生姜 澱粉 油	油 生姜 豚肉 豚肉 清酒 玉ねぎ みりん 砂糖 醤油 えのき しらたき 澱粉 食塩	ホキ 澱粉 油 油 生姜 にんにく 長ねぎ トウバンジャン ケチャップ 醤油 砂糖 清酒 水 澱粉	鯖	
	ごま油 鶏肉 しいたけ 筍 水 削節 昆布 しいたけ 昆布 砂糖 みりん 醤油 人参 いんげん	ウインナー 水 ケチャップ トマト 中濃ソース 砂糖	ごま油 ごぼう れんこん 砂糖 みりん 醤油 一味唐辛子 人参 ごま	りんご		いんげん 人参 キャベツ 切干大根 こんにゃく みりん 薄口醤油 砂糖 白いんげん豆 ごま ごま	
	多摩市産甘夏ゼリー	オリーブオイル キャベツ しめじ エリンギ スープストックチキン 醤油 食塩 こしょう 赤ピーマン コーン				油 にんにく 生姜 豚肉 清酒 水 液体スープポーク中華 人参 大根	→8日豚肉と大根の中華煮のつづき 長ねぎ 砂糖 オイスターソース 醤油 青大豆 澱粉 ごま油
	<b>50周年お祝い給食</b>					となりにつづく→	

令和 3 年度 11 月分 献立一覧表

南野調理所 小学校(中) Aコース

献立名	10	11	12	15	16	17
	<p>ご飯 牛乳 若布スープ プルコギ丼 ラフランスゼリー</p>	<p>ご飯 牛乳 根菜の味噌汁 鰯の蒲焼き 即席漬け</p>	<p>イギリスパン 牛乳 野菜のスープ煮 カレービーンズ みかん</p>	<p>茶飯 牛乳 おでん ワカサギの唐揚げ 野菜の胡麻味噌和え</p>	<p>ご飯 牛乳 吉野汁 鱈の味噌マヨネーズ焼き 肉じゃが</p>	<p>ご飯 牛乳 白菜の味噌汁 ハンバーグおろしソース かぼちゃサラダ 和風クリームドレッシング</p>
	白飯	白飯	イギリスパン	茶飯	白飯	白飯
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
材料名	<p>水 昆布 冷凍ガラパック 生姜 鶏肉 玉ねぎ しいたけ 豆腐 醤油 食塩 こしょう 長ねぎ 若布 ごま油</p>	<p>水 削節 ごぼう こんにゃく 人参 大根 里芋 味噌 味噌 あさつき</p>	<p>油 玉ねぎ 人参 水 チキンブイヨン ウインナー じゃが芋 キャベツ 食塩 こしょう</p>	<p>水 昆布 削節 清酒 砂糖 みりん 醤油 薄口醤油 食塩 昆布 人参 大根 さつま揚げ 竹輪 こんにゃく うずら卵</p>	<p>水 削節 鶏肉 清酒 大根 人参 豆腐 みりん 醤油 食塩 澱粉 長ねぎ 小松菜</p>	<p>水 削節 白菜 味噌 味噌 大豆 長ねぎ</p>
	<p>ごま油 にんにく 生姜 トウバンジャン 豚肉 清酒 玉ねぎ しめじ 液体スープポーク中華 砂糖 はちみつ 醤油 コチュジャン 長ねぎ もやし 人参 赤ピーマン にら ごま 澱粉</p>	<p>鰯 澱粉 油 水 削節 生姜 砂糖 みりん 醤油 澱粉 ごま</p>	<p>油 生姜 にんにく 鶏肉 清酒 玉ねぎ 人参 カレー粉 トマト ケチャップ ウスターソース 醤油 スープストックチキン 食塩 大豆 大豆 チーズ</p>	<p>ワカサギ にんにく 食塩 こしょう 澱粉 油</p>	<p>鱈 水 削節 味噌 ノンエッグマヨネーズ 砂糖 みりん 醤油 澱粉</p>	<p>ハンバーグ 水 砂糖 みりん 醤油 穀物酢 大根</p>
	<p>ラフランスゼリー</p>	<p>キャベツ きゅうり 人参 みりん 食塩 薄口醤油 塩昆布</p>	<p>みかん</p>	<p>キャベツ 人参 きゅうり もやし 若布 小松菜 清酒 みりん 砂糖 味噌 ごま ごま油</p>	<p>油 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 こんにゃく 水 削節 じゃが芋 砂糖 みりん 醤油 グリッピース</p>	<p>かぼちゃ さつま芋 枝豆</p>
						和風クリームドレッシング

令和 3 年度 11 月分 献立一覧表

南野調理所 小学校(中) Aコース

	18	19	22	24	25	26
献立名	中華麺 牛乳 あんかけ焼きそば 華風きゅうり みかん	ご飯 牛乳 ごぼうの吸物 鯖のゆず味噌がけ 大根とがんもどきの煮物	柏パン 牛乳 トマトスープ チキンカツ ジャーマンポテト 卓上ソース	ご飯 牛乳 すいとん汁 鮭のちゃんちゃん焼き ひじきの煮物	ご飯 牛乳 麻婆豆腐丼 中華サラダ りんご 中華ドレッシング	ご飯 牛乳 呉汁 鯛の甘露煮 白菜のゆず風味
材料名	中華麺	白飯	パン	白飯	白飯	白飯
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	ごま油 生姜 豚肉 清酒 筍 きくらげ 人参 白菜 水 液体スープポーク中華 オイスターソース 砂糖 醤油 食塩 こしょう なると イカ エビ うずら卵 澱粉 チンゲン菜	水 削節 昆布 鶏肉 白菜 ごぼう 薄口醤油 食塩 長ねぎ 小松菜	オリーブオイル にんにく セロリー 玉ねぎ 人参 水 液体スープチキン トマト トマト ウイナー キャベツ 食塩 こしょう 大豆	水 削節 鶏肉 白菜 人参 清酒 みりん 醤油 食塩 長ねぎ すいとん	ごま油 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 砂糖 テンメンジャン 味噌 醤油 こしょう 澱粉 豆腐 豆腐 長ねぎ	水 削節 大根 人参 こんにゃく 里芋 油揚げ 味噌 味噌 大豆
	きゅうり 大根 人参 ごま油 生姜 砂糖 みりん 醤油 穀物酢 一味唐辛子	鯖 水 削節 昆布 みりん 砂糖 味噌 醤油 ゆず 澱粉	チキンカツ 油	鮭 バター 玉ねぎ キャベツ しめじ 水 削節 味噌 砂糖 みりん 澱粉	大根 もやし 人参 しらたき きゅうり 莖若布	鯛の甘露煮
	みかん	水 削節 昆布 清酒 みりん 砂糖 醤油 人参 大根 がんもどき いんげん	ベーコン 玉ねぎ じゃが芋 バター スープストックチキン マスタード 食塩 こしょう パセリ	ごま油 ひじき 水 削節 さつま揚げ 砂糖 みりん 醤油 れんこん 人参 枝豆	りんご 中華ドレッシング	白菜 人参 小松菜 みりん 薄口醤油 和風だし えのき 食塩 ゆず
			卓上中濃ソース			

令和 3 年度 11 月分 献立一覧表

南野調理所 小学校(中) Aコース

	29	30				
献立名	<p>ご飯 牛乳 にら玉スープ ヤンニョムチキン 炒めナムル</p>	<p>麦ご飯 牛乳 ポークカレーライス 大根サラダ みかん イタリアンドレッシング</p>				
	<p>白飯</p>	<p>麦ご飯</p>				
	<p>牛乳</p>	<p>牛乳</p>				
	<p>水 液体スープポーク中華 鶏肉 清酒 玉ねぎ 人参 醤油 豆腐 食塩 こしょう 澱粉 卵 長ねぎ にら</p>	<p>油 にんにく 生姜 豚肉 清酒 水 液体スープチキン 食塩 こしょう 玉ねぎ 人参 じゃが芋 りんご カレールウ 中濃ソース ケチャップ 醤油</p>				
	<p>鶏肉 食塩 こしょう 澱粉 油 油 にんにく 水 トマト 砂糖 ケチャップ コチュジャン 醤油</p>	<p>大根 人参 青大豆 コーン  みかん イタリアンドレッシング</p>				
<p>ごま油 生姜 にんにく もやし 大豆もやし 人参 ほうれん草 砂糖 醤油 ごま</p>						