

R7 11月の給食献立表

こんげつのおやさいは「はくさい」です



日 (曜日)	10 月	11・25 火	12・26 水	13・27 木	14・28 金	1・15・29 土	17 月	4・18 火	5・19 水	6・20 木	7・21 金	8・22 土
昼 食	【ミートスパゲティー】 スパゲティ・豚ひきにく たまねぎ・にんじん 油・ケチャップ・しょうゆ 片栗粉・ウスターソース 砂糖・塩 【鶏ささみと野菜のしっとり蒸し】 鶏ささみ・キャベツ きゅうり・にんじん・酢 油・酒・塩 【白菜の豆乳汁】 はくさい・えのきたけ 油・昆布だし・豆乳 塩・片栗粉	【中華丼】 七分つき米・油・豚肉 にんじん・たまねぎ もやし・しめじ・コーン はくさい・鶏だし しょうゆ・片栗粉 【焼きかぼちゃ天】 かぼちゃ・米粉・塩・油 【みそスープ】 だいこん・にんじん はくさい・鶏だし・白みそ 11)お弁当の日 	【ごはん】 七分つき米 【豆腐ハンバーグ】 油・鶏ひき肉・木綿豆腐 にんじん・ひじき 三度豆・パン粉 片栗粉・ケチャップ 【ほうれん草の磯あえ】 ほうれんそう・はくさい しょうゆ・焼き海苔 【みそ汁】 切干大根・たまねぎ わかめ・みそ かつお・昆布だし汁	【ごはん】 七分つき米 【チキンカレー】 油・鶏肉・にんじん たまねぎ・じゃがいも グリーンピース・かぼちゃ ノンビーフルー・塩 濃厚ソース 【はるさめサラダ】 はるさめ・きゅうり にんじん・コーン 酢・油・砂糖・しょうゆ・塩	【ごはん】 七分つき米 【いわしフライ】 いわし・パン粉・小麦粉 青のり・ケチャップ・油 【小松菜のツナ酢あえ】 こまつな・もやし・酢 にんじん・ツナ・しょうゆ 【すまし汁】 じゃがいも・えのきたけ ねぎ・わかめ・しょうゆ かつお・昆布だし汁・塩	【青菜ごはん】 七分つき米・こまつな・油 しらす干し・にんじん 【おから煮】 にんじん・おから 三度豆・砂糖・しょうゆ かつお出汁・油揚げ こまつな・もやし・酢 豚ひきにく 【みそ汁】 みそ・しめじ・さつま芋 かつお・昆布だし汁 焼ふ・えのきたけ・ねぎ かつお・昆布だし汁 しょうゆ・塩	【ごはん】 七分つき米 【厚揚げのそぼろ煮】 油・豚ひきにく・にんじん れんこん・生揚げ かつお出汁・砂糖・しょうゆ 【きゅうりともやしの酢の物】 もやし・きゅうり・わかめ 酢・砂糖・塩 【すまし汁】 焼ふ・えのきたけ・ねぎ かつお・昆布だし汁 しょうゆ・塩	【ごはん】 七分つき米 【さけの西京焼き】 さけ・白みそ みりん・砂糖 【白菜と春雨の炒め物】 豚肉・酒・はくさい にんじん・はるさめ ピーマン・塩・油 【豚汁】 豚肉・さつま芋・にんじん しめじ・えのきたけ ねぎ・みそ・かつお・昆布だし 	【ごはん】 七分つき米 【鶏とマカロニグラタン】 油・鶏肉・たまねぎ マカロニ・しめじ 洋風出し・無塩バター 牛乳・チーズ・パン粉 【白菜のサラダ】 はくさい・ツナ・塩 レモン果汁 【コーンスープ】 コーン・クリームコーン ねぎ・洋風出し・塩	【ごはん】 七分つき米 【豚肉のカレー竜田揚げ】 豚肉・片栗粉・しょうゆ カレー粉・油 【大根とツナのあえ物】 だいこん・きゅうり コーン・ツナ・塩 マヨネーズ 【すまし汁】 はくさい・にんじん えのきたけ・しょうゆ・塩 かつお・昆布だし汁	【五目ご飯】 七分つき米・鶏肉 にんじん・ごぼう しめじ・油揚げ・しょうゆ かつお・昆布だし汁 酒・みりん 【かぼちゃコロッケ】 豚ひき肉・かぼちゃ たまねぎ・小麦粉 パン粉・油 【ブロッコリー】 ブロッコリー マヨネーズ 【みそ汁】 木綿豆腐・だいこん ねぎ・みそ・わかめ かつお・昆布だし汁	【鶏肉の照り焼き丼】 七分つき米・鶏肉 砂糖・酒・塩・片栗粉 油・しょうが・しょうゆ みりん・にんじん・焼き海苔 【小松菜の煮浸し】 こまつな・にんじん 油揚げ・しょうゆ・みりん かつお・昆布だし汁 【みそ汁】 さつまいも ねぎ・みそ かつお・昆布だし汁
午後 おやつ	【チーズボール】 チーズ・無塩バター ホットケーキ粉 牛乳・油 【にぼし】 【牛乳】	【焼きいも】 【にぼし】 【牛乳】 	【コーンマヨトースト】 食パン・コーン たまねぎ・マヨネーズ 【にぼし】 【牛乳】	【ビスケット】 【バナナ】 【にぼし】 【牛乳】	【小豆蒸しパン】 小麦粉・牛乳・油 つぶしあん ベーキングパウダー 【にぼし】 【牛乳】	【せんべい】 【ゼリー】 【にぼし】 【牛乳】	【せんべい】 【ヨーグルト】 【にぼし】 【牛乳】	【ラスク】 食パン・バター・砂糖 【にぼし】 【牛乳】	【カラフルカップ】 コーンフレーク もも缶・みかん缶 バナナ・ヨーグルト いちごジャム 【にぼし】 【牛乳】	【ミルクいもかんてん】 さつまいも・寒天 牛乳・砂糖 【にぼし】 【牛乳】	【レモンケーキ】 小麦粉・砂糖・牛乳 ベーキングパウダー レモン・粉糖 無塩バター 【にぼし】 【牛乳】	【ビスケット】 【ミニゼリー】 【にぼし】 【牛乳】

※【にぼし】は幼児のみです