

日(曜)		26(水)		27(木)		28(金)		31(月)		1(火)		2(水)		3(木)		4(金)		7(月)		8(火)		9(水)		季節の行事 お月見 の食べ物		
献立		牛乳 コッペパン 白身魚フライ タルタルサラダ 野菜スープ		牛乳 ごはん 豚じゃが 米粉めんの酢の物		牛乳 ごはん マーボー豆腐 中華あえ		牛乳 ごはん ハヤシシチュー コールスローサラダ レモンゼリー		牛乳 ごはん 小さいわしの梅の香揚げ 青じそあえ 冬瓜汁		牛乳 コッペパン パスタのトマトソース煮 フレンチチーズサラダ 冷凍みかん		牛乳 ごはん 鶏肉とレバーの甘辛だれ 鉄ちゃんサラダ 卵スープ		牛乳 ごはん 夏野菜のみそ炒め こま酢あえ		牛乳 ごはん あなご飯の具 かきあげ 鶏団子汁		牛乳 ごはん がんもどきの五目煮 おかかあえ		牛乳 コッペパン 鶏肉の香草焼き タコボテサラダじゃこ〜!! ミネストローネ				
献立の材料		牛乳 コッペパン 白身魚フライ 揚げ油 炒り卵 キャベツ きゅうり にんじん とうもろこし ノンエッグマヨネーズ 酢 三温糖 ベーコン 料理酒 じゃがいも にんじん たまねぎ ズッキーニ しめじ 丸鶏使用がらスープ こいくちしょうゆ 塩 こしょう 水	牛乳 精白米 学校給食用強化米 豚肉 料理酒 じゃがいも にんじん たまねぎ さつま揚げ 納揚げ 糸こんにゃく グリーンピース 三温糖 こいくちしょうゆ みりん風調味料 水 鶏ささみ(チャウ) 米粉めん きゅうり もやし にんじん カットわかめ 酢 こいくちしょうゆ 三温糖	牛乳 精白米 学校給食用強化米 豚ひき肉 料理酒 おろしにんにく おろししょうが トウバンジャン 木綿豆腐 にんじん たまねぎ 干し椎茸 ただけのこ ねぎ 三温糖 みりん風調味料 こいくちしょうゆ 水 赤みそ 中みそ じゃがいもでん粉 水 もやし にんじん こまつな とうもろこし ごま油 三温糖 こいくちしょうゆ 塩 白ごま	牛乳 精白米 学校給食用強化米 牛肉 豚肉 料理酒 おろしにんにく たまねぎ にんじん 塩 こしょう たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト缶 パセリ(乾) 丸鶏使用がらスープ トマトケチャップ 塩 こしょう 水 干ひじき こまつな キャベツ にんじん きゅうり とうもろこし ダイスチーズ 三温糖 もやし にんじん 酢 なたね油 塩 こしょう 冷凍みかん	牛乳 精白米 学校給食用強化米 コッペパン カットスバググティ 鶏肉 料理酒 おろしにんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト缶 パセリ(乾) 丸鶏使用がらスープ トマトケチャップ 塩 こしょう 水 キャベツ にんじん きゅうり とうもろこし ダイスチーズ 三温糖 もやし にんじん 酢 なたね油 塩 こしょう たまご 木綿豆腐 たまねぎ にんじん 切干しだいこん きくらげ パセリ(乾) 丸鶏使用がらスープ こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ 塩 こしょう 水	牛乳 精白米 学校給食用強化米 鶏肉 塩 こしょう おろししょうが にんじん なす ピーマン たまねぎ キャベツ しめじ 鶏肉 納揚げ 三温糖 みりん風調味料 水 かきあげ30g 揚げ油 鶏つくね たまねぎ にんじん さといも 木綿豆腐 ねぎ だし昆布 混合削り節 料理酒 うすくちしょうゆ 塩 水	牛乳 精白米 学校給食用強化米 あなご刻み味付き 錦糸卵 油揚げ 干し椎茸 にんじん ごぼう さやいんげん 料理酒 こいくちしょうゆ みりん風調味料 水 かきあげ30g 揚げ油 鶏つくね たまねぎ にんじん さといも 木綿豆腐 ねぎ だし昆布 混合削り節 料理酒 塩 水	牛乳 精白米 学校給食用強化米 鶏肉 料理酒 ミニがんもどき 板こんにゃく にんじん じゃがいも ごぼう さやいんげん 料理酒 こいくちしょうゆ みりん風調味料 水 キャベツ たまねぎ にんじん こまつな おえ物用花かつお マッシュルーム トマト パセリ(乾) パブリカ(粉) 丸鶏使用がらスープ 三温糖 塩 こしょう 水	牛乳 精白米 学校給食用強化米 コッペパン 鶏肉 香草焼きシーズニング なたね油 ミニがんもどき 板こんにゃく にんじん じゃがいも ごぼう さやいんげん 料理酒 こいくちしょうゆ みりん風調味料 水 ベーコン 料理酒 たまねぎ にんじん ズッキーニ とうがん えだまめ マッシュルーム トマト パセリ(乾) パブリカ(粉) 丸鶏使用がらスープ 三温糖 塩 こしょう 水																
エネルギー	食塩相当量	598 kcal2.3 g	614 kcal1.6 g	610 kcal1.8 g	659 kcal2.1 g	581 kcal1.7 g	595 kcal2.1 g	650 kcal1.8 g	591 kcal1.8 g	668 kcal1.6 g	605 kcal1.7 g	599 kcal2.3 g														
日(曜)		10(木)		11(金)		14(月)		15(火)		16(水)		17(木)		18(金)		24(木)		25(金)		28(月)		29(火)			30(水)	
献立		牛乳 ごはん スープカレー コーンサラダ 姉妹都市の料理 北海道北広島市		牛乳 ごはん 豚キムチ 春雨スープ ヨーグルト		牛乳 ごはん マーボーなす ナムル		牛乳 ごはん まごわやさしいうま煮 いかの梅ちりあえ		牛乳 コッペパン さんまのかば焼き 枝豆サラダ		牛乳 古代米ごはん さんまのかば焼き 赤じそあえ ゆめまる汁 食育の日 高美が丘中学校 リクエスト		牛乳 ごはん カレー肉じゃが ツッあえ		牛乳 ごはん うさぎハンバーグ しそひじきあえ 月見汁 月見団子 行事食 お月見		牛乳 ごはん 豆腐のオイスターソース煮 米粉めんサラダ		牛乳 ごはん 高野豆腐の卵とじ つけものあえ		牛乳 ごはん あじの南蛮漬け みそ汁			牛乳 コッペパン チリコンカン ハムサラダ	
献立の材料		牛乳 精白米 学校給食用強化米 鶏肉 料理酒 カレー粉 おろしにんにく たまねぎ にんじん キャベツ じゃがいも なす ズッキーニ うすら卵 さやいんげん 丸鶏使用がらスープ カレールウ トマトケチャップ ウスターソース 塩 こしょう 水 ツナ水煮 キャベツ きゅうり にんじん とうもろこし 酢 三温糖 塩 こしょう なたね油	牛乳 精白米 学校給食用強化米 豚肉 料理酒 はくさいキムチ たまねぎ にんじん キャベツ にら こいくちしょうゆ 塩 三温糖 鶏肉 料理酒 たまねぎ にんじん もやし はるさめ 干し椎茸 チンゲンサイ 丸鶏使用がらスープ うすくちしょうゆ 塩 こしょう ごま油 水 ヨーグルト	牛乳 精白米 学校給食用強化米 豚ひき肉 料理酒 おろしにんにく おろししょうが トウバンジャン 納揚げ(ミニ) なす にんじん たまねぎ れんこん 干し椎茸 ただけのこ ねぎ 三温糖 みりん風調味料 こいくちしょうゆ 赤みそ 中みそ じゃがいもでん粉 水 こまつな にんじん こまつな とうもろこし ガーリックパウダー 三温糖 こいくちしょうゆ ごま油 塩	牛乳 精白米 学校給食用強化米 鶏肉 料理酒 大豆(ゆで) にんじん かぼちゃ じゃがいも マッシュルーム パセリ(乾) 米粉 有塩バター 調理用牛乳 丸鶏使用がらスープ 塩 こしょう 水 いちか ちりめん カリカリ梅 にんじん もやし こまつな とうもろこし 三温糖 酢 えだまめ にんじん キャベツ きゅうり 三温糖 酢 水 えだまめ にんじん キャベツ きゅうり 塩 こしょう なたね油	牛乳 コッペパン 鶏肉 料理酒 にんじん たまねぎ おろししょうが 三温糖 料理酒 みりん風調味料 水 キャベツ きゅうり 赤じそ(乾) 水 油揚げ 木綿豆腐 たまねぎ にんじん もやし ピーマン うすくちしょうゆ 三温糖 みりん風調味料 塩 水 月見団子(素甘)	牛乳 精白米 学校給食用強化米 豚肉 料理酒 カレー粉 にんじん たまねぎ 納揚げ 細切りこんにゃく じゃがいも グリーンピース 三温糖 キャベツ 板こんにゃく さといも にんじん しめじ ねぎ だし昆布 混合削り節 料理酒 こいくちしょうゆ みりん風調味料 水 ツナ油漬け にんじん もやし ピーマン うすくちしょうゆ 三温糖 月見団子(素甘)	牛乳 精白米 学校給食用強化米 うさぎハンバーグ40g なたね油 にんじん キャベツ こまつな しそひじきの佃煮 ただけのこ 干し椎茸 鶏肉 チンゲンサイ 丸鶏使用がらスープ 三温糖 オイスターソース こいくちしょうゆ 塩 こしょう じゃがいもでん粉 水 米粉めん にんじん もやし きゅうり とうもろこし 三温糖 酢 うすくちしょうゆ ごま油	牛乳 精白米 学校給食用強化米 豚肉 料理酒 おろししょうが おろしにんにく 木綿豆腐 にんじん たまねぎ ただけのこ 干し椎茸 鶏肉 丸鶏使用がらスープ 三温糖 塩 水 キャベツ たまねぎ にんじん さといも にんじん しめじ ねぎ だし昆布 混合削り節 料理酒 こいくちしょうゆ みりん風調味料 水 みりん風調味																	