10月 給食こんだて表

陸別町給食センター

					陸別町給食センター
В	献立名	赤の仲間血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	その他
	ごはん		精白米 強化米		
3	五目中華妙め		油 じゃがいもでん粉 ごま油		砂糖 清酒 こいくちしょうゆ 鶏がらスープ オイス
(月)	ねぎごまスープ	豚ひき肉 鶏骨	油 春雨 いりごま ごま油	水煮たけのこ 乾燥きくらげ しょうが に 長ねぎ 乾燥きくらげ	ダーソース 清酒 こいくちしょうゆ 丸鶏ガラスープ こしょう
	ごはん	DAO CHI MIE		X10C #6/KC \ 517	周温 こいくうじょうゆ 不満カラス ク こじょう
			精白米 強化米		NEW Fillish 4-2-2
4	さばみそ	たいせいようさば		しょうが	清酒 砂糖 白みそ
(火)	五目豆	ゆで大豆 鶏もも肉 厚削り 昆布	こんにゃく 油	人参 干ししいたけ	清酒 こいくちしょうゆ 本みりん 砂糖
	小松菜と玉ねぎのみそ汁	厚削り 昆布		小松菜 玉ねぎ	白みそ 赤みそ
	かぼちゃパン		かぼちゃパン		
5	ザンタレ	鶏もも肉	小麦粉 じゃがいもでん粉 油	しょうが にんにく 長ねぎ	清酒 こいくちしょうゆ 穀物酢 砂糖
(-14)	シーザーサラダ	豚ベーコン 粉チーズ	コーン	キャベツ	エッグケア こしょう レモン果汁
	コーンスープ	牛乳 生クリーム		., .	コーンピューレ コンソメ 食塩 砂糖
			- 10 / N	= 10.44	
6	鶏南蛮うどん	鶏もも肉 厚削り 昆布	うどん 油	長ねぎ	こいくちしょうゆ 清酒 本みりん 砂糖 食塩
(木)	ちくわ天	焼き竹輪	小麦粉油		
	ブルーベリーゼリー			ナタデココ ブルーベリー	ブルーベリーゼリー
_	こぎつねごはん	鶏もも肉 干しひじき 油揚げ	精白米 油	人参 玉ねぎ ぶなしめじ	清酒 本みりん こいくちしょうゆ 砂糖
7 (金)	肉団子	ふっくらジャンボ肉団子			
(312)	具だくさんみそ汁	厚削り 昆布	じゃがいも	大根 人参 白菜 ごぼう 長ねぎ	白みそ 赤みそ
	ごはん		精白米		
		阪7 N 辛肉		* * * * * * * * * * * * * * * * * * *	 オイスターソース エッグケア 清酒 こいくちしょうk
11 (火)	キャベツのマヨ炒め	豚ひき肉	油	キャベツ 玉ねぎ もやし 人参	こしょう
ベノ	豚肉とごぼうのみそ汁	豚肩肉 厚削り 昆布		ごぼう 人参 長ねぎ	白みそ 赤みそ 白みそ 赤みそ 清酒 こいくちしょうゆ 本みりん そ
	ねぎかつお	花かつお 焼きのり 厚削り 昆布	いりごま	長ねぎ	ロッテと 小かっこ 周旧 こいくりしょづゆ 本みりん t 糖
	コッペパン		コッペパン		
12	かぼちゃシチュー	鶏もも肉 牛乳 粉チーズ 生クリーム	オリーブ油 有塩バター 小麦粉	西洋かぼちゃ 人参 玉ねぎ 水煮マッシュ ルーム	こしょう コンソメ 鶏がらスープ
(水)	ツナサラダ	まぐろ水煮	いりごま ごま油	キャベツ きゅうり 人参	穀物酢 こいくちしょうゆ 砂糖
	あずきぜんざい(※保育所はミニゼ				あずきぜんざい ミニゼリー
10	担々麺	豚ひき肉 昆布 煮干し 鶏骨 豚骨	中華めん 油 すりごま ねりごま ごま油 コーン	長ねぎ にんにく しょうが チンゲン菜 もやし メンマ 玉ねぎ 人参	トウバンジャン 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 ラーX砂糖
(木)	枝豆サラダ	豚ロースハム 干しひじき	ごま油	キャベツ 枝豆 人参	こいくちしょうゆ 穀物酢 食塩 砂糖
				1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	
14	とりまぶし	鶏もも肉 錦糸卵 焼きのり	精白米 強化米 油		こいくちしょうゆ 本みりん 清酒 砂糖
金)	おひたし	花かつお		白菜 小松菜	こいくちしょうゆ
	すまし汁	木綿豆腐 昆布 厚削り		長ねぎ 干ししいたけ	こいくちしょうゆ 食塩 清酒
	ごはん		精白米 強化米		
17	ほっけフライ	ほっけ	小麦粉 パン粉 油		食塩 こしょう こいくちしょうゆ
(-)	切干大根の炒り煮	油揚げ さつま揚げ 干しひじき 厚削り 昆	こんにゃく 油	切干し大根 人参	こいくちしょうゆ 清酒 本みりん 砂糖
	じゃがいもと玉ねぎのみそ汁	厚削り 昆布	じゃがいも	玉ねぎ	白みそ 赤みそ
	ごはん	75-13.5 20-15	精白米 強化米	2.00	
		OT Total		にんにく 玉ねぎ 人参 もやし にら ぶ	 清酒 こいくちしょうゆ 本みりん 丸鶏ガラスープ ご
18 (火)	プルコギ	豚肩肉	ごま油	なしめじ	しょう トウバンジャン 砂糖
	わかめサラダ	カットわかめ ハム	いりごま ごま油	きゅうり キャベツ	こいくちしょうゆ 穀物酢 砂糖
	しらたきスープ	鶏むね肉 鶏骨	しらたき	玉ねぎ	こいくちしょうゆ コンソメ こしょう
	クロワッサン		クロワッサン		
19	チキンのマーマレード焼き	鶏もも肉	オリーブ油	にんにく	ママレードジャム こいくちしょうゆ 食塩 こしょう
(水)	ひじきのサラダ	干しひじき	ごま油	キャベツ きゅうり 人参	こいくちしょうゆ 穀物酢 こしょう 砂糖
	ベーコンクリームスープ	豚ベーコン 牛乳	じゃがいも 小麦粉 油 有塩バター	玉ねぎ 水煮マッシュルーム	白ワイン コンソメ こしょう 鶏がらスープ パセリ
00	ボンゴレパスタ	あさり水煮	スパゲティ オリーブ油 有塩バター	玉ねぎ 人参 水煮マッシュルーム にんに く	
20 (木)	ミネストローネ	05C 333M	77, 17 7 1 73 7 7 MB 13-MB 13		1にいくらしょつ(2) 日ワイン コンワメ にしょう
` ' '		ウィンナー	じゃがいキ オローブ油		
_	1 2 1 1 1 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2	ウィンナー	じゃがいも オリーブ油	人参 キャベツ	トマト缶 コンソメ こしょう 鶏がらスープ
^ \	肉みそビビンバ	豚ひき肉 鶏ひき肉 茎わかめ	精白米 強化米 油 ごま油	人参 キャベツ 長ねぎ 玉ねぎ しょうが にんにく もや し 人参	トマト缶 コンソメ こしょう 鶏がらスープ トウバンジャン 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 白みる砂糖
^ \	肉みそビビンバ 五子スープ			人参 キャベツ 長ねぎ 玉ねぎ しょうが にんにく もや	トマト缶 コンソメ こしょう 鶏がらスープ トウバンジャン 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 白みき
^ \	肉みそビビンバ	豚ひき肉 鶏ひき肉 茎わかめ 鶏卵 鶏骨 豚骨	精白米 強化米 油 ごま油	人参 キャベツ 長ねぎ 玉ねぎ しょうが にんにく もや し 人参	トマト缶 コンソメ こしょう 鶏がらスープ トウバンジャン 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 白みで 砂糖 丸鶏がらスープ こいくちしょうゆ こしょう
金) 24	肉みそビビンバ 五子スープ	豚ひき肉 鶏ひき肉 茎わかめ	精白米 強化米 油 ごま油 いりごま じゃがいもでん粉	人参 キャベツ 長ねぎ 玉ねぎ しょうが にんにく もや し 人参	トマト缶 コンソメ こしょう 鶏がらスープ トウバンジャン 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 白みで 砂糖 丸鶏がらスープ こいくちしょうゆ こしょう
金) 24	肉みそビビンバ 五子スープ ごはん	豚ひき肉 鶏ひき肉 茎わかめ 鶏卵 鶏骨 豚骨 鶏ひき肉 豚ひき肉 焼き竹輪 さつま揚げ	精白米 強化米 油 ごま油 いりごま じゃがいもでん粉 精白米 強化米	人参 キャベツ 長ねぎ 玉ねぎ しょうが にんにく もや し 人参 長ねぎ	トマト缶 コンソメ こしょう 鶏がらスープ トウバンジャン 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 白みで 砂糖 丸鶏がらスープ こいくちしょうゆ こしょう
金) 24	肉みそビビンバ 玉子スープ ごはん 肉みそおでん	豚ひき肉 鶏ひき肉 茎わかめ 鶏卵 鶏骨 豚骨 鶏ひき肉 豚ひき肉 焼き竹輪 さつま揚げ 生揚げ 昆布 厚削り	精白米 強化米 油 ごま油 いりごま じゃがいもでん粉 精白米 強化米	人参 キャベツ 長ねぎ 玉ねぎ しょうが にんにく もや し 人参 長ねぎ	トマト缶 コンソメ こしょう 鶏がらスープ トウバンジャン 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 白みそ 砂糖 丸鶏がらスープ こいくちしょうゆ こしょう 白みそ 赤みそ こいくちしょうゆ 清酒 本みりん も 糖
金) 	肉みそビビンバ 玉子スープ ごはん 肉みそおでん 梅かつお和え ひじきぱっぱ	豚ひき肉 鶏ひき肉 茎わかめ 鶏卵 鶏骨 豚骨 鶏ひき肉 豚ひき肉 焼き竹輪 さつま揚げ 生揚げ 昆布 厚削り	精白米 強化米 油 ごま油 いりごま じゃがいもでん粉 精白米 強化米	人参 キャベツ 長ねぎ 玉ねぎ しょうが にんにく もや し 人参 長ねぎ	トマト缶 コンソメ こしょう 鶏がらスープ トウパンジャン 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 白み砂糖 丸鶏がらスープ こいくちしょうゆ こしょう 白みそ 赤みそ こいくちしょうゆ 清酒 本みりん 香糖
金) 24 (月)	肉みそビビンバ 玉子スープ ごはん 肉みそおでん 梅かつお和え ひじきぱっぱ ごはん	豚ひき肉 鶏ひき肉 茎わかめ 鶏卵 鶏骨 豚骨 鶏ひき肉 豚ひき肉 焼き竹輪 さつま揚げ 生揚げ 昆布 厚削り 花かつお	精白米 強化米 油 ごま油 いりごま じゃがいもでん粉 精白米 強化米 油 こんにゃく 精白米 強化米	人参 キャベツ 長ねぎ 玉ねぎ しょうが にんにく もや し 人参 長ねぎ 人参 大根 水煮ふき もやし 小松菜 玉ねぎ 人参 水煮たけのこ 干ししいたけ	トマト缶 コンソメ こしょう 鶏がらスープ トウパンジャン 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 白み砂糖 丸鶏がらスープ こいくちしょうゆ こしょう 白みそ 赤みそ こいくちしょうゆ 清酒 本みりん を 糖 やびしお ひじきばっぱ
(金) 24 (月) 25	肉みそビビンバ 五子スープ ごはん 肉みそおでん 梅かつお和え ひじきぱっぱ ごはん 豆腐の中華煮	豚ひき肉 鶏ひき肉 茎わかめ 鶏卵 鶏骨 豚骨 鶏ひき肉 豚ひき肉 焼き竹輪 さつま揚げ 生揚げ 昆布 厚削り	精白米 強化米 油 ごま油 いりごま じゃがいもでん粉 精白米 強化米 油 こんにゃく 精白米 強化米 油 ごま油 じゃがいもでん粉	人参 キャベツ 長ねぎ 玉ねぎ しょうが にんにく もやし 人参 大根 水煮ふき もやし 小松菜 エねぎ 人参 水煮だけのこ 干ししいだけ 乾燥さくらげ しょうが にんにく	トマト缶 コンソメ こしょう 鶏がらスープ トウパンジャン 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 白み砂糖 丸鶏がらスープ こいくちしょうゆ こしょう 白みそ 赤みそ こいくちしょうゆ 清酒 本みりん 香糖 梅びしお ひじきばっぱ 清酒 本みりん こいくちしょうゆ 食塩 こしょう 香糖 オイスターソース
(金) 24 (月) 25	内みそビビンバ 玉子スープ ごはん 肉みそおでん 梅かつお和え ひじきぱっぱ ごはん 豆腐の中華煮 プロッコリーナムル	豚ひき肉 鶏ひき肉 茎わかめ 鶏卵 鶏骨 豚骨 鶏ひき肉 豚ひき肉 焼き竹輪 さつま揚げ 生揚げ 昆布 厚削り 花かつお	精白米 強化米 油 ごま油 いりごま じゃがいもでん粉 精白米 強化米 油 こんにゃく 精白米 強化米 油 ごま油 じゃがいもでん粉	人参 キャベツ 長ねぎ 玉ねぎ しょうが にんにく もやし 人参 長ねぎ 本ねぎ しょうが にんにく もやし 人参 大根 水煮ふき もやし 小松菜 エねぎ 人参 水煮だけのこ 干ししいだけ 乾燥きくらげ しょうが にんにく ブロッコリー	トマト缶 コンソメ こしょう 鶏がらスープ トウバンジャン 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 白み砂糖 丸鶏がらスープ こいくちしょうゆ こしょう 白みそ 赤みそ こいくちしょうゆ 清酒 本みりん を 糖 梅びしお ひじきばっぱ 清酒 本みりん こいくちしょうゆ 食塩 こしょう を 糖 オイスターソース 丸鶏ガラスープ こしょう
金) 24 (月) 25	 肉みそビビンバ 五子スープ ごはん 肉みそおでん 梅かつお和え ひじきぱっぱ ごはん 豆腐の中華煮 プロッコリーナムル ワンタンスープ 	豚ひき肉 鶏ひき肉 茎わかめ 鶏卵 鶏骨 豚骨 鶏ひき肉 豚ひき肉 焼き竹輪 さつま揚げ 生揚げ 昆布 厚削り 花かつお	精白米 強化米 油 ごま油 いりごま じゃがいもでん粉 精白米 強化米 油 こんにゃく 精白米 強化米 油 ごま油 じゃがいもでん粉 ごま油 すりごま ワンタンの皮 油	人参 キャベツ 長ねぎ 玉ねぎ しょうが にんにく もやし 人参 大根 水煮ふき もやし 小松菜 エねぎ 人参 水煮だけのこ 干ししいだけ 乾燥さくらげ しょうが にんにく	トマト缶 コンソメ こしょう 鶏がらスープ トウパンジャン 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 白みき砂糖 丸鶏がらスープ こいくちしょうゆ こしょう 白みそ 赤みそ こいくちしょうゆ 清酒 本みりん 6 糖 やびしお ひじきばっぱ 清酒 本みりん こいくちしょうゆ 食塩 こしょう 6 糖 オイスターソース
金) 24 (月) 25	肉みそビビンバ 玉子スープ ごはん 肉みそおでん 梅かつお和え ひじきぱっぱ ごはん 豆腐の中華煮 プロッコリーナムル ワンタンスープ 黒糖パン	豚ひき肉 鶏ひき肉 茎わかめ 鶏卵 鶏骨 豚骨 鶏ひき肉 豚ひき肉 焼き竹輪 さつま揚げ 生揚げ 昆布 厚削り 花かつお	精白米 強化米 油 ごま油 いりごま じゃがいもでん粉 精白米 強化米 油 こんにゃく 精白米 強化米 油 ごま油 じゃがいもでん粉	大参 キャベツ	トマト缶 コンソメ こしょう 鶏がらスープ トウパンジャン 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 白みき砂糖 丸鶏がらスープ こいくちしょうゆ こしょう 白みそ 赤みそ こいくちしょうゆ 清酒 本みりん 6 糖 切しお ひじきばっぱ 清酒 本みりん こいくちしょうゆ 食塩 こしょう 6 糖 オイスターソース 丸鶏ガラスープ こしょう こいくちしょうゆ 清酒 丸鶏ガラスープ こしょう
(金) 24 (月) 25 (火)	 肉みそビビンバ 五子スープ ごはん 肉みそおでん 梅かつお和え ひじきぱっぱ ごはん 豆腐の中華煮 プロッコリーナムル ワンタンスープ 	豚ひき肉 鶏ひき肉 茎わかめ 鶏卵 鶏骨 豚骨 鶏ひき肉 豚ひき肉 焼き竹輪 さつま揚げ 生揚げ 昆布 厚削り 花かつお	精白米 強化米 油 ごま油 いりごま じゃがいもでん粉 精白米 強化米 油 こんにゃく 精白米 強化米 油 ごま油 じゃがいもでん粉 ごま油 すりごま ワンタンの皮 油	人参 キャベツ 長ねぎ 玉ねぎ しょうが にんにく もやし 人参 長ねぎ 本ねぎ しょうが にんにく もやし 人参 大根 水煮ふき もやし 小松菜 エねぎ 人参 水煮だけのこ 干ししいだけ 乾燥きくらげ しょうが にんにく ブロッコリー	トマト缶 コンソメ こしょう 鶏がらスープ トウパンジャン 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 白みき砂糖 丸鶏がらスープ こいくちしょうゆ こしょう 白みそ 赤みそ こいくちしょうゆ 清酒 本みりん 6 糖 切しお ひじきばっぱ 清酒 本みりん こいくちしょうゆ 食塩 こしょう 6 糖 オイスターソース 丸鶏ガラスープ こしょう こいくちしょうゆ 清酒 丸鶏ガラスープ こしょう
(金) 24 (月) 25 (火) 26	肉みそビビンバ 玉子スープ ごはん 肉みそおでん 梅かつお和え ひじきぱっぱ ごはん 豆腐の中華煮 プロッコリーナムル ワンタンスープ 黒糖パン	豚ひき肉 鶏ひき肉 茎わかめ 鶏卵 鶏骨 豚骨 鶏ひき肉 豚ひき肉 焼き竹輪 さつま揚げ 生揚げ 昆布 厚削り 花かつお 木綿豆腐 豚肩肉	精白米 強化米 油 ごま油 いりごま じゃがいもでん粉 精白米 強化米 油 こんにゃく 精白米 強化米 油 ごま油 じゃがいもでん粉 ごま油 すりごま ワンタンの皮 油 黒糖パン	大参 キャベツ	トマト缶 コンソメ こしょう 鶏がらスープ トウバンジャン 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 白み砂糖 丸鶏がらスープ こいくちしょうゆ こしょう 白みそ 赤みそ こいくちしょうゆ 清酒 本みりん 香糖 横びしお ひじきばっぱ 清酒 本みりん こいくちしょうゆ 食塩 こしょう 香糖 オイスターソース 丸鶏ガラスープ こしょう こいくちしょうゆ 清酒 丸鶏ガラスープ こしょう
(金) 24 (月) 25 (火) 26	肉みそビビンバ 玉子スープ ごはん 肉みそおでん 梅かつお和え ひじきぱっぱ ごはん 豆腐の中華煮 プロッコリーナムル ワンタンスープ 黒糖パン すり身入りつくわ	豚ひき肉 鶏ひき肉 茎わかめ 鶏卵 鶏骨 豚骨 鶏ひき肉 豚ひき肉 焼き竹輪 さつま揚げ 生揚げ 昆布 厚削り 花かつお 木綿豆腐 豚屑肉 豚屑肉 鶏骨 豚骨 鶏ひき肉 すけとうだら(すり身) 鶏卵	精白米 強化米 油 ごま油 いりごま じゃがいもでん粉 精白米 強化米 油 こんにゃく 精白米 強化米 油 ごま油 じゃがいもでん粉 ごま油 すりごま ワンタンの皮 油 黒糖パン パン粉	大参 キャベツ 長ねぎ 玉ねぎ しょうが にんにく もやし 人参 長ねぎ しょうが にんにく もやし 人参 大根 水煮ぶき もやし 小松菜	トマト缶 コンソメ こしょう 鶏がらスープ トウパンジャン 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 白み砂糖 丸鶏がらスープ こいくちしょうゆ こしょう 白みそ 赤みそ こいくちしょうゆ 清酒 本みりん 香糖 横びしお ひじきばっぱ 清酒 本みりん こいくちしょうゆ 食塩 こしょう 番糖 オイスターソース 丸鶏ガラスープ こしょう こいくちしょうゆ 清酒 丸鶏ガラスープ こしょう
24 月) 25 火 26 水 26	肉みそビビンバ 玉子スープ ごはん 肉みそおでん 梅かつお和え ひじきぱっぱ ごはん 豆腐の中華煮 プロッコリーナムル ワンタンスープ 黒糖パン すり身入りつくわ さつまいもサラダ	豚ひき肉 鶏ひき肉 茎わかめ 鶏卵 鶏骨 豚骨 鶏ひき肉 豚ひき肉 焼き竹輪 さつま揚げ 生揚げ 昆布 厚削り 花かつお 木綿豆腐 豚屑肉 豚屑肉 鶏骨 豚骨	精白米 強化米 油 ごま油 いりごま じゃがいもでん粉 精白米 強化米 油 こんにゃく 精白米 強化米 油 ごま油 じゃがいもでん粉 ごま油 すりごま ワンタンの皮 油 黒糖パン パン粉	人参 キャベツ 長ねぎ 玉ねぎ しょうが にんにく もやし 人参 長ねぎ 人参 大根 水煮ふき もやし 小松菜 玉ねぎ 人参 水煮だけのこ 干ししいだけ 乾燥きくらげ しょうが にんにく ブロッコリー 小松菜 人参 長ねぎ 玉ねぎ しょうが りんご	トマト缶 コンソメ こしょう 鶏がらスープ トウパンジャン 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 白み砂糖 丸鶏がらスープ こいくちしょうゆ こしょう 白みそ 赤みそ こいくちしょうゆ 清酒 本みりん 香糖 神びしお ひじきばっぱ 清酒 本みりん こいくちしょうゆ 食塩 こしょう 香糖 オイスターソース 丸鶏ガラスープ こしょう こいくちしょうゆ 清酒 丸鶏ガラスープ こしょう
(金) 24 (月) 25 (火) 26 (水)	肉みそビビンバ 玉子スープ ごはん 肉みそおでん 梅かつお和え ひじきぱっぱ ごはん 豆腐の中華煮 プロッコリーナムル ワンタンスープ 黒糖パン すり身入りつくわ さつまいもサラダ トウキ入り野菜のスープ にゅうめん	豚ひき肉 鶏ひき肉 茎わかめ 鶏卵 鶏骨 豚骨 鶏ひき肉 豚ひき肉 焼き竹輪 さつま揚げ 生揚げ 昆布 厚削り 花かつお 木綿豆腐 豚肩肉 豚肩肉 寒骨 豚骨 鶏ひき肉 すけとうだら(すり身) 鶏卵 クリームチーズ 豚ベーコン 鶏骨 鶏もも肉 油揚げ 厚削り 昆布	精白米 強化米 油 ごま油 いりごま じゃがいもでん粉 精白米 強化米 油 こんにゃく 精白米 強化米 油 ごま油 じゃがいもでん粉 ごま油 すりごま ワンタンの皮 油 黒糖パン パン粉 さつまいも	大参 キャベツ	トマト缶 コンソメ こしょう 鶏がらスープ トウバンジャン 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 白み砂糖 丸鶏がらスープ こいくちしょうゆ こしょう 白みそ 赤みそ こいくちしょうゆ 清酒 本みりん 登聴 オイスターソース 丸鶏ガラスープ こしょう こいくちしょうゆ 清酒 丸鶏ガラスープ こしょう 食塩 鶏がらスープ 本みりん こいくちしょうゆ 清 砂糖 エッグケア 食塩 はちみつ コンソメ こしょう こいくちしょうゆ 清酒 本みりん 砂糖
24 月 25 火 26 水 27 木 27 木 27 木 27	肉みそビビンバ 玉子スープ ごはん 肉みそおでん 梅かつお和え ひじきぱっぱ ごはん 豆腐の中華煮 プロッコリーナムル ワンタンスープ 黒糖パン すり身入りつくね さつまいもサラダ トウキ入り野菜のスープ	豚ひき肉 鶏ひき肉 茎わかめ 鶏卵 鶏骨 豚骨 豚型き肉 豚ひき肉 焼き竹輪 さつま揚げ 生揚げ 昆布 厚削り 花かつお 水綿豆腐 豚肩肉 豚肩肉 豚	精白米 強化米 油 ごま油 いりごま じゃがいもでん粉 精白米 強化米 油 こんにゃく 精白米 強化米 油 ごま油 じゃがいもでん粉 ごま油 すりごま ワンタンの皮 油 黒糖パン パン粉 さつまいも そうめん じゃがいも 油	大参 キャベツ	トマト缶 コンソメ こしょう 鶏がらスープ トウパンジャン 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 白み砂糖 丸鶏がらスープ こいくちしょうゆ こしょう 白みそ 赤みそ こいくちしょうゆ 清酒 本みりん 香糖 オイスターソース 丸鶏ガラスープ こしょう こいくちしょうゆ 清酒 丸鶏ガラスープ こしょう でいくちしょうゆ 清酒 丸鶏ガラスープ こしょう な塩 鶏がらスープ 本みりん こいくちしょうゆ 清池糖 エッグケア 食塩 はちみつ コンソメ こしょう こいくちしょうゆ 清酒 本みりん 砂糖
(金) 24 (月) 25 (水) 26 (水) 27 (木) 28	肉みそビビンバ 玉子スープ ごはん 肉みそおでん 梅かつお和え ひじきぱっぱ ごはん 豆腐の中華煮 プロッコリーナムル ワンタンスープ 黒糖パン すり身入りつぐね さつきいもサラダ トウキ入り野菜のスープ にゅうめん 黄な粉ポテト ハヤシライス	豚ひき肉 鶏ひき肉 茎わかめ 鶏卵 鶏骨 豚骨 豚骨 鶏ひき肉 豚ひき肉 焼き竹輪 さつま揚げ 生揚げ 昆布 厚削り 花かつお 木綿豆腐 豚肩肉 豚肩肉 豚肩肉 鶏骨 豚骨 鶏ひき肉 すけとうだら(すり身) 鶏卵 クリームチーズ 豚ベーコン 鶏骨 鶏もも肉 油揚げ 厚削り 昆布きな粉 和牛もも	精白米 強化米 油 ごま油 いりごま じゃがいもでん粉 精白米 強化米 油 こんにゃく 精白米 強化米 油 ごま油 じゃがいもでん粉 ごま油 すりごま ワンタンの皮 油 黒糖パン パン粉 さつまいも そうめん じゃがいも 油	大参 キャベツ 長ねぎ 玉ねぎ しょうが にんにく もやし 人参 長ねぎ しょうが にんにく もやし 人参 大根 水煮ぶき もやし 小松菜	トマト缶 コンソメ こしょう 鶏がらスープ トウパンジャン 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 白み砂糖 丸鶏がらスープ こいくちしょうゆ こしょう 白みそ 赤みそ こいくちしょうゆ 清酒 本みりん 香糖 本みりん こいくちしょうゆ 食塩 こしょう 番 オイスターソース 丸鶏ガラスープ こしょう こいくちしょうゆ 清酒 丸鶏ガラスープ こしょう 食塩 鶏がらスープ 本みりん こいくちしょうゆ 清沙糖 エッグケア 食塩 はちみつ コンソメ こしょう こいくちしょうゆ 清酒 本みりん 砂糖 砂糖
(金) 24 (月) 25 (火) 26 (水) 27 (木) 28	内みそビビンバ 玉子スープ ごはん 肉みそおでん 梅かつお和え ひじきぱっぱ ごはん 豆腐の中華煮 プロッコリーナムル ワンタンスープ 黒糖パン すり身入りつくわ さつまいもサラダ トウキ入り野菜のスープ にゅうめん 黄な粉ポテト ハヤシライス 牛乳寒天	豚ひき肉 鶏ひき肉 茎わかめ 鶏卵 鶏骨 豚骨 鶏ひき肉 豚ひき肉 焼き竹輪 さつま揚げ 生揚げ 昆布 厚削り 花かつお 木綿豆腐 豚肩肉 豚肩肉 鶏骨 豚骨 鶏ひき肉 すけとうだら(すり身) 鶏卵 クリームチーズ 豚ベーコン 鶏骨 鶏もも肉 油揚げ 厚削り 昆布 きな粉	精白米 強化米 油 ごま油 いりごま じゃがいもでん粉 精白米 強化米 油 こんにゃく 精白米 強化米 油 ごま油 じゃがいもでん粉 ごま油 すりごま ワンタンの皮 油 黒糖パン パン粉 さつまいも そうめん じゃがいも 油 精白米 強化米 油 小麦粉 有塩バター じゃがいも	大参 キャベツ	トマト缶 コンソメ こしょう 鶏がらスープ トウパンジャン 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 白みき砂糖 丸鶏がらスープ こいくちしょうゆ こしょう 白みそ 赤みそ こいくちしょうゆ 清酒 本みりん 香糖 オイスターソース 丸鶏ガラスープ こしょう こいくちしょうゆ 清酒 丸鶏ガラスープ こしょう でいくちしょうゆ 清酒 丸鶏ガラスープ こしょう な塩 鶏がらスープ 本みりん こいくちしょうゆ 清池 サッグケア 食塩 はちみつ コンソメ こしょう こいくちしょうゆ 清酒 本みりん 砂糖
(金) 24 (月) 25 (火) 27 (木) 28 (金)	肉みそビビンバ 玉子スープ ごはん 肉みそおでん 梅かつお和え ひじきぱっぱ ごはん 豆腐の中華煮 プロッコリーナムル ワンタンスープ 黒糖パン すり身入りつぐね さつまいもサラダ トウキ入り野菜のスープ にゅうめん 黄な粉ポテト ハヤシライス 牛乳寒天 ごはん	豚ひき肉 鶏ひき肉 茎わかめ 鶏卵 鶏骨 豚骨 鶏ひき肉 豚ひき肉 焼き竹輪 さつま揚げ 生揚げ 昆布 厚削り 花かつお 木綿豆腐 豚肩肉 豚肩肉 鶏骨 豚骨 鶏ひき肉 すけとうだら(すり身) 鶏卵 クリームチーズ 豚ベーコン 鶏骨 鶏もも肉 油揚げ 厚削り 昆布 きな粉 和牛もも 牛乳 粉寒天	精白米 強化米 油 ごま油 いりごま じゃがいもでん粉 精白米 強化米 油 こんにゃく 精白米 強化米 油 ごま油 じゃがいもでん粉 ごま油 すりごま ワンタンの皮 油 黒糖パン パン粉 さつまいも そうめん じゃがいも 油	人参 キャベツ 長ねぎ 玉ねぎ しょうが にんにく もやし 人参 長ねぎ 玉ねぎ しょうが にんにく もやし 人参 大根 水煮ふき もやし 小松菜 まねぎ 人参 水煮だけのご 干ししいだけ 乾燥きくらげ しょうが にんにく ブロッコリー 小松菜 人参 長ねぎ しょうが りんご キャベツ 玉ねぎ 水煮マッシュルーム トウキ葉 人参 白菜 大根 小松菜 人参 長ねぎ 玉ねぎ 人参 セロリ 水煮マッシュルーム しょうが にんにく みかん缶詰	トマト缶 コンソメ こしょう 鶏がらスープ トウパンジャン 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 白みき砂糖 丸鶏がらスープ こいくちしょうゆ こしょう 白みそ 赤みそ こいくちしょうゆ 清酒 本みりん 香糖 神びしお ひじきばっぱ 清酒 本みりん こいくちしょうゆ 食塩 こしょう 香糖 オイスターソース 丸鶏ガラスープ こしょう こいくちしょうゆ 清酒 丸鶏ガラスープ こしょう の場 はちみつ コンソメ こしょう こいくちしょうゆ 清酒 本みりん 砂糖 砂糖 トマト缶 カレー粉 ケチャップ デミグラスソース ウスターソース 中濃ソース コンソメ 赤ワイン 鶏がらスープ
(金) 24 (月) 25 (火) 27 (木) 28 (金) 31	肉みそビビンバ 玉子スープ ごはん 肉みそおでん 梅かつお和え ひじきぱっぱ ごはん 豆腐の中華煮 プロッコリーナムル ワンタンスープ 黒糖パン すり身入りつくわ さつきいもサラダ トウキ入り野菜のスープ にゅおかポテト ハヤシライス 牛乳寒天 ごはん 豚バラ大根	豚ひき肉 鶏ひき肉 茎わかめ 鶏卵 鶏骨 豚骨 豚骨 鶏ひき肉 豚ひき肉 焼き竹輪 さつま揚げ 生揚げ 昆布 厚削り 花かつお 木綿豆腐 豚肩肉 豚肩肉 豚肩肉 鶏骨 豚骨 鶏ひき肉 すけとうだら(すり身) 鶏卵 クリームチーズ 豚ベーコン 鶏骨 鶏もも肉 油揚げ 厚削り 昆布きな粉 和牛もも	精白米 強化米 油 ごま油 いりごま じゃがいもでん粉 精白米 強化米 油 こんにゃく 精白米 強化米 油 ごま油 じゃがいもでん粉 ごま油 すりごま ワンタンの皮 油 黒糖パン パン粉 さつまいも そうめん じゃがいも 油 精白米 強化米 油 小麦粉 有塩バター じゃがいも	大参 キャベツ 長ねぎ 玉ねぎ しょうが にんにく もやし 人参 長ねぎ しょうが にんにく もやし 人参 大根 水煮ぶき もやし 小松菜	トマト缶 コンソメ こしょう 鶏がらスープ トウパンジャン 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 白み砂糖 丸鶏がらスープ こいくちしょうゆ こしょう 白みそ 赤みそ こいくちしょうゆ 清酒 本みりん 香糖 本みりん こいくちしょうゆ 食塩 こしょう 番 オイスターソース 丸鶏ガラスープ こしょう こいくちしょうゆ 清酒 丸鶏ガラスープ こしょう 食塩 鶏がらスープ 本みりん こいくちしょうゆ 清沙糖 エッグケア 食塩 はちみつ コンソメ こしょう こいくちしょうゆ 清酒 本みりん 砂糖 砂糖
24(月) 25(火) 26(水) 27(木) 28(金)	肉みそビビンバ 玉子スープ ごはん 肉みそおでん 梅かつお和え ひじきぱっぱ ごはん 豆腐の中華煮 プロッコリーナムル ワンタンスープ 黒糖パン すり身入りつぐね さつまいもサラダ トウキ入り野菜のスープ にゅうめん 黄な粉ポテト ハヤシライス 牛乳寒天 ごはん	豚ひき肉 鶏ひき肉 茎わかめ 鶏卵 鶏骨 豚骨 鶏ひき肉 豚ひき肉 焼き竹輪 さつま揚げ 生揚げ 昆布 厚削り 花かつお 木綿豆腐 豚肩肉 豚肩肉 鶏骨 豚骨 鶏ひき肉 すけとうだら(すり身) 鶏卵 クリームチーズ 豚ベーコン 鶏骨 鶏もも肉 油揚げ 厚削り 昆布 きな粉 和牛もも 牛乳 粉寒天	精白米 強化米 油 ごま油 いりごま じゃがいもでん粉 精白米 強化米 油 こんにゃく 精白米 強化米 油 ごま油 じゃがいもでん粉 ごま油 すりごま ワンタンの皮 油 黒糖パン パン粉 さつまいも そうめん じゃがいも 油 精白米 強化米 油 小麦粉 有塩バター じゃがいも	人参 キャベツ 長ねぎ 玉ねぎ しょうが にんにく もやし 人参 長ねぎ 玉ねぎ しょうが にんにく もやし 人参 大根 水煮ふき もやし 小松菜 まねぎ 人参 水煮だけのご 干ししいだけ 乾燥きくらげ しょうが にんにく ブロッコリー 小松菜 人参 長ねぎ しょうが りんご キャベツ 玉ねぎ 水煮マッシュルーム トウキ葉 人参 白菜 大根 小松菜 人参 長ねぎ 玉ねぎ 人参 セロリ 水煮マッシュルーム しょうが にんにく みかん缶詰	トマト缶 コンソメ こしょう 鶏がらスープ トウパンジャン 清酒 こいくちしょうゆ 食塩 白みそ 砂糖 丸鶏がらスープ こいくちしょうゆ こしょう 白みそ 赤みそ こいくちしょうゆ 清酒 本みりん 砂糖 梅びしお ひじきばっぱ 清酒 本みりん こいくちしょうゆ 食塩 こしょう 砂糖 オイスターソース 丸鶏ガラスープ こしょう こいくちしょうゆ 清酒 丸鶏ガラスープ こしょう を塩 鶏がらスープ 本みりん こいくちしょうゆ 清酒 ヤッグケア 食塩 はちみつ コンソメ こしょう こいくちしょうゆ 清酒 本みりん 砂糖 砂糖 トマト缶 カレー粉 ケチャップ デミグラスソース ウスターソース 中濃ソース コンソメ 赤ワイン 鶏がらスープ

一食あたりの平均摂取量	小学校	中学校	保育所
エネルギー(Kcal)	667	841	399
炭水化物(g)	89.4	108.3	59.1
たんぱく質(g)	26.7	33.6	15.3
脂質(g)	21.9	25.1	11
塩分(g)	3.3	3.3	2.5

[※]保育所以外、毎日牛乳がつきます。赤の食品です。 今月のりくべつ牛乳は10月7日(金)です。 ※保育所のひよこ・りす組は水曜日のパンの代わりに白飯を提供します。 ※給食センターの食育ほ場で収穫したとうもろこしを使用し、 8月31日(水)に「ゆでとうもろこし」、9月12日(月)「とうもろこしごはん」を提供しました。 ※食材の都合により、献立が変更になる場合がありますのでご了承下さい ・毎日の給食の写真は、インターネットに記載してあります。 月2回程度更新をしておりますので、ぜひお子様との話題づくりにご活用下さい。