

月		火		水		木		金	
25		26		27		28		29	
<p>※献立および献立表について※</p> <p>都合により、献立もしくは食材を変更する場合があります。</p> <p>変更した場合は学校へ連絡いたします。</p> <p>給食では毎日、牛乳が付きます。</p> <p>また、メニューに応じて箸もしくはスプーンが付きます</p> <p>☆今月の生産者さん☆</p> <p>小柳さん・・・じゃがいも・きゅうり</p> <p>宮本さん・・・たまねぎ・にんにく・青ねぎ・なす・きゅうり</p> <p>雪谷さん・・・しいたけ</p> <p>阪口さん・・・たまねぎ</p>									
30		31		1		2		3	
857		767		764		808		766	
<p>●麦ご飯</p> <p>麦ごはん用表 10</p> <p>●ピビンパク</p> <p>豚ひき肉 55 ほうれん草・冷凍 25</p> <p>酒・純米酒 4 切り干し大根 1.5</p> <p>☆しょうゆ(こいくち) 4 ☆もやし(大豆) 15</p> <p>☆コチジャン 0.3 ☆ごま(すりごま) 1</p> <p>砂糖・上白糖 2.5 ☆ごま油 1.3</p> <p>米ぬか油(ポトル) 0.5 ☆しょうゆ(こいくち) 2</p> <p>にんにく 10</p> <p>☆チヂミ 1枚</p>		<p>●麦ご飯</p> <p>麦ごはん用表 10</p> <p>●冷やしうどん</p> <p>☆うどん(冷凍) 60 オクラ 5</p> <p>10 米ぬか油 0.8</p> <p>15 米ぬか油 0.5</p> <p>☆もやし(ブロッコリー) 10 ☆豆腐(ゆ) 2</p> <p>にんにく 10 水(食用) 4</p> <p>カットわかめ 0.2</p> <p>●鶏肉と枝豆のキャベツ揚げ 1枚</p> <p>☆小魚佃煮 1袋</p>		<p>●ご飯</p> <p>●鮭の味噌マヨ焼き</p> <p>☆さけ 50 ☆ノンエッグマヨネーズ 5</p> <p>☆しょうゆ(黒) 0.5 ☆みそ(米) 淡色辛みそ 3</p> <p>☆しょうゆ(白) 2 ☆みりん(本みりん) 2</p> <p>●酢の物</p> <p>☆きゅうり 35 酢・米酢 2</p> <p>☆かつわかめ 0.3 砂糖・上白糖 2</p> <p>☆ごま(すりごま) 1 ☆しょうゆ(うすくち) 1.8</p> <p>●ひじきと大豆の煮物</p> <p>☆ひじき(干し) 3 グリンピース(冷凍) 5</p> <p>☆大豆水煮 20 ☆しょうゆ(こいくち) 4</p> <p>にんにく 10 砂糖・上白糖 1.2</p> <p>☆みりん(本みりん) 10 米ぬか油(ポトル) 1</p> <p>☆豚ひき肉 10 米ぬか油(ポトル) 1</p> <p>☆ごま(すりごま) 1 ☆しょうゆ(うすくち) 1.5</p> <p>☆だしパック 10</p>		<p>●ご飯</p> <p>●マナー厚揚げ</p> <p>☆厚揚げ 40 ☆みそ(米) 淡色辛みそ 2.5</p> <p>☆豚ひき肉 40 ☆中華だし(素) 6</p> <p>たまねぎ 1.8</p> <p>にんにく 15 酒・純米酒 2</p> <p>☆ウバンジャン 0.05 ☆大豆水煮 5</p> <p>☆しょうゆ(こいくち) 0.25 ☆みりん(本みりん) 2</p> <p>☆しょうゆ(こいくち) 0.4 ☆かつわかめ 1</p> <p>☆みそ(米) 赤色辛みそ 3 米ぬか油(ポトル) 0.5</p> <p>●パンサンスウ</p> <p>☆きゅうり 20 ☆しょうゆ(こいくち) 0.5</p> <p>☆にんにく 2 ☆ごま油 0.3</p> <p>☆キャベツ 10 酢・米酢 2.5</p> <p>☆グリンピース(冷凍) 1.8 ☆ごま(すりごま) 0.5</p> <p>☆砂糖・上白糖 1</p> <p>☆焼売 3個</p>		<p>☆コッパパン 1個</p> <p>●ラタトゥイユ</p> <p>豚もも・赤身(大型) 40 ソース(ウスターソース) 0.3</p> <p>たまねぎ 20 ☆コンソメ(顆粒) 0.8</p> <p>☆にんにく 60 ☆ワイン(白) 1</p> <p>2 ☆ズッキーニ 10 にんにく 0.1</p> <p>☆大豆水煮 5 ☆しょうゆ(黒) 0.01</p> <p>☆トマト 30 砂糖・上白糖 1</p> <p>☆ケチャップ(3kg) 2 ☆オリーブ油 1</p> <p>☆トマトピューレ 10</p> <p>●カラフルサラダ</p> <p>☆赤ピーマン 5 砂糖・上白糖 1.2</p> <p>☆コーン・冷凍 5 ☆しょうゆ(こいくち) 1.8</p> <p>☆ごま(すりごま) 15 酢・米酢 1</p> <p>☆きゅうり 10 米ぬか油 0.5</p> <p>☆チーズ 1個</p>	
6		7		8		9		10	
778		787		806		838		878	
<p>●ご飯</p> <p>●野菜炒め</p> <p>豚もも・赤身(大型) 40 ☆しょうが 0.2</p> <p>ピーマン 10 塩(食塩) 0.02</p> <p>たまねぎ 60 ☆しょうゆ(黒) 1.5</p> <p>☆キャベツ 40 ☆オスターソース 0.05</p> <p>☆にんにく 10 ☆中華だし(素) 0.8</p> <p>☆たけのこ水煮 10 米ぬか油 1</p> <p>●きゅうりのじゃこ和え</p> <p>☆きゅうり 30 ☆ごま(すりごま) 0.8</p> <p>☆にんにく 10 ☆しょうゆ(うすくち) 1.3</p> <p>☆ちりめんじゃこ 3 砂糖・上白糖 0.8</p> <p>☆餃子 3個</p>		<p>●ご飯</p> <p>●おろしハンバーグ</p> <p>☆ハンバーグ(冷凍) 10 ☆みりん(本みりん) 1</p> <p>☆大根おろし(冷凍) 5 砂糖・上白糖 0.7</p> <p>☆しょうゆ(こいくち) 1</p> <p>●ごぼうサラダ</p> <p>☆ごぼう(冷凍) 10 ☆しょうゆ(うすくち) 1.2</p> <p>☆ごぼう(生) 15 砂糖・上白糖 1.5</p> <p>☆えだまめ(むき)・冷凍 5 酢・米酢 1.2</p> <p>☆にんにく 5 ☆ノンエッグマヨネーズ 1</p> <p>☆ごま(すりごま) 1.2</p> <p>●味噌汁</p> <p>☆たまねぎ 20 しめじ(ぶなしめじ) 5</p> <p>☆水餃子(冷凍) 15 ☆みそ(米) 淡色辛みそ 7.2</p> <p>☆ごま(すりごま) 1.5 ☆だしパック 1.5</p>		<p>●ご飯</p> <p>●焼餅</p> <p>鶏もも皮つき(若鶏) 30 ☆うずら(卵水煮) 1.5</p> <p>☆ごぼう 15 砂糖・上白糖 3.5</p> <p>☆たけのこ水煮 10 ☆みりん(本みりん) 0.8</p> <p>☆里辛(冷凍) 20 ☆しょうゆ(こいくち) 2</p> <p>☆にんにく 15 ☆しょうゆ(うすくち) 3</p> <p>☆きゅうり 25 酒・純米酒 1</p> <p>☆ごま(すりごま) 1 ☆しょうゆ(うすくち) 1</p> <p>☆ごぼう(生) 5 米ぬか油 1</p> <p>☆グリンピース(冷凍) 5 ☆だしパック 1</p> <p>●小松菜サラダ</p> <p>☆小松菜(冷凍) 35 ☆しょうゆ(黒) 0.02</p> <p>☆ツナ(油漬フレーク) 5 ☆しょうゆ(うすくち) 2</p> <p>☆レモン(果汁) 1 砂糖・上白糖 1.3</p> <p>●納豆 1個</p>		<p>●ご飯</p> <p>●くえのから揚げ</p> <p>☆くえ 20 ☆しょうゆ(こいくち) 3</p> <p>☆しょうが 2 ☆かつわかめ 1</p> <p>☆酒・純米酒 1 米ぬか油 1</p> <p>●きゅうりの昆布和え</p> <p>☆きゅうり 30 ☆塩昆布 0.8</p> <p>☆にんにく 5 酢・米酢 0.3</p> <p>●味噌汁</p> <p>☆たまねぎ 30 じゃがいも 20</p> <p>☆うすあげ 5 ☆えのたま 1.2</p> <p>☆なす 15 ☆みそ(米) 淡色辛みそ 7.2</p> <p>☆青ねぎ 5 ☆だしパック 1.5</p> <p>●こんにゃくサラダ</p> <p>☆こんにゃく(冷凍) 10 ☆ごま(すりごま) 0.8</p> <p>☆ごま(すりごま) 20 酢・米酢 1.2</p> <p>☆コーン・冷凍 5 砂糖・上白糖 1.5</p> <p>☆ツナ(油漬フレーク) 5 ☆しょうゆ(うすくち) 1</p> <p>☆レモン(果汁) 1</p> <p>☆スクールヨーグルトみかん 1個</p>			
13		14		15		16		17	
874		792		744		828		828	
<p>●ご飯</p> <p>●五目マーボー豆腐</p> <p>☆高野豆腐 10 ☆みそ(米) 淡色辛みそ 3</p> <p>☆豚ひき肉 35 ☆中華だし(素) 1.8</p> <p>☆たまねぎ 40 砂糖・上白糖 1.3</p> <p>☆にんにく 15 酒・純米酒 0.2</p> <p>☆なす(白) 10 ☆トウモロコシ 0.05</p> <p>☆しょうが 0.3 ☆チンメンジャン 0.25</p> <p>☆にんにく 0.3 ☆かつわかめ 1.3</p> <p>☆みそ(米) 赤色辛みそ 3 米ぬか油(ポトル) 0.5</p> <p>●三色ナムル</p> <p>☆もやし(ブロッコリー) 20 ☆ごま(すりごま) 0.5</p> <p>☆きゅうり 10 ☆ごま油 0.5</p> <p>☆しょうが 1 ☆しょうゆ(こいくち) 1.5</p> <p>☆砂糖・上白糖 1</p> <p>☆焼売 3個</p>		<p>●ご飯</p> <p>●肉じゃが</p> <p>☆豚もも・赤身(大型) 45 砂糖・上白糖 3</p> <p>☆じゃがいも 50 ☆しょうゆ(うすくち) 1</p> <p>☆たまねぎ 50 ☆しょうゆ(こいくち) 4</p> <p>☆にんにく 15 ☆みりん(本みりん) 2.5</p> <p>☆きゅうり 15 ☆だしパック 1.8</p> <p>☆ごぼう(生) 10 米ぬか油 1</p> <p>●ゆかり和え</p> <p>☆ほうれん草・冷凍 35 ゆかり 0.4</p> <p>☆切り干し大根 0.5 塩(食塩) 0.02</p> <p>☆厚焼き玉子 1個</p>		<p>●ご飯</p> <p>●鯛の煮つけ</p> <p>☆鯛(まいたけ)養殖 60 砂糖・上白糖 1.5</p> <p>☆しょうゆ(こいくち) 2.5 ☆みりん(本みりん) 0.8</p> <p>☆しょうゆ(白) 1 ☆しょうが 0.3</p> <p>●きゅうりの胡麻和え</p> <p>☆きゅうり 25 砂糖・上白糖 0.8</p> <p>☆ごぼう(生) 5 酢・米酢 0.8</p> <p>☆にんにく 1 ☆ごま(すりごま) 1</p> <p>☆えのたま 5 しょうゆ(うすくち) 1</p> <p>☆しょうゆ(うすくち) 1</p> <p>●玉ねぎとかぼちゃの味噌汁</p> <p>☆うすあげ 5 しめじ(ぶなしめじ) 10</p> <p>☆ごぼう(生) 10 ☆しょうゆ(こいくち) 5</p> <p>☆ごぼう(冷凍) 5 ☆みそ(米) 淡色辛みそ 7.2</p> <p>☆かぼちゃ(冷凍) 10 ☆だしパック 1.8</p> <p>☆ごぼう(生) 5</p>		<p>●麦ご飯</p> <p>麦ごはん用表 10</p> <p>●豚肉ときのこの丼ぶり</p> <p>☆豚もも・赤身(大型) 40 酒・純米酒 4</p> <p>☆キャベツ 2 ☆しょうゆ(こいくち) 2</p> <p>☆にんにく 5 ☆しょうゆ(うすくち) 3</p> <p>☆たまねぎ 10 砂糖・上白糖 1</p> <p>☆みりん(本みりん) 5 ☆しょうゆ(うすくち) 1</p> <p>☆ごぼう(生) 10 米ぬか油 1</p> <p>☆にんにく 10 米ぬか油 1</p> <p>☆ごま(すりごま) 20</p> <p>●じゃこ入りおかつか和え</p> <p>☆もやし(ブロッコリー) 10 ☆かつわかめ 10</p> <p>☆にんにく 15 ☆しょうゆ(こいくち) 1</p> <p>☆ちりめんじゃこ 3 砂糖・上白糖 0.3</p> <p>☆にんにく 5</p>		<p>☆レズパン 1個</p> <p>●鶏肉のバリバリ焼き</p> <p>☆鶏もも皮つき(若鶏) 1枚 塩(食塩) 0.2</p> <p>☆にんにく 0.8 ☆しょうゆ(黒) 0.03</p> <p>●ポパイサラダ</p> <p>☆ほうれん草・冷凍 20 塩(食塩) 0.02</p> <p>☆じゃがいも 15 砂糖・上白糖 0.3</p> <p>☆ごま(すりごま) 10 ☆ごま油 0.02</p> <p>☆コーン・冷凍 5 ☆コンソメマヨネーズ 1</p> <p>☆酢・米酢 0.4</p> <p>●具だくさんコンソメスープ</p> <p>☆えだまめ・冷凍 5 しめじ(ぶなしめじ) 5</p> <p>☆キャベツ 20 ☆ごぼう(生)・冷凍 9</p> <p>☆たまねぎ 30 ☆コンソメ(顆粒) 1.5</p> <p>☆にんにく 10 ☆しょうゆ(うすくち) 0.01</p>	
20		21		22		23		24	
874		792		744		828		863	
<p>●ご飯</p> <p>●敬老の日</p> <p>☆高野豆腐 10 ☆みそ(米) 淡色辛みそ 3</p> <p>☆豚ひき肉 35 ☆中華だし(素) 1.8</p> <p>☆たまねぎ 40 砂糖・上白糖 1.3</p> <p>☆にんにく 15 酒・純米酒 0.2</p> <p>☆なす(白) 10 ☆トウモロコシ 0.05</p> <p>☆しょうが 0.3 ☆チンメンジャン 0.25</p> <p>☆にんにく 0.3 ☆かつわかめ 1.3</p> <p>☆みそ(米) 赤色辛みそ 3 米ぬか油(ポトル) 0.5</p> <p>●三色ナムル</p> <p>☆もやし(ブロッコリー) 20 ☆ごま(すりごま) 0.5</p> <p>☆きゅうり 10 ☆ごま油 0.5</p> <p>☆しょうが 1 ☆しょうゆ(こいくち) 1.5</p> <p>☆砂糖・上白糖 1</p> <p>☆焼売 3個</p>		<p>●麦ご飯</p> <p>麦ごはん用表 10</p> <p>●豚汁うどん</p> <p>☆うどん(冷凍) 30 ☆ごま(すりごま) 0.5</p> <p>☆豚もも・赤身(大型) 30 ☆にんにく 5</p> <p>☆たまねぎ 20 ☆ごぼう(生)・冷凍 10</p> <p>☆厚揚げ 10 ☆みそ(米) 淡色辛みそ 7.5</p> <p>☆青ねぎ 5 米ぬか油(ポトル) 1</p> <p>☆さつまいも 20 ☆だしパック 1.8</p> <p>●もやしの胡麻和え</p> <p>☆もやし(ブロッコリー) 25 ☆ごま(すりごま) 0.8</p> <p>☆ひじき(干し) 10 ☆しょうゆ(こいくち) 1.5</p> <p>☆コーン・冷凍 1 砂糖・上白糖 1</p> <p>☆お月見団子 1個</p> <p>☆のり佃煮 1袋</p>		<p>●玄米ご飯</p> <p>●鱈の塩焼き</p> <p>☆さば 1切 塩(食塩) 0.2</p> <p>●油揚げの胡麻酢和え</p> <p>☆うすあげ 10 ☆ごま(すりごま) 1.2</p> <p>☆切り干し大根 30 ☆しょうゆ(うすくち) 1</p> <p>☆ごぼう(生) 30 ☆みそ(米) 淡色辛みそ 1.4</p> <p>☆コーン・冷凍 1.8 ☆ごま(すりごま) 1.4</p> <p>●具だくさん味噌汁</p> <p>☆たまねぎ 30 青ねぎ 5</p> <p>☆にんにく 10 ☆うすあげ 5</p> <p>☆ごぼう(生) 5 ☆みそ(米) 淡色辛みそ 7.2</p> <p>☆じゃがいも 15 ☆みそ(米) 淡色辛みそ 7.2</p> <p>☆しめじ(ぶなしめじ) 5 ☆だしパック 1.8</p>		<p>●麦ご飯</p> <p>麦ごはん用表 10</p> <p>●鶏肉のバーベキューソース</p> <p>☆鶏もも皮つき(若鶏) 1枚 砂糖・上白糖 2.1</p> <p>☆酒・純米酒 1 ☆しょうゆ(こいくち) 1</p> <p>☆ウインナー 5.6 味噌唐辛子 0.01</p> <p>●ポテトサラダ</p> <p>☆じゃがいも 25 ☆ごま(黒) 0.02</p> <p>☆きゅうり 10 酢・米酢 0.4</p> <p>☆ハム(ロース) 5 砂糖・上白糖 1.3</p> <p>☆コーン・冷凍 0.05 ☆ノンエッグマヨネーズ 0.05</p> <p>●じゃがもちスープ</p> <p>☆じゃがもち 25 ☆ごま(すりごま) 10</p> <p>☆にんにく 5 ☆しょうゆ(うすくち) 0.8</p> <p>☆たまねぎ 40 ☆コンソメ(顆粒) 1.8</p> <p>☆しめじ(ぶなしめじ) 5 ☆しょうゆ(黒) 0.02</p>		<p>☆コッパパン 1個</p> <p>●豚肉のトマト煮</p> <p>☆豚もも・赤身(大型) 30 グリンピース(冷凍) 5</p> <p>☆にんにく 10 ケチャップ(3kg) 5</p> <p>☆たまねぎ 60 砂糖・上白糖 1.5</p> <p>☆トマト(ダイスカット) 10 トマトピューレ 4</p> <p>☆マヨネーズ(水煮) 5 ☆りんごピューレ 3.5</p> <p>☆じゃがいも 15 ☆コンソメ(顆粒) 1.2</p> <p>☆なす 15 米ぬか油(ポトル) 1</p> <p>☆白いんげん(ゆで) 10 ☆しょうゆ(黒) 0.02</p> <p>●カラフルサラダ</p> <p>☆赤ピーマン 5 ☆しょうゆ(こいくち) 2</p> <p>☆コーン・冷凍 10 酢・米酢 1</p> <p>☆きゅうり 20 ☆ごま(混合) 0.02</p> <p>☆切り干し大根 0.5 米ぬか油 0.5</p> <p>☆砂糖・上白糖 1.2</p> <p>☆ファイバーヨーグルト 1個</p>	
27		28		29		30		1	
850		872		835		828		828	
<p>●麦ご飯</p> <p>麦ごはん用表 10</p> <p>●チキンカレーライス</p> <p>☆鶏もも皮なし(若鶏) 40 ☆コーン・冷凍 5</p> <p>☆にんにく 10 ☆ごま(すりごま) 0.2</p> <p>☆たまねぎ 50 ☆しょうが 0.2</p> <p>☆じゃがいも 30 カレー粉 0.5</p> <p>☆しめじ(ぶなしめじ) 10 ☆カールール 11</p> <p>☆レバー(缶詰) 5 ☆ケチャップ(3kg) 2</p> <p>☆グリンピース(冷凍) 5 米ぬか油 1</p> <p>●ココロサラダ</p> <p>☆きゅうり 20 砂糖・上白糖 0.8</p> <p>☆コーン・冷凍 10 ☆しょうゆ(こいくち) 1</p> <p>☆えだまめ・冷凍 10 塩(食塩) 0.01</p> <p>☆酢・米酢 1.8 ☆オリーブ油 0.02</p> <p>☆チーズ 1個</p>		<p>●麦ご飯</p> <p>麦ごはん用表 10</p> <p>●まぐろフライ 1個</p> <p>☆米ぬか油 5</p> <p>●おひたし</p> <p>☆ごま(すりごま) 30 ☆ごま(すりごま) 1.5</p> <p>☆ひじき(干し) 0.5 ☆しょうゆ(こいくち) 0.5</p> <p>☆にんにく 5 砂糖・上白糖 1</p> <p>●たまねぎとじゃがいもの味噌汁</p> <p>☆たまねぎ 30 青ねぎ 5</p> <p>☆しめじ(生) 5 ☆うすあげ 5</p> <p>☆じゃがいも 25 ☆みそ(米) 淡色辛みそ 7.2</p> <p>☆ごぼう(生)・冷凍 10 ☆だしパック 1.8</p>		<p>●ご飯</p> <p>●八宝菜</p> <p>☆豚もも・赤身(大型) 30 ☆しいたけ(生) 10</p> <p>☆おろし(ポル・むき身) 30 ☆しょうが 0.3</p> <p>☆ごぼう(冷凍) 15 ☆ごぼう(生) 1.5</p> <p>☆たまねぎ 30 ☆中華だし(素) 1</p> <p>☆にんにく 10 ☆かつわかめ 2</p> <p>☆キャベツ 45 砂糖・上白糖 0.5</p> <p>☆ごぼう(生) 10 ☆ごま油 0.1</p> <p>☆たけのこ水煮 1 米ぬか油 1</p> <p>●中華和え</p> <p>☆もやし(ブロッコリー) 10 ☆ごま(すりごま) 0.5</p> <p>☆にんにく 15 ☆ごま油 1</p> <p>☆コーン・冷凍 5 ☆しょうゆ(こいくち) 1</p> <p>☆砂糖・上白糖 1</p> <p>☆春巻き 1個</p> <p>☆米ぬか油 3</p>		<p>●麦ご飯</p> <p>麦ごはん用表 10</p> <p>●鶏肉のバーベキューソース</p> <p>☆鶏もも皮つき(若鶏) 1枚 砂糖・上白糖 2.1</p> <p>☆酒・純米酒 1 ☆しょうゆ(こいくち) 1</p> <p>☆ウインナー 5.6 味噌唐辛子 0.01</p> <p>●ポテトサラダ</p> <p>☆じゃがいも 25 ☆ごま(黒) 0.02</p> <p>☆きゅうり 10 酢・米酢 0.4</p> <p>☆ハム(ロース) 5 砂糖・上白糖 1.3</p> <p>☆コーン・冷凍 0.05 ☆ノンエッグマヨネーズ 0.05</p> <p>●じゃがもちスープ</p> <p>☆じゃがもち 25 ☆ごま(すりごま) 10</p> <p>☆にんにく 5 ☆しょうゆ(うすくち) 0.8</p> <p>☆たまねぎ 40 ☆コンソメ(顆粒) 1.8</p> <p>☆しめじ(ぶなしめじ) 5 ☆しょうゆ(黒) 0.02</p>		<p>< 予告 > 1</p> <p>0月から3月の給食では、【かつらぎ町産】のお米を使用します。</p>	



秋分の日