

		中学 13日		中学 14日		中学 17日		中学 18日		中学 19日		中学 20日		中学 21日
				【東部中学校 思い出献立】				【まごわやさしい献立】				【西部中学校 思い出献立】		【地域食材の日(献立コンクール入賞) 献立】
献立名	麦ごはん 牛乳 みそかき玉汁 ほっけのみりんじょうゆ焼き ひじきサラダ	麦ごはん 牛乳 チキンカレー えびフライ なめたけ和え 豆乳プリンタルト	ソフト麺 牛乳 五目あんかけスープ 大豆ミート入り揚げぎょうざ こんにやくサラダ	麦ごはん 牛乳 じゃがいもとわかめのみそ汁 シルバーの香味ソース ごま和え	コッペパン 牛乳 ミネストローネ ポテトカップ野菜グラタン レモンマリネ いちごジャム	わかめごはん 牛乳 キムチ汁 鶏肉のから揚げ ゆかり和え さつま芋と栗のタルト	麦ごはん 牛乳 寒天スープ ささみのりんごみそソース 青大豆サラダ							
使用材料	かつおだしパック 玉ねぎ 人参 鶏胸小間肉 えのきたけ 白菜 酒 みりん みそ でん粉 冷凍液卵 小松菜 魚のみりん醤油漬け ほっけ(魚)切り身 焼き油(米油) 干ひじき キャベツ きゅうり 人参 ツナレトルト 上白糖 薄口しょうゆ 塩 米酢	サラダ油(米油) 生姜 にんにく 鶏もも角切り肉 赤ワイン 玉ねぎ 人参 じゃがいも キッズカレールウ甘口 キッズカレールウ中辛 デラックスカレールウ しょうゆ 中濃ソース ケチャップ りんごピューレ ガラムマサラ えびフライ 揚げ油(米油) ウスターソース ケチャップ 三温糖 みりん 赤ワイン でん粉 水 キャベツ きゅうり サラダ用糸寒天 塩 なめたけ 薄口しょうゆ 豆乳プリンタルト	サラダ油(米油) 生姜 玉ねぎ 豚もも細切り肉 人参 干しいたけ スライス 冷凍ハートなると 白菜 酒 しょうゆ がらスープ 塩 こしょう でん粉 ちんげん菜 大豆ミート入りぎょうざ 揚げ油(米油) サラダこんにやく キャベツ きゅうり 塩 サラダ油(米油) こしょう 米酢 薄口しょうゆ	煮干し 玉ねぎ 人参 大根 えのきたけ じゃがいも みそ カット干しわかめ シルバー(魚)切り身 焼き油(米油) サラダ油(米油) にんにく 生姜 冷凍ねぎみじん 薄口しょうゆ 三温糖 米酢 水 でん粉 キャベツ もやし 人参 薄口しょうゆ 上白糖 米酢 白すりごま 白いりごま	にんにく ショルダーベーコン セロリー 玉ねぎ 人参 大根 冷凍ダイスタマト トマトピューレ 冷凍チキンブイヨン 塩 こしょう ソルガムマカロニ(ハート) カップグラタン(5種の野菜) キャベツ きゅうり 人参 薄口しょうゆ 塩 こしょう 上白糖 サラダ油(米油) いちごジャム	かつおだしパック 豚もも小間肉 玉ねぎ 人参 えのきたけ しらたき 白菜キムチ 豆腐 酒 しょうゆ 塩 こしょう 耐熱寒天 にら 鶏もも肉切り身 生姜 しょうゆ 酒 米粉 揚げ油(米油) 塩 キャベツ きゅうり 大根 塩 赤しそ粉 さつま芋と栗のタルト	玉ねぎ 人参 えのきたけ 冷凍ミートボール 白菜 冷凍チキンブイヨン 酒 しょうゆ 塩 こしょう 耐熱寒天 長ねぎ 鶏肉ささみ 米粉 揚げ油(米油) サラダ油(米油) にんにく 玉ねぎ りんごピューレ みそ しょうゆ みりん 水 でん粉 青大豆(乾) キャベツ きゅうり 人参 サラダ油(米油) 米酢 上白糖 薄口しょうゆ 塩 こしょう							

		中学 25日	中学 26日	中学 27日	中学 28日
献立名				【かみかみ献立】	
	麦ごはん 牛乳 ツナと豆腐の中華煮 きのこ入り肉しゅうまい わかめともやしのナムル	食パン 牛乳 キャベツのスープ煮 菜花の豆乳クリームパスタ いちご	麦ごはん 牛乳 根菜汁 いかと凍り豆腐のレモン和え れんこんきんぴら	麦ごはん 牛乳 豆まめみそ汁 豚肉のキムチ炒め 梅ドレ和え	
使用材料	サラダ油(米油) 生姜 玉ねぎ 人参 たけのこ水煮 干しいたけ スライス 絞り豆腐 がらスープ 三温糖 塩 こしょう しょうゆ オイスターソース ツナレトルト でん粉 長ねぎ きのこしゅうまい	玉ねぎ 人参 カットウインナー キャベツ 白ワイン 冷凍チキンピイオン 塩 こしょう しょうゆ サラダ油(米油) にんにく 玉ねぎ ショルダーベーコン 人参 しめじ 白ワイン 顆粒コンソメ 塩 黒こしょう 菜花 米粉 豆乳(大豆) ほぐし粉 ファルファッレマカロニ いちご	煮干し 玉ねぎ ささがきごぼう 人参 大根 さつまいもいちよう みそ 長ねぎ いか短冊 凍り豆腐(サロロ) でん粉 揚げ油(米油) 酒 しょうゆ 三温糖 レモン果汁 サラダ油(米油) 豚もも小間肉 皮むきれんこん こんにゃくスライス 人参 三温糖 酒 しょうゆ みりん 水 冷凍いんげん	煮干し 玉ねぎ 人参 大根 油揚げ 豆腐 みそ 豆乳(大豆) ちんげん菜 サラダ油(米油) にんにく 生姜 豚もも小間肉 玉ねぎ たけのこ水煮 キャベツ キムチの素 しょうゆ みりん にら とろみ粉 もやし きゅうり 人参 大根 薄口しょうゆ サラダ油(米油) 上白糖 梅フレーク	
	もやし きゅうり 人参 カット干しわかめ ごま油 米酢 薄口しょうゆ 塩				