

	小1			小1			小1			小1			小1			小1					
	12日			13日			16日			17日			18日			19日			20日		
	【市立長野中学校 思い出献立】						【まごわやさしい献立】														
献立名	麦ごはん 牛乳 里芋となめこのみそ汁 えびカツ 見通しのよいサラダ			コッペパン 牛乳 豆乳クリームスープ 肉団子のケチャップ和え 海藻サラダ			麦ごはん 牛乳 米粉マカロニのABCスープ ユーリンチー 梅ドレサラダ さつまいもと栗のタルト			コッペパン 牛乳 かぼちゃのシチュー ボロニアステーキりんごソース コールスローサラダ			麦ごはん 牛乳 じゃがいもとわかめのみそ汁 さばの梅の香ソース ごま和え			麦ごはん 牛乳 寄せ鍋汁 ちくわのかば焼き ゆかり和え			黒砂糖パン 牛乳 オニオンスープ 卵とキャベツの炒め物 大根とツナのサラダ		
使用材料	煮干し 玉ねぎ 人参 大根 さといも なめこ みそ 長ねぎ えびカツ 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 皮むきれんこん キャベツ きゅうり ロースハム 薄口しょうゆ 上白糖 米酢 サラダ油(米油) 塩			ショルダーベーコン 玉ねぎ 人参 冷凍ホールコーン 白菜 冷凍チキンブイヨン 塩 こしょう しょうゆ 白ワイン みそ 米粉 豆乳(大豆) ちんげん菜 冷凍ミートボール 揚げ油(米油) 三温糖 中濃ソース ケチャップ みそ 水 でん粉 海藻ミックス キャベツ 大根 きゅうり 薄口しょうゆ 米酢 サラダ油(米油) 上白糖 塩 こしょう			ショルダーベーコン 玉ねぎ 大根 人参 冷凍チキンブイヨン 塩 こしょう しょうゆ 米粉7分アベックカゴ 鶏胸肉切り身 酒 しょうゆ おろししょうが でん粉 揚げ油(米油) 冷凍ねぎみじん しょうゆ 三温糖 七味唐辛子 水 米酢 もやし きゅうり 人参 キャベツ 薄口しょうゆ サラダ油(米油) 上白糖 梅フレーク さつまいもと栗のタルト			サラダ油(米油) 玉ねぎ 鶏もも角切り肉 白ワイン 人参 ホワイトしめじ 冷凍ホールコーン 冷凍コーンペースト カットかぼちゃ ペンヤメルソース スキムミルク 塩 こしょう 無塩バター 生クリーム ボロニアソーセージ 焼き油(米油) 玉ねぎ おろしにんにく りんごピューレ しょうゆ 三温糖 米酢 ケチャップ でん粉 水 人参 キャベツ きゅうり 塩 サラダ油(米油) 米酢 レモン果汁 上白糖 薄口しょうゆ こしょう			煮干し 玉ねぎ 人参 大根 干しいたけ スライス じゃがいも みそ カット干しわかめ さば(魚)切り身 焼き油(米油) しょうゆ 三温糖 酒 みりん 梅干ペースト おろししょうが 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			かつおだしパック 人参 えのきたけ しらたき まだら(魚)角切り 白菜 ハートちらしかまぼこ 焼き豆腐 薄口しょうゆ 酒 塩 長ねぎ ちくわ でん粉 揚げ油(米油) 三温糖 みりん しょうゆ 酒 おろししょうが 水 でん粉 キャベツ きゅうり 大根 塩 赤しそ粉			玉ねぎ ショルダーベーコン 人参 冷凍チキンブイヨン 塩 こしょう しょうゆ サラダ油(米油) 玉ねぎ 人参 カットウインナー 塩 こしょう キャベツ 冷凍液卵 大根 きゅうり ツナレトルト 薄口しょうゆ こしょう 米酢 上白糖 サラダ油(米油)		

	小1			小1			小1			小1		
	24日			25日			26日			27日		
	【北部中学校 思い出献立】											
献立名	ソフト麺 牛乳 五目あんかけスープ 大豆ミート入り揚げようざ もやしのナムル			麦ごはん 牛乳 じゃがいものそぼろ煮 シルバーのねぎみそかけ 塩こうじ和え			わかめごはん 牛乳 キムチ汁 鶏肉のから揚げ こんにやくサラダ 豆乳プリンタルト			丸パン 牛乳 ジュリエンスープ ハンバーグカレーソース もやしとコーンのサラダ		
使用材料	サラダ油(米油) 生姜 玉ねぎ 豚もも細切り肉 人参 <small>干しいたけ スライス</small> 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 <small>大豆ミート入り揚げようざ</small>			サラダ油(米油) 生姜 鶏もも挽肉 玉ねぎ 人参 つきこんにやく <small>干しいたけ スライス</small> じゃがいも 三温糖 しょうゆ みりん でん粉 冷凍いんげん <small>シルバー(魚)切り身</small>			かつおだしパック 豚もも小間肉 玉ねぎ 人参 <small>干しいたけ スライス</small> しらたき 白菜キムチ 豆腐 酒 しょうゆ みそ にら 鶏もも肉切り身			ショルダーベーコン 玉ねぎ セロリー えのきたけ 人参 大根 <small>冷凍チキンブイヨン</small> しょうゆ 塩 こしょう ハンバーグ		
	揚げ油(米油)			焼き油(米油) みそ 冷凍ねぎみじん 三温糖 みりん			おろししょうが しょうゆ 酒 でん粉 揚げ油(米油)			焼き油(米油) 玉ねぎ 水 <small>やさいかれルウ(米粉)</small> 水 ケチャップ 中濃ソース		
	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			キャベツ きゅうり 人参 塩こうじ サラダ油(米油) 米酢 こしょう			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 豆乳プリンタルト			冷凍ホールコーン きゅうり サラダ油(米油) 薄口しょうゆ 米酢 塩 こしょう 上白糖		