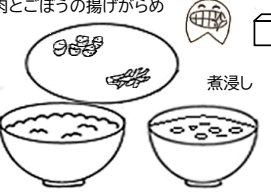
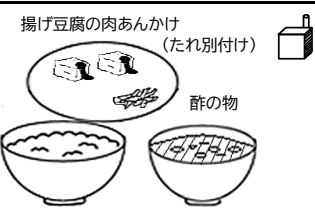
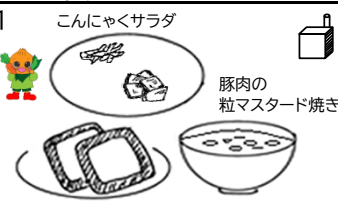
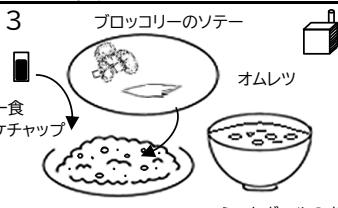
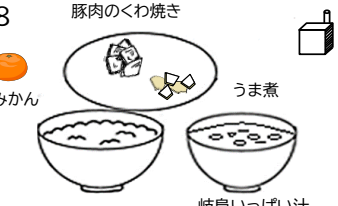
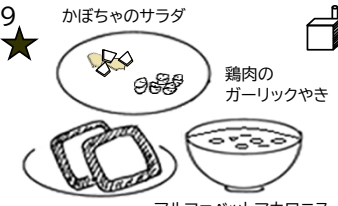
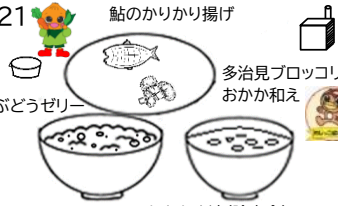
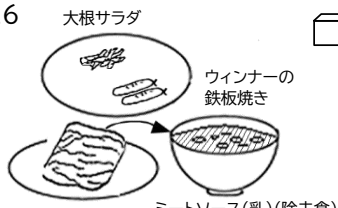


令和7年11月

中学校 盛り付け図

昭和調理場 北栄北陵調理場 笠原中学校

月	火	水	木	金
   				
3 文化の日	4 鶏肉とごぼうの揚げがらめ  煮浸し ためぎ汁 【主食】 麦ごはん	5 シーザーサラダ  レンズ豆の チーズ焼き(乳) 多治見トマトのスープ 【主食】 黒コッペパン(乳)	6 秋の香そぼろごはんの具  ミルクプリン 卵入り(乳) ごま和え 白みそ汁 【主食】 麦ごはん	7 中華サラダ  酢豚 ワカメスープ 【主食】 もち玄米ごはん
10 揚げ豆腐の肉あんかけ (たれ別付け)  酢の物 なめこのみそ汁 【主食】 麦ごはん	11 こんにゃくサラダ  豚肉の 粒マスタード焼き パンプキンスープ(乳)(除去食) 【主食】 食パン(乳)	12 竹輪のもみじ揚げ  ひじきの炒め煮 すまし汁 【主食】 発芽玄米ごはん(納豆)	13 ブロッコリーのソテー  オムレツ 一食 ケチャップ ミートボールのポトフ 【主食】 トマトピラフ	14 チンゲンサイのサラダ  魚の ぴりから揚げ やきそば 【主食】 小型コッペパン(乳)
17 厚揚げのごまだれかけ  ヨーグルト(乳) たくあんの 香りและ 豚汁 【主食】 麦ごはん	18 豚肉のくわ焼き  みかん うま煮 岐阜いっぱい汁 【主食】 もち玄米ごはん	19 かぼちゃのサラダ  ★ 鶏肉の ガーリックやき アルファベットマカロニスープ 【主食】 食パン(乳)(チョコクリーム(乳))	20 イタリアンサラダ  きなこタフィ ハヤシチュー(乳)(除去食) 【主食】 麦ごはん	21 鮎のかりかり揚げ  ぶどうゼリー 多治見ブロッコリーの おかか和え かきたま汁(除去食) 【主食】 さつまいもごはん
24 振替休日	25 わかさぎの南蛮漬け  お浸し はんぺん和大根の煮物 【主食】 ゆかりごはん	26 大根サラダ  ウィンナーの 鉄板焼き ミートソース(乳)(除去食) 【主食】 ソフト麺	27 パンサンデー  柿 豚肉と れんこんの ブルコギふう 中華スープ 【主食】 麦ごはん	28 秋刀魚の塩焼き(たれ別付け)  きんぴらごぼう さつまいものみそ汁 【主食】 たじっこごはん

令和7年11月予定献立表

昭和調理場 北栄北陵調理場 滝呂小学校 池田小学校 笠原中学校

日	献立名			6つの食品群材料名(※6つの食品群をそろえてバランスの良い食事をしましょう)					
				血や肉になるもの		体の調子を整えるもの		熱や力のもとになるもの	
曜日	しゅしよく	しゅさい	ふくさい・くだもの・デザート	肉・魚・卵・豆・豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	淡色野菜・くだもの・きのこ	穀類・いも・さとう	油脂類
 4火	むぎごはん	とりにくとごぼうのあげがらめ	にびたし たぬきじる	鶏肉 ※オイルツナ ※油揚げ ※冷凍角切り豆腐 ※フレーク節	※牛乳	こまつな にんじん	ごぼう はくさい だいこん 根深ねぎ しょうが	米 麦 ※でん粉 ※上新粉 ※上白糖 ※板こんにやく	※なたね油
 5水	くろコッペパン(乳)	レンズまめのチーズやき(乳)	シーザーサラダ たじみトマトのスープ	※フランクフルト ※蒸しレンズ豆 鶏肉	※牛乳 ※チーズ	トマト 姫町のトマトジュース	※マッシュルーム水煮 冷凍コーン ごぼう レタス たまねぎ にんにく	※黒コッペパン じゃがいも ※上白糖	※マヨネーズ(卵不使用) ※なたね油 ※シーザードレ ※オリーブ油
6木	あきのかそぼろごはん (むぎごはん・あきのかそぼろごはんのぐ)		ごまあえ しろみそしる ミルクプリンたまごいり(乳)(中)	※さけ ※粒状大豆 ※白みそ	※牛乳 ※煮干し	かぼちゃ	しょうが まいたけ ※冷凍えだまめ キャベツ きゅうり 冷凍コーン はくさい だいこん 根深ねぎ	※麦ごはん ※上白糖 ※ミルクプリン卵入り(中)	※なたね油 ※白ごま ※白すりごま
7金	もちげんまいごはん	すぶた	ちゅうかサラダ ワカメスープ	豚肉 鶏肉	※牛乳 わかめ	ピーマン にんじん チンゲンサイ	しょうが たまねぎ だいこん きゅうり もやし ※たけのこ水煮	米 もち玄米 ※でん粉 じゃがいも ※上白糖	※なたね油 ※棒々鶏ドレ
10月	むぎごはん	あげどうふのにくあんかけ	すのもの なめこのみそしる	※揚げ出し豆腐 豚肉 ※赤みそ ※白みそ	※牛乳 わかめ ※煮干し	ピーマン	だいこん キャベツ なめこ はくさい 根深ねぎ	※麦ごはん ※上白糖 ※でん粉 里芋	※なたね油
 11火	しよくパン(乳)	ぶたにくの つぶマスタードやき	やさしいサラダ(幼) こんにやくサラダ(小中) パンプキンスープ(乳)	豚肉	※牛乳 ※チーズ	にんじん かぼちゃ かぼちゃペースト	しょうが にんにく きゅうり たまねぎ	※食パン ※バスタこんにやく ※小麦粉	※マヨネーズ(卵不使用) ※なたね油 ※玉ねぎドレ ※有塩バター
12水	はつがげんまいごはん (なっとう)	ちくわのもみじあげ	ひじきのいために すましじる	※焼き竹輪 ※油揚げ 鶏肉 ※フレーク節 ※納豆	※牛乳 ※青のり粉 ※ひじき	にんじん 冷凍さやいんげん こまつな	※たけのこ水煮 ごぼう だいこん	米 発芽玄米 ※小麦粉 ※上白糖	※なたね油
13木	セルフオムライス (トマトピラフ・オムレツ・いっしょくケチャップ)		ブロッコリーのソテー ミートボールのポトフ	※オムレツ ※ミートボール ※ひよこ豆	※牛乳	※ドライミックストマトピラフ ※トマトピューレー ブロッコリー	キャベツ 冷凍コーン はくさい たまねぎ	米 麦 じゃがいも	※なたね油
14金	やきそば こがたコッペパン(乳)	さかなのぴりからあげ	チンゲンサイのサラダ	豚肉 ※半月スライスちくわ ※ホキ	※牛乳 ※青のり粉	にんじん ピーマン チンゲンサイ	たまねぎ キャベツ しょうが ※紅しょうが もやし	※小型コッペパン ※上新粉 ※中華めん ※でん粉	※なたね油 ※中華ドレ
 17月	むぎごはん	あつあげのごまだれかけ	たくあんのかおりあえ ぶたじる ヨーグルト(乳)	※冷凍厚揚げ 豚肉 ※赤みそ	※牛乳 ※煮干し ※ヨーグルト	にんじん	県産切干大根 ※たくあん キャベツ はくさい ごぼう 根深ねぎ	※麦ごはん ※上白糖 ※でん粉 里芋 ※板こんにやく	※なたね油 ※白ごま ※白すりごま
18火	もちげんまいごはん	ぶたにくのくわやき	うまに ぎふいっぱいじる みかん	豚肉 ※糸かまぼこ	※牛乳 ※だしこんぶ	冷凍さやいんげん にんじん トマト	しょうが れんこん ごぼう だいこん たまねぎ ※みかん	米 もち玄米 ※上白糖 ※でん粉	※なたね油
★ 19水	しよくパン(乳) (チョコクリーム(乳))	とりにくのガーリックやき	かぼちゃのサラダ アルファベットマカロニスープ	鶏肉 ※白いんげん豆	※牛乳	かぼちゃ にんじん	きゅうり キャベツ エリンギ	※食パン ※上新粉 ※ABCマカロニ ※チョコクリーム	※なたね油 ※ノンエッグマヨネーズ
 20木	ハヤシライス (むぎごはん・ハヤシチュー(乳))	きなこタフィ	イタリアンサラダ	豚肉 ※大豆水煮(幼) 大豆(小中) ※きな粉	※牛乳 ※チーズ	にんじん ※トマトピューレー ほうれんそう	たまねぎ しょうが にんにく レタス 冷凍コーン	米 麦 じゃがいも ※小麦粉 ※上白糖	※なたね油 ※有塩バター ※イタリアンドレ
 21金	さつまいもごはん	あゆのかりかりあげ	たじみブロッコリーのおかかあえ かきたまじる ぶどうゼリー(中)	※あゆ ※かつお削り節 鶏肉 ※冷凍液卵 ※フレーク節	※牛乳	ブロッコリー チンゲンサイ	しょうが もやし はくさい たまねぎ えのきたけ	米 麦 さつまいも ※でん粉 ※上新粉 ※上白糖 ※ぶどうゼリー(中)	※なたね油
 25火	ゆかりごはん	わかさぎのなんばんづけ	はんぺんとかいこんのにも おひたし	※わかさぎ 豚肉 ※小玉はんぺん ※フレーク節	※牛乳	にんじん 冷凍さやいんげん こまつな	しょうが たまねぎ だいこん はくさい	米 麦 ※でん粉 ※上新粉 ※上白糖 ※つきこんにやく	※なたね油
26水	ソフトめんミートソース (ソフトめん・ミートソース(乳))	ウィンナーのてつぱんやき	だいこんサラダ	豚肉 ※ウィンナー	※牛乳 ※チーズ	にんじん ピーマン ※トマトピューレー ※カットトマト みずな	たまねぎ しょうが にんにく だいこん 冷凍コーン	※ソフトめん ※小麦粉 ※上白糖	※なたね油 ※有塩バター ※柑橘ドレ
27木	むぎごはん	ぶたにくとれんこんの ブルコギふう	パンサンスー ちゅうかスープ かき(中)	豚肉 ※冷凍角切り豆腐 ※あさり 冷凍	※牛乳	にら チンゲンサイ	にんにく れんこん きゅうり はくさい 根深ねぎ ※柿(中)	※麦ごはん ※上白糖 ※春雨	※なたね油 ※ごま油 ※白ごま
 28金	たじっこごはん	さんまのしおやき	きんぴらごぼう さつまいものみそしる かき(幼小)	※さんま 鶏肉 ※ミニ厚揚げ ※赤みそ	※牛乳 わかめ ※煮干し	にんじん	だいこん ごぼう たまねぎ ※柿(幼小)	米 ※上白糖 ※糸こんにやく さつまいも	※なたね油

この献立表には調味料等記載されていないものがあります。アレルギーの確認は、「献立および材料表」と「原材料明細」を使用してください。

幼稚園、小・中学校のお休みは園、学校の行事予定をご確認ください。

≪2025年11月分 学校給食 献立及び材料表≫				(中学校) 昭和調理場 北栄北陵調理場 笠原中学校				(単位:グラム)											
日	11月4日 火		11月5日 水		11月6日 木		11月7日 金		11月10日 月		11月11日 火		11月12日 水		11月13日 木		11月14日 金		
献立及び材料 (中学校)	むぎごはん		くろコッペパン(乳)		むぎごはん		もちげんまいごはん		むぎごはん		しょくパン(乳)		はつがげんまいごはん		トマトピラフ		こがたコッペパン(乳)		
	米	99	※黒コッペパン	85	※麦ごはん	110	米	99	※麦ごはん	110	※食パン	85	米	99	米	86.9	※小型コッペパン	55	
	麦	11	牛乳		牛乳		もち玄米	11	牛乳		牛乳		発芽玄米	11	麦	12.7	牛乳		
	牛乳		※牛乳	206	※牛乳	206	牛乳		※牛乳	206	※牛乳	206	牛乳		※酒	1.2	※牛乳	206	
	※牛乳	206	レンズまめのチーズやき(乳)		あきのかそぼろごはんのぐ		※牛乳	206	あげどうふのにくあんかけ		ぶたにくのつがマスタードやき		※牛乳	206	※ドライミックストマトピラフ	6.6	やきそば		
	とりにくごぼうのあげがらめ		じゃがいも	24	※さけ	36	すぶた		※揚げ出し豆腐 小	90	豚肉	65	ちくわのもみじあげ		※洋風スープの素	0.12	※中華めん	86.4	
	鶏肉	39	※マッシュルーム水煮	3.6	しょうが	0.39	豚肉	45.5	※なたね油	8	塩コショウ	0.26	※焼き竹輪	25	※トマトピューレー	0.12	塩コショウ	0.12	
	塩コショウ	0.13	冷凍コーン	7.2	※酒	2.6	しょうが	1.3	たれべつづけ		※白ワイン	2.6	にんじん	6	牛乳		※なたね油	0.24	
	※酒	2.34	※フランクフルト	18	※食塩	0.13	※しょうゆ	0.78	豚肉	15.6	※マヨネーズ(卵不使用)	1.56	※青のり粉	0.12	※牛乳	206	たまねぎ	48	
	※でん粉	2.6	※牛乳	33.6	※しょうゆ	0.65	※酒	1.56	ピーマン	3.6	しょうが	0.39	※小麦粉	8.4	オムレツ		キャベツ	48	
	※上新粉	1.3	※蒸しレンズ豆	24	※なたね油	1.2	※でん粉	5.2	※しょうゆ	1.8	にんにく	0.65	※なたね油	3.6	※オムレツ	60	にんじん	12	
	ごぼう	26	※マヨネーズ(卵不使用)	3.36	※粒状大豆	3.6	じゃがいも	32.5	※液体かつおだし	0.24	※粒入リマスタード	0.65	ひじきのいために		※なたね油	1.2	豚肉	30	
	※上新粉	1.56	※チーズ	8.4	まいたけ	6	※なたね油	7.8	※みりん	1.2	※なたね油	1.3	※ひじき	2.04	ブロッコリーのソテー		ピーマン	3.6	
	※なたね油	6.5	塩コショウ	0.12	※冷凍えだまめ	6	ピーマン	3.9	※上白糖	0.6	ごんにやくサラダ		※たけのこ水煮	12	ブロッコリー	24	※半月スライスちくわ	9.6	
	※上白糖	2.6	※なたね油	0.48	※なたね油	1.3	たまねぎ	19.5	※でん粉	0.36	※パスタごんにやく	30	冷凍さやいんげん	6	キャベツ	18	※紅しょうが	2.4	
	※しょうゆ	1.95	アルミカップ	1	※しょうゆ	3.25	※なたね油	0.26	水	12	にんじん	12	※油揚げ	15	冷凍コーン	12	※青のり粉	0.24	
	※みりん	1.04	シーザーサラダ		※酒	1.3	※上白糖	1.95	すのもの		きゅうり	12	※しょうゆ	1.8	※しょうゆ	0.24	※洋風スープの素	0.96	
	水	3.9	ごぼう	24	※みりん	1.3	※しょうゆ	3.12	だいこん	24	※玉ねぎドレ	4.8	※みりん	1.2	※鶏ガラスープ	0.24	※ウスターソース	7.44	
	にびたし		レタス	30	※上白糖	1.2	※酢	1.56	キャベツ	24	パンブキンスープ(乳)		※上白糖	0.6	塩コショウ	0.12	※しょうゆ	1.44	
	はくさい	12	※シーザードレ	4.8	水	6.5	塩コショウ	0.07	わかめ	0.36	たまねぎ	60	※なたね油	0.36	※なたね油	0.6	※かき油	0.24	
	こまつな	24	たじみトマトのスープ		ごまあえ		※鶏ガラスープ	0.39	※酢	1.8	かぼちゃ	24	すましじる		ミートボールのポトフ		※なたね油	1.2	
	にんじん	12	トマト	24	キャベツ	30	水	15.6	※上白糖	0.96	かぼちゃペースト	48	鶏肉	20	※ミートボール	55	塩コショウ	0.06	
	※オイルツナ	6	姫町のトマトジュース	30	きゅうり	12	ちゅうかサラダ		※しょうゆ	1.2	乾燥パセリ	0.02	ごぼう	12	はくさい	30	さかなのびりからあげ		
	※液体かつおだし	0.36	たまねぎ	48	冷凍コーン	12	だいこん	24	なめこのみそしる		※チーズ	2.4	だいこん	30	じゃがいも	24	※ホキ	58.5	
	※しょうゆ	1.2	鶏肉	12	※白ごま	0.6	にんじん	12	里芋	30	※牛乳	36	こまつな	12	たまねぎ	24	※酒	2.6	
	※上白糖	0.36	乾燥パセリ	0.02	※白すりごま	1.2	きゅうり	12	なめこ	18	※有塩バター	4.8	※フレーク節	2.4	※ひよこ豆	12	しょうが	0.65	
	※みりん	0.6	※コンソメ	0.96	※上白糖	0.36	※棒々鶏ドレ	4.8	はくさい	24	※小麦粉	4.8	※みりん	0.36	※コンソメ	0.96	※しょうゆ	0.65	
	たぬきじる		※しょうゆ	0.24	※みりん	1.2	ワカメスープ		根深ねぎ	12	※洋風スープの素	1.44	※しょうゆ	0.6	塩コショウ	0.24	※コチジャン	0.26	
	だいこん	18	塩コショウ	0.12	※しょうゆ	1.8	鶏肉	18	※煮干し	2.4	塩コショウ	0.18	※白しょうゆ	3	※しょうゆ	0.6	※豆板醤	0.01	
	※油揚げ	9.6	※オリーブ油	0.6	しろみそしる		チンゲンサイ	12	※赤みそ	4.8	ロリエ	0.02	※食塩	0.12	ロリエ	0.02	塩コショウ	0.13	
	※冷凍角切り豆腐	24	にんにく	0.24	はくさい	24	もやし	18	※白みそ	4.8	※なたね油	0.6	水	132	水	60	※上新粉	2.6	
	※板ごんにやく	12	※上白糖	0.24	かぼちゃ	24	※たけのこ水煮	12	水	132	水	36	なっとう		※なたね油	0.6	※でん粉	2.6	
	根深ねぎ	12	水	132	だいこん	12	わかめ	0.6					※納豆	30	いっしょくケチャップ		※なたね油	6.5	
	しょうが	0.48			根深ねぎ	12	※しょうゆ	2.4							※一食用ケチャップ	8	チンゲンサイのサラダ		
	※なたね油	0.24			※白みそ	9.6	※中華スープの素	0.96									チンゲンサイ	26.4	
	※フレーク節	2.4			※煮干し	2.4	塩コショウ	0.12									もやし	30	
	※白しょうゆ	2.4			水	132	水	132									※中華ドレ	4.8	
	※しょうゆ	1.2			ミルクプリンたまごいり(乳)(中)														
	※食塩	0.12			※ミルクプリン卵入り(中)	80													
	水	132																	
		エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分
	中学校	761	1.5	818	3.0	833	2.7	763	2.2	751	1.9	825	3.1	751	2.2	759	3.3	770	3.9

日	11月17日月	11月18日火	11月19日水	11月20日木	11月21日金	11月25日火	11月26日水	11月27日木	11月28日金	
献立 及 び 材 料 (中学校)	むぎごはん	もちげんまいごはん	しょくパン(乳)	むぎごはん	さつまいもごはん	ゆかりごはん	ソフトめん	むぎごはん	たじっこごはん	
	※麦ごはん 110	米 99	※食パン 85	米 99	米 90	米 99	※ソフトめん 125	※麦ごはん 110	米 109.8	
	牛乳	もち玄米 11	牛乳	麦 11	麦 10	麦 11	牛乳	牛乳	牛乳	
	※牛乳 206	牛乳	※牛乳 206	牛乳	さつまいも 31.7	※酒 1.22	※牛乳 206	※牛乳 206	※牛乳 206	
	あつあげのごまだれかけ	※牛乳 206	とりにくのガーリックやき	※牛乳 206	※酒 1.22	※食塩 0.36	ミートソース(乳)	ぶたにくとれんこんのブルコギふう	さんまのしおやき	
	※冷凍厚揚げ 65	ぶたにくのくわやき	鶏肉 71.5	ハヤシシチュー(乳)	※食塩 0.36	※ゆかり粉 0.92	豚肉 24	豚肉 50	※さんま 50	
	※なたね油 1.3	豚肉 65	ガーリックパウダー 0.03	豚肉 26.4	くちなしの実 0.06	牛乳	オールスパイス 0.02	※酒 2.6	※食塩 0.12	
	※しょうゆ 1.56	※しょうゆ 0.65	※食塩 0.26	塩コショウ 0.24	牛乳	※牛乳 206	クローブ 0.02	※しょうゆ 1.2	※しょうゆ 0.36	
	※みりん 1.3	※酒 2.6	黒こしょう 0.01	じゃがいも 36	※牛乳 206	わかさぎのなんばんづけ	ナツメグ 0.02	塩コショウ 0.13	※なたね油 0.6	
	※上白糖 0.65	しょうが 0.39	※白ワイン 2.6	たまねぎ 60	あゆのかりかりあげ	※わかさぎ 52	ロリエ 0.01	にんにく 0.36	たれべつづけ	
	※白ごま 1.3	※なたね油 1.3	※しょうゆ 0.65	にんじん 24	※あゆ 60	しょうが 0.65	にんじん 24	※なたね油 1.3	だいこん 24	
	※白すりごま 1.3	※しょうゆ 2.6	※上新粉 0.65	しょうが 1.2	しょうが 1.2	※酒 2.6	たまねぎ 72	にんにく 0.24	※しょうゆ 1.2	
	※でん粉 0.26	※みりん 1.3	※なたね油 0.65	にんにく 0.6	※しょうゆ 1	※しょうゆ 0.65	ピーマン 6	れんこん 16.5	※みりん 1.2	
	水 13	※上白糖 1.04	かぼちゃのサラダ	※なたね油 0.6	※酒 2.4	※でん粉 3.9	しょうが 1.2	にら 3.6	※酢 0.36	
	たくあんのかおりあえ	※でん粉 0.39	かぼちゃ 42	※小麦粉 5.4	※食塩 0.12	※上新粉 2.6	にんにく 0.6	※コチジャン 1.2	※上白糖 0.12	
	県産切干大根 1.8	水 6.5	きゅうり 18	※有塩バター 5.4	※でん粉 2.4	※なたね油 5.2	※なたね油 0.6	※しょうゆ 2.4	きんぴらごぼう	
	※たくあん 8.4	うまに	※ノンエッグマヨネーズ 4.8	※ウスターソース 4.8	※上新粉 2.4	たまねぎ 13	※小麦粉 5.4	※上白糖 0.6	鶏肉 8	
	キャベツ 24	れんこん 24	アルファベットマカロニスープ	※しょうゆ 3.6	※なたね油 6	にんじん 3.9	※有塩バター 5.4	※なたね油 0.6	にんじん 12	
	にんじん 12	ごぼう 24	※白いんげん豆 9.6	※チーズ 3.6	たじみブロッコリーのおかかあえ	※酢 3.25	※洋風スープの素 1.2	パンサンズー	ごぼう 24	
	※かおり粉 0.36	冷凍さやいんげん 3.6	※ABCマカロニ 3	※牛乳 12	ブロッコリー 24	※しょうゆ 1.95	※ケチャップ 14.4	きゅうり 18	※糸ごんにやく 6	
	※食塩 0.06	にんじん 12	キャベツ 30	クローブ 0.02	もやし 12	※上白糖 1.95	※マトビュレー 14.4	チンゲンサイ 18	※なたね油 1.2	
	ぶたじる	しょうが 0.36	エリンギ 12	オールスパイス 0.02	はくさい 18	※みりん 0.6	※カットマト 1.3	※春雨 6	※しょうゆ 1.8	
	豚肉 18	※なたね油 0.6	にんじん 12	※トマトビュレー 0.12	※みりん 0.6	一味唐辛子 0.01	※ウスターソース 6	※酢 2.4	※酒 1.2	
	里芋 18	※しょうゆ 1.8	※なたね油 0.6	※ケチャップ 12	※上白糖 0.36	※でん粉 0.24	※しょうゆ 0.6	※しょうゆ 1.2	※みりん 1.2	
	はくさい 18	※上白糖 0.96	※しょうゆ 1.2	※赤ワイン 0.6	※しょうゆ 1.8	水 3.9	※チーズ 3.6	※上白糖 1.2	※上白糖 0.36	
	ごぼう 18	※液体かつおだし 0.36	※コンソメ 0.96	※洋風スープの素 1.2	※かつお削り節 0.36	はんぺんとだいこんのもの	塩コショウ 0.24	※ごま油 0.48	さつまいものみそしる	
	※板ごんにやく 6	※みりん 0.96	塩コショウ 0.24	※上白糖 0.6	かきたまじる	豚肉 40	※上白糖 0.12	※白ごま 1.2	たまねぎ 24	
	根深ねぎ 6	水 36	132	ロリエ 0.02	鶏肉 12	※小玉はんぺん 40	水 96	ちゅうかスープ	さつまいも 24	
	※赤みそ 9.6	きふいっばいじる	チョコクリーム(乳)	タイム 0.01	たまねぎ 24	だいこん 55	ウィンナーのてっばんやき	※冷凍角切り豆腐 30	わかめ 0.36	
	※煮干し 2.4	※糸かまぼこ 12	※チョコクリーム 15	水 84	※冷凍液卵 24	※つきごんにやく 30	※ウィンナー 27	はくさい 30	※ミニ厚揚げ 18	
	水 132	トマト 30		イタリアンサラダ	えのきたけ 12	冷凍さやいんげん 6	※なたね油 0.2	※あさり 冷凍	※煮干し 2.4	
	ヨーグルト(乳)	だいこん 18		レタス 24	チンゲンサイ 12	※しょうゆ 5.4	だいこんサラダ	根深ねぎ 6	※赤みそ 9.6	
	※ヨーグルト 65	たまねぎ 12		ほうれんそう 24	※しょうゆ 1.8	※みりん 1.2	みずな 18	※しょうゆ 2.4	水 132	
		※だしこんぶ 2.4		冷凍コーン 12	※淡口しょうゆ 2.4	※上白糖 0.96	だいこん 30	※中華スープの素 1.2		
		※しょうゆ 0.6		※イタリアンドレ 4.8	※フレーク節 2.4	※フレーク節 1.2	冷凍コーン 12	塩コショウ 0.12		
		※白しょうゆ 3		きなこタフィ	※食塩 0.12	※酒 2.4	※柑橘ドレ 6	水 132		
		※食塩 0.12		大豆 14.4	※でん粉 0.24	水 48		かき(中)		
		水 132		※なたね油 1.2	水 132	おひたし		※柿 40		
		みかん		※上白糖 3.6	ぶどうゼリー(中)	はくさい 30				
		※みかん 80		※きな粉 1.44	※ぶどうゼリー 60	こまつな 24				
				※食塩 0.06		※上白糖 0.6				
				水 1.8		※みりん 1.2				
						※しょうゆ 1.8				
						※液体かつおだし 0.36				
	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分
	806 2.2	763 2.0	800 3.1	833 2.5	804 2.4	793 3.6	832 2.5	752 2.4	801 2.2	

*エネルギーの単位はKcalです。 *食材の分量は、中学校の分量になっています。
*塩分の単位はgです。 *入荷都合等により、献立もしくは材料を変更する場合がありますので、ご了承下さい。
*ドレッシングの表記は〇〇ドレになっています。