日	10月1日(水)		10月2日(木)		10月3日(金)		10月6日(月)		10月7日(火)		10月8日(水)		
献立名	コッペパン 白菜のクリーム煮 鶏肉のマーマレード焼き グリーンサラダ サウザンドレッシング 飲むヨーグルト(ブルーベリ・		ご飯 牛乳 中華わかめスープ 焼肉カルビ風メンチカツ ビーフン炒め		ご飯(彩のきずな) 牛乳 かみなり汁 鯖の塩焼き 根菜のサラダ ソイドレッシング		ご飯 牛乳 お月見団子汁 五目玉子焼き 白玉フルーツポンチ		麦ご飯 牛乳 きのこカレー 野菜ソテー		ご飯 牛乳 豚汁 あじフライ 白菜の和え物 和風ドレッシング		
		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)	
	コッペパン	50	米 強化米	75 0.25	*	75	米 強化米	75 0.25	* * * * * * * * * * * * * * * * * * *	68 7	米 強化米	75 0.25	
	はくさい 豚肉	40 30	牛乳	206	牛乳 ————————————————————————————————————	206	牛乳	206	強化米	0.25	<u></u> 牛乳	206	
	たまねぎ にんじん	35 20	 鶏肉	15	豆腐 ごぼう	30 10	鶏肉団子	20	牛乳	206	豚肉	15	
	しめじ とうもろこし	5 10	わかめ なると	0.8	にんじん さといも	15 15	鶏肉 だいこん	10 15	鶏肉 たまねぎ	30 40	じゃがいも だいこん	15 15	
	米油	0.5	」 なると 】 ねぎ	8	チンゲンサイ	10	にんじん	10	にんじん	15	にんじん	8	
++	バタ―	0.5	だいこん	20	油揚げ	3	こまつな	10	じゃがいも	25	ごぼう	8	
材料	ベシャメルソース	11	たけのこ	10	ごま油	1 -	ねぎ	10	しめじ	15	こんにゃく	10	
名	牛乳 生クリ—ム	55 5	■ 薄口しょうゆ ■ 塩	0.18	白みそ 赤みそ	5 4	まいたけ かつお厚削り	5 3	エリンギ えのきたけ	5 10	ねぎ 豆腐	5 15	
	生ソリ ーム 塩	0.25	■ 塩 ■ 中華ス一プ	0.18	かめて和風だし	0.5	滞口しょうゆ	5 5	しょうが	0.5	・ 立腐 和風だし	0.5	
及び	こしょう	0.02	ごま	1.5	水	130	に 塩	0.3	にんにく	0.5	白みそ	9	
	コンソメ	0.5	ごま油	1	出来上がり量	200	みりん風調味料	1	カレールウ甘口	12	水	120	
分	水	30	水	120			水	140	カレールウ中辛口	3	出来上がり量	200	
量	出来上がり量	200	出来上がり量	200	塩さば	50	出来上がり量	200	カレ―粉	0.05	L10 /		
	河内	40	焼肉カルビ風メンチカツ	F0	米油	0.5	 五目玉子焼き	F0	米油 鶏レバー	1	あじフライ	50	
	鶏肉 米油	40 0.4		50 5	れんこん	15	五日本十焼さ	50	≒レハー 脱脂粉乳	2 2	米油	5	
	マーマレード	4	水 加	ľ	にんじん	10	 白玉団子	20	トマトケチャップ	2	はくさい	55	
分の	濃口しょうゆ	3.2	ビ―フン	7	だいこん	15	 白玉団子(赤)	10	ウスターソース	2	きゅうり	10	
の	白ワイン	1.44	豚肉	10	きゅうり	15	カクテルゼリー	20	水	75	にんじん	10	
クラ	砂糖	0.96		10	出来上がり量	38	パインアップル	20	出来上がり量	210	出来上がり量	40	
,	でん粉	0.4	たまねぎ	15	11/15 1 S & F	0.05	黄桃	20	± , ~	00	10 R 10 > 10	0.05	
数	水	3.2	ピーマン しめじ	5 8	ソイドレッシング	6.25	出来上がり量	97	キャベツ にんじん	20 8	和風ドレッシング	6.25	
双	キャベツ	35	中華スープ	0.13					ピーマン	3			
	きゅうり	10	塩	0.04					とうもろこし	10			
	もやし	15	こしょう	0.01					ハム	10			
	出来上がり量	30	薄口しょうゆ	1.4					バタ—	0.5			
	44-5-45×1"1>.ハ.ガ	0.05	オイスターソース	0.5					コンソメ	0.15			
	サウザンドレッシング	6.25	料理酒 ごま油	1.5					塩 こしょう	0.1 0.01			
	飲むヨーグルト	125	米油	1.3					出来上がり量	33			
	(ブルーベリー味)		出来上がり量	48									

松伏町学校給食センター ほほえみ 小学校

日	10月9日(木) 10月10日(金)				10月14日(火)	10月15日(水)	10月16日(木)		10月17日(金)			
献立名	中華麺 牛乳 麻婆ラーメン お茶蒸しパン もやしとメンマの炒め物		バターライス 牛乳 コーンポタージュ ささみのレモンソース 海藻サラダ イタリアンドレッシング		ご飯 牛乳 肉じゃが しゅうまい2個 煮びたし		麦ご飯 牛乳 中華井 フルーツ杏仁ミックスゼリー	-	揚げパン(きな粉) 牛乳 ミネストローネ 焼きフランク コーンサラダ コールスロードレッシング		ご飯(彩のきずな) 牛乳 沢煮椀 豚肉のきのこソース たくあんとキャベツの和え物	勿
材料名及び分量(一人分のグラム数)	中 牛 冷豚にねたにししに赤濃マ塩こ豆豚でご米水出 蒸水米甘お工 もチメに薄料こご出華 乳 凍肉んぎけらいょんみロー し板とんま油 来 し 油納茶ン やンンんロ理しま来	(g) 80 206 30 15 10 8 10 5 1 0.5 0.5 0.1 0.03 0.2 10 3 1 0.5 90 210 20 13 0.5 5 0.1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	米強バコ塩パ 牛 うとた米脱ポ牛生塩こパ水出 鶏で米レ濃砂水 海キきに出 イ	(g) 75 0.25 1.25 0.42 0.6 0.1 206 20 15 25 0.5 2 12 35 5 0.1 0.01 0.05 100 200 40 5 4 2 2 0.7 2 0.6 25 10 7 35 6.25	米強 牛 豚じじにたこささ濃砂み料和米水出 し は小に油み濃和水出 化 乳 肉ががじねにいまし	(g) 75 0.25 206 25 45 30 20 10 10 9 3.5 1 1 40 205 36 35 10 10 3 0.3 2.5 0.2 5 45	米麦強 牛 豚し米いなたにチはたうき中才薄塩砂料こごで水出 3 黄出化 乳 肉う油かるまんンくけずく華イロ 糖理しまん 来 色桃来 が どれじがいこ卵げータよ 酒う油粉 上 ゼ 上 イ ー リー リ	(g) 68 7 0.25 206 25 0.6 1 20 12 35 20 12 45 10 0.5 0.8 1 3 0.5 0.25 1.2 0.01 1.2 4.5 40 215 50 20 10 10 10 10 10 10 10 10 10 1	コ米き砂ビエ魔 牛 鶏たにセかかシマに米コト粉べ塩こ水出 フ米 とキき出 コツ油な糖ニン法 乳 肉まんロぶぶェッん油ンマチー し 来 ラ油 うャゆ来 ールスシ 袋手ー デー ガー ガー カー・ボール カー・ボー・	(g) 60 6 8 6 1 1 1 206 8 20 10 5 5 5 5 0.4 1 1 18 1.2 0.03 0.8 0.01 120 200 30 0.3 15 35 10 48 48 48 48 48 48 48 48 48 48	米 牛 鶏にねご絹豆和料薄塩水出 豚米たなえ濃み料 たキきご出り 内心ぎぼさ腐風理口 来 肉油まめの口り理 くヤゆま来ん うん えんしう がい きがいたよ風酒 んツリーがら とどう かんがく がい 煮けゆ味 りょう かんしょう がい きょう かん かん から ままれる から しょう から	(g) 75 206 15 10 8 5 5 20 0.6 1 3 0.4 140 195 5 5 15 3 2.5 1 1.5

松伏町学校給食センター ほほえみ 小学校

日	10月20日(月)		10月21日(火)		10月22日(水)		10月23日(木)		10月24日(金)		10月27日(月)	
献立	子どもパン 米粉パン(4年) 牛乳 パンプキンポタージュ ミニハンバーグトマトソース ブロッコリーのソテー		麦ご飯 牛乳 ポークカレー ひじきとキャベツのサラダ 青じそドレッシング		ご飯 牛乳 きのこのみそ汁 ししゃも南蛮漬け3年〜2本 切干大根の煮物		地粉うどん 牛乳 かき玉うどん 豆腐ナゲット2個 和風和え 和風ドレッシング		ご飯 牛乳 トックスープ 餃子2個 生揚げの回鍋肉		ご飯 牛乳 中華団子スープ 鶏肉のチリソース オレンジ	
材料名及	子供パン 米粉パン(4年) 牛乳 かぼちゃ たまねぎ 米油 パセリ 牛乳 ポタージュベース 生クリーム	(g) 40 80 206 50 20 1 0.05 55 15 5 0.1	米 麦 強化米 牛乳 豚肉 じゃがいも たまんじん グリンピース 脱脂粉乳 トマトケチャップ	(g) 68 7 0.25 206 30 40 25 3 2	米 強化米 牛乳 えのきたけ しいさし しいたけ なの 豆 まっ こ まっ み そ 、 み み よ み り よ り よ っ よ っ よ っ よ っ よ っ よ っ よ っ よ っ よ	(g) 75 0.25 206 10 5 1 10 30 10 4 5	地粉うどん 牛乳 卵 鶏肉 にんぎ こま風だし ねこだ な 和 口 しょうゆ 塩 みりん 風調味料	(g) 80 206 20 10 10 15 10 0.6 9 0.6 4	米 強化米 牛乳 トック 鶏 お お じん だいこん にら にら しょうゆ 中華スープ	(g) 75 0.25 206 20 10 5 10 20 5 3.5 0.7	米 強化米 牛乳 肉だんご はるさし にんしどか もいたけ でん粉 濃口しょうゆ	(g) 75 0.25 206 20 3 20 15 15 0.5 1.5 3
び分量(一人	出来上がり量 ミニハンバーグ 米油 トマト トマトケチャップ たまねぎ	70 200 40 0.4 6 5.25 5 0.08	ウスターソース カレ―ルウ甘口 カレ―粉 にんにく 鶏レバー 米油 水 出来上がり量	2 12 3 0.05 0.3 2 1 90 215	和風だし 水 出来上がり量 ししゃもでん粉付き 米油 濃口しょうゆ 砂糖 穀物酢	0.5 120 200 40 4 6 4.8 6.24	でん粉 水 出来上がり量 豆腐ナゲット 米油 だいこん キャベツ	4 140 200 40 4 20 15	塩 こしょう ごま油 水 ごま 出来上がり量 餃子 米油	0.5 0.01 1 125 0.7 190 34 0.34	中華ス一プ 塩 こしょう 米油 ごま油 水 出来上がり量	0.7 0.3 0.01 0.5 0.5 130 195
分のグラム数)	オリーブオイル 砂糖 赤ワイン 水 ブロッコリー キャベツ ショルダーベーコン オリーブオイル コンソメ	0.08 0.38 0.19 0.15 3.75 30 10 5 0.3 0.05 0.15	干しひじき キャベツ	1 25 10 10 36 6.25	************************************	0.24 0.36 3.6 0.26 0.26 1.2 6 8 3 0.5 0.7	きゅうり にんじん	15 5 35 6.25	不	15 25 25 10 5 0.1 1 0.5 2 0.5	機米 ねという にない はいます はいまかい にく トマトピュラ かい はい できない はい できない はい できない かい できない かい	0.5 12 0.8 0.8 4 3 1.5 0.8 1.2 0.07
	こしょう	0.01 0.01 43			料理酒 みりん風調味料 濃口しょうゆ 和風だし 水 出来上がり量	0.7 0.8 0.8 3 0.25 20 43			デェス こしょう でん粉 水 米油 ごま油 出来上がり量	0.01 0.8 0.8 1 0.2 73	米油 でん粉 水 出来上がり量 オレンジ	0.5 0.5 0.5 0.5 87.7

日	10月28日(火)		10月29日(水)		10月30日(木)		10月31日(金)								
	ご飯		ご飯		麦ご飯		ご飯								
土上	牛乳		牛乳		牛乳		牛乳								
献	吉野煮		みそキムチスープ		小江戸カレー		すき焼き風煮								
立	いかの香味焼き		春巻		野菜ソテー		かぼちゃコロッケ								
名	ごぼうサラダ		バンサンスー		クレープセレクト		もやしの和風和え								
	ごまクリーミードレッシング		棒棒鶏ドレッシング				青じそドレッシング								
		(g)		(g)		(g)		(g)			(g)			(g)
	米	75	•	75	米	68	米	75							
	強化米	0.25	強化米 0	0.25	麦 ************************************	7	強化米	0.25							
	<u></u> 牛乳	206	<u></u> 牛乳 2	206	強化米	0.25	牛乳	206							
	T-7L	200	T + 40	200	牛乳	206	+ -	200							
	豆腐	50	豚肉	10	1 15	200	豚 肉	30							
	鶏肉	20		10	鶏肉	35	焼き豆腐	45							
	じゃがいも	15	にんじん	8	さつまいも	20	はくさい	45							
	じゃがいも	20	ねぎ	8	たまねぎ	40	ねぎ	25							
材	だいこん	25	にら	8	にんじん	15	しめじ	20							
小小	にんじん	20		0.5	ほうれんそう	15	にんじん	15							
料	たまねぎ	25		15	脱脂粉乳	2	こんにゃく	20							
名	さやいんげん 米油	5 1	キムチ 白みそ	8 4	トマトケチャップ ウスターソース	2 2	濃口しょうゆ 砂糖	9 4							
及	^{木田}	2.5	赤みそ	4	カレールウ甘口	2 12	料理酒	1							
び	薄口しょうゆ	8	中華スープ	1	カレールウロコ	3	みりん風調味料	1.5							
分 量	料理酒	1.5		120		0.1	水	15							
量	でん粉	2		200	しょうが	0.5	出来上がり量	220							
$\overline{}$	和風だし	0.2			にんにく	0.5									
-	水	50	-	35	米油	1	かぼちゃコロッケ	50							
人	出来上がり量	220	米油	3.5	水	100	米油	5							
分	1.1.	40	11714	4.5	出来上がり量	215	4 14 1	0.5							
の	いか 米油	40 0.4		4.5 15	キャベツ	30	もやし きゅうり	35 10							
グ	しょうが	0.4	にんじん	5	にんじん	10	にんじん	10							
ラ	にんにく	0.4		10	ピーマン	3	出来上がり量	35							
ム	ねぎ	6		0.5	ハム	10	四八二八 / 三								
数	米油	0.4		48	バタ—	0.5	青じそドレッシング	6.25							
	赤みそ	3.5			コンソメ	0.15									
	濃口しょうゆ	1	棒々鶏ドレッシング 6	6.25	塩	0.1									
	みりん風調味料	1.5			こしょう	0.01	√ ★30日のクレープ・	セレクト	· *						
	水	2.2			出来上がり量	33	/ *************************************								
	ごぼう	16			クレープセレクト	35∠	・いちごクレープ 3	5g							
	にんじん	16 8			フレーノゼレフト	აე∠_	・ヨーグルト風クレー	_	g						
	きゅうり	o 12							-						
	もやし	8					2種類の中から事前	前に希望	望を						
	出来上がり量	30					とっています。								
	ごまクリーミードレッシング	6.25													