日	10月1日(水)	十十次	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250ml 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250ml 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250ml 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250ml きのこカレー 竹輪の磯辺揚げ2個 野菜ソテー		ご飯 牛乳250ml 豚汁 あじフライ 白菜の和え物 和風ドレッシング	
		-) (g) 80 48 36 42 24 6 12 0.6 0.3 0.02 0.6 36 240 50 0.5 5 4 1.8 1.2 0.5 4 42 12 18 36 7.5 125	ビー 米強 牛 鶏わなねだた薄塩中ごご水出 焼米 ビ豚もたピし中塩こ薄オ料ご米出力 化 乳 肉かるぎいけ口 華まま 来 肉油 一肉やま一め華 しロイ理ま油来炒 パー かんこう プログラー がい アー・シー・シー・シー・シー・シー・シー・シー・シー・シー・シー・シー・シー・シー	(g) 100 0.3 258 18 1 12 9.6 24 12 4.8 0.18 0.84 1.8 1.2 144 240 50 5 8.4 12 12 18 6 9.6 0.15 0.05 0.02 1.68 0.6 1.2 1.8 1.2 53		(g) 100 258 36 12 18 18 12 3.6 1.2 6 4.8 0.6 156 240 60 0.6 18 12 18 18 45.6 7.5	米強牛鶏鶏だにこねまか塩み水出五白白カカ米4鶏肉肉いんまぎいつ口 たおしん がりり がりり は がり がり がり が ・ 	(g) 100 0.3 258 24 12 18 12 12 6 3.6 6 0.36 1.2 168 240 62.5 24 118	野 米麦強 牛 鶏たにじしエえしにカカカ米鶏脱トウ水出 ち天あ水米 キにピとハバコソー 化 乳 肉まんゃめりのょんレレレル油レ脂マス 来 くぷお 油 べんーうムタンテー 米 ぎんい ギたがくルル粉 一乳チソ が 粉り ツんンこーメーロ サー ツカン 量 ロ辛 プス 量 ロネーリス	(g) 90 10 0.3 258 36 48 18 30 18 6 12 0.6 0.6 10 8 0.1 1.2 2.4 2.4 2.4 2.4 2.4 2.4 2.5 3 10 0.08 12.5 3 24 9.6 3.6 12 12 0.6 0.18		(g) 100 0.3 258 18 18 18 9.6 9.6 12 6 18 0.6 10.8 144 240 60 6 55 12 12 48 7.5
									塩 こしょう 出来上がり量	0.12 0.02 40		

松伏町学校給食センター ほほえみ 中学校

中華麺 +乳250ml 献 cxx= -/2		バターライス									
☆ 麻婆ラーメン しゅうまい3個 もやしとメンマの炒め!	物	牛乳250ml 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250ml 肉じゃが 豆腐ナゲット2個 煮びたし		麦ご飯 牛乳250ml 中華丼 にらまんじゅう フルーツ杏仁ミックスゼリー	-	揚げパン(きな粉) 牛乳250ml 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250ml 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
	(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)
中華麺	100	米 強化米	100	米 強化米	100	*************************************	90 10	コッペパン 米油	70 7	*	100
牛乳	258	」 強化不 バタ— コンソメ	0.3 1.5 0.5	強心本 	0.3 258	強化米	0.3	- ↑/A きな粉 砂糖	9.6 7.2	牛乳	258
│	36	■ コンノグ 塩 塩	0.5	十孔	200	 牛乳	258	」 ^{砂帽} ビニール袋	7.Z 1		18
豚肉	18	パセリ	0.12	豚肉	30	1 70	200	エンボス手袋	1	にんじん	12
にんじん	12			じゃがいも	54	豚肉	30	魔法のシート	1	ねぎ	9.6
ねぎ	9.6	牛乳	258	じゃがいも	36	しょうが	0.72	ட வ	050	ごぼう	6
たけのこ	12 6	 うらごしコーン	24	にんじん たまねぎ	30 36	米油 いか	1.2 24	牛乳	258	絹さやえんどう 豆腐	24
材しいたけ	1.2	とうもろこし	18	こんにゃく	24	なると	14.4	 鶏肉	10	和風だし	0.72
料しようが	0.6	たまねぎ	30	さやいんげん	12	たまねぎ	42	たまねぎ	24	料理酒	1.2
名 にんにく	0.6	米油	0.6	さつまあげ	12	にんじん	24	にんじん	12	薄口しょうゆ	3.6
┃ 及 ┃ 赤みそ	7.2	脱脂粉乳	2.4	濃口しょうゆ	10.8	チンゲンサイ	14.4	セロリ―	6	塩	0.48
びし濃口しょうゆ	6	ポタージュベース	14.4	砂糖	4.2	はくさい	54	かぶ	18 6	水 山並 L 松川를	168
┃	18 0.12	牛乳 生クリ―ム	42 6	みりん風調味料 料理酒	1.2 1.2	たけのこ うずら卵	12 12	かぶの葉 シェルマカロニ	6	出来上がり量	230
量したしょう	0.12	■ エフリーム ■ 塩	0.12	和風だし	1.2	きくらげ	0.6	マッシュルーム	6	豚肉(A)	60
↓ ← ↓ 豆板醤	0.3	こしょう	0.02	米油	1.2	中華ス一プ	0.96	にんにく	0.45	米油	0.6
─	12	パセリ	0.06	水	48	オイスターソース	1.2	米油	1.2	たまねぎ	18
人 でん粉	3.6	水	120	出来上がり量	240	薄口しょうゆ	3.6	コンソメ	1.2	なめこ水煮	3.6
分	1.2	出来上がり量	240	 豆腐ナゲット	40		0.6 0.3	トマト 粉チーズ	21.6 1.44	えのきたけ 濃口しょうゆ	3.6 3
の 米油水	0.6 105	 鶏ささみ肉	50	立腐ノグット 米油	0.4	料理酒	1.44	がテースペープ	0.03	みりん風調味料	1.2
┃ ク ┃ 出来上がり量	250		6	УКЛЩ	0.1	こしょう	0.01	塩	0.96	料理酒	1.8
ラ ^{田木工} / ¹		米油	5	はくさい	42	ごま油	1.44	こしょう	0.02	.,	
ム しゅうまい	54	レモン果汁	2.4	小松菜	12	でん粉	4.8	水	145	たくあん	18
数	- 00	濃口しょうゆ	2.4	にんじん	12	水 고 고	48	出来上がり量	240	キャベツ	36
し し もやし チンゲンサイ	36 12	₩ 砂糖水	0.84	油揚げ みりん風調味料	3.6 0.36	出来上がり量	258	フランクフルト	40	きゅうり ごま	12 1.2
メンマ	12	N	2.4	濃口しょうゆ	3	にらまんじゅう	27	米油	0.4	出来上がり量	50
にんじん	6	海藻MIX	0.72	和風だし	0.24			·			
薄口しょうゆ	1.8	キャベツ	30	水	6	3色ゼリー	60	とうもろこし	18		
料理酒	1.2	きゅうり	12	出来上がり量	55	黄桃	30	キャベツ	42		
│ □ □ こしょう │ □ □ ごま油	0.02	にんじん 出来上がり量	8.4 43			出来上がり量	126	きゅうり 出来上がり量	12 58		
■ 出来上がり量	1.2 50	山木工が9里	43					山木工ルツ里	50		
		イタリアンドレッシング	7.5					コールスロードレッシング	7.5		

日	10月20日(月)	十十次	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)	
献立名	子どもパン 牛乳250ml パンプキンポタージュ 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250ml ポークカレー いかナゲット2個 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250ml きのこのみそ汁 ししゃも南蛮漬け2本 切干大根の煮物		地粉うどん 牛乳250ml かき玉うどん お茶蒸しパン 和風和え 和風ドレッシング		ご飯 牛乳250ml トックスープ 餃子3個 生揚げの回鍋肉		ご飯 牛乳250ml 中華団子スープ 鶏肉のチリソース オレンジ	
		(g)	110 (11)))	(g)		(g)	THE STATE OF THE S	(g)		(g)		(g)
	子供パン	60	米	90	米 34 11 11	100	地粉うどん	100	米 34 4 44	100	米 36 // 41	100
		258	麦 強化米	10 0.3	強化米	0.3	牛乳	258	強化米	0.3	強化米	0.3
	十孔	230	强 化本	0.3	 牛乳	258	╆ ॔ ҍ	230	 牛乳	258	 牛乳	258
	かぼちゃ	60	牛乳	258			卵	24				
	たまねぎ	24	11.5 day	00	えのきたけ	12	鶏肉	12	トック	24	肉だんご	24
	米油 パセリ	1.2 0.06	豚肉 じゃがいも	36 36	しめじ しいたけ	6 1.2	にんじん ねぎ	12 18	鶏肉 ねぎ	12 6	はるさめ もやし	3.6 24
	4乳	66	たまねぎ	48	なめこ	1.2	こまつな	12	にんじん	12	にんじん	18
١.,	ポタージュベース	18	にんじん	30	豆腐	36	和風だし	0.72	だいこん	24	チンゲンサイ	18
材	生クリ―ム	6	グリンピ―ス	3.6	こまつな	12	濃口しょうゆ	10.8	にら	6	しいたけ	0.6
料	塩	0.12	脱脂粉乳	2.4	白みそ	4	塩	0.72	濃口しょうゆ	4.2	でん粉	1.8
名	│ 水 │ 出来上がり量	84 240	トマトケチャップ ウスターソース	2.4 2.4	赤みそ 和風だし	6 0.6	みりん風調味料 でん粉	4.8 4.8	中華ス一プ 塩	0.84 0.6	濃口しょうゆ 中華スープ	3.6 0.84
及	山木工がり里	240	カレ―ルウ甘口	2. 4 10	水	144	水	168	塩 こしょう	0.01	中華へ一ノ 塩	0.84
びハ	ハンバーグ(バラ凍)	50	カレールウ中辛口	8	出来上がり量	240	出来上がり量	240	ごま油	1.2	こしょう	0.02
分量	米油	0.5	カレ―粉	0.1					水	150	米油	0.6
量	トマト	7.2	ガラムマサラ	0.05	ししゃもでん粉付き	40	蒸しパンミックス	25	ごま	0.84	ごま油	0.6
	トマトケチャップ	6.3	にんにく	0.36	米油	4	水	16.25	出来上がり量	225	水	156
17	たまねぎ にんにく	6	鶏レバ ー 米油	2.4 1.2	濃ロしょうゆ 砂糖	6 4.8	米油 甘納豆	0.62 6.25		51	出来上がり量	234
人 分	オリーブオイル	0.46	水温水	108	穀物酢	6.24	お茶パウダー	0.11	米油	0.51	 鶏肉	60
0	砂糖	0.23	出来上がり量	240	ごま油	0.36	エンボス手袋	1	71.00		米油	0.6
グ	赤ワイン	0.18			ねぎ	3.6			豚肉	18	ねぎ	14.4
5	水	4.5	いかナゲット	40	にんにく	0.26	だいこん	24	生揚げ	30	しょうが	0.96
L	ブロッコリ—	36	米油	0.4	しょうが ごま	0.26 1.2	キャベツ きゅうり	18 18	キャベツ にんじん	30 12	にんにく トマトケチャップ	0.96 4.8
数	キャベツ	12	干しひじき	1.2	3	1.2	にんじん	6	ピーマン	6	トマトピューレ	3.6
\sim	ショルダーベーコン	6	キャベツ	30	切干しだいこん	7.2	出来上がり量	43	しょうが	0.12	濃口しょうゆ	1.8
	オリーブオイル	0.36	えのきたけ	12	にんじん	9.6			テンメンジャン	1.2	料理酒	0.96
	コンソメ	0.06	にんじん	12	油揚げ	3.6	和風ドレッシング	7.5	料理酒	0.6	砂糖	1.44
	塩 こしょう	0.18 0.02	出来上がり量	43	米油 砂糖	0.6 0.84			薄口しょうゆ 中華スープ	2.4 0.6	中華ス一プ 豆板醤	0.08 0.1
	出来上がり量	50	 青じそドレッシング	7.5	料理酒	0.84			こしょう	0.01	│ 立似酋 │ 米油	0.1
			1.001277	7.0	みりん風調味料	0.96			でん粉	0.96	でん粉	0.6
					濃口しょうゆ	3.6			水	0.96	水	0.6
					和風だし	0.3			米油 ~~	1.2	出来上がり量	105.3
					水 出来上がり量	24 53			ごま油 出来上がり量	0.24 80	オレンジ	75
					山ハユペノ王	00			山小土 / / 王	00	.,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	/ 0

日	10月28日(火)	1 1 12	10月29日(水)		10月30日(木)	10月31日(金)	
献立名	ご飯 牛乳250ml 吉野煮 いかの香味焼き ごぼうサラダ ごまクリーミードレッシング		ご飯 牛乳250ml みそキムチスープ 春巻 バンサンスー 棒棒鶏ドレッシング		麦ご飯 牛乳250ml 小江戸カレー 野菜ソテー クレープセレクト	ご飯 牛乳250ml すき焼き風煮 かぼちゃコロッケ もやしの和風和え 青じそドレッシング	
	米 強化米	(g) 100 0.3		g) 00).3	(g) 米 90 麦 10 強化米 0.3	(g) 米 100 強化米 0.3	(g) (g)
材料名及び分量(一人分のグラム数)	牛 豆鶏じじだにたさ米砂薄料で和水出 い米しにね米赤濃み水 ごにき乳 腐肉ががこじねい油糖口理ん風 来 か油うんぎ油み口り ぼんゆいいんんぎん し酒粉だ 上 がく よ風うじうけん がく り調 しか 単	258 60 24 18 24 30 6 1.2 3 9.6 1.8 2.4 0.24 60 265 50 0.5 0.48 0.36 7.2 0.5 4.2 1.8 2.6	チンゲンサイ 1 9. は 5. は	2 2 1.6 1.6 1.6 1.6 1.6 1.6 1.8 1.8 1.2 1.4 1.4 1.0 1.0 1.0 1.0 1.0 1.0 1.0 1.0 1.0 1.0	強化米0.3牛乳258鶏肉42鶏肉でまれず48にられれり18ほおいたん18脱脂トケチップスカレーサウ2.4カレーサウ中カカレーカンウウ0.1カレーカリカリカル0.1カレーカリカリカリカリカリカリカリカリカリカリカリカリカリカリカリカリカリカリカ	中乳 258 下の	
	もやし 出来上がり量 ごまクリーミードレッシング	9.6 35	-		,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	2種類の中から事前に希望を とっています。	