令和 3 年度 9月分 給食予定献立表 3色食品表 津幡町

3	令和 3	年度 9月分	給食予定献立表	3色食品表	Ä		
	献立名	主に体をつくる(赤)	主に熱や力のもとになる(黄)	主に体の調子を整える(緑)	エネルギー	たんぱく質	t A
	胚芽バンズ	脱脂粉乳	小麦粉、さとう、マーガリン、小麦胚芽				
1	照り焼きハンバーグ	豚肉、鶏肉、大豆	植物油、でんぷん、じゃがいも、豚脂、さとう	玉ねぎ、しょうが、にんにく、りんご			
		NOLO YOLO YATE			507	21.2	2
	キャベツのマリネ		さとう、サラダ油	キャベツ、きゅうり、にんじん、とうもろこし	597	21.2	2
	コンソメジュリアン	ベーコン		だいこん、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、ピーマン			
	あおりんごゼリー		さとう、粉あめ	りんご			
1	ゆかりごはん		*	赤しそ			1
2		100 内					
	鶏肉のレモンソースかけ	鶏肉	でんぷん、さとう、大豆油	レモン果汁	692	30.5	2
()	ごぼうのマヨ和え ★	ロースハム	さとう、ごま、ノンエッグマヨネーズ	ごぼう、きゅうり、玉ねぎ、にんじん			
	にくじゃが	豚肉、高野豆腐	じゃがいも、サラダ油、さとう	玉ねぎ、にんじん、こんにゃく、いんげん			
-	麦ごはん		米、白麦				1
3							
	ウインナー	豚肉	豚脂、さとう、水あめ		793	24.7	2
È)	チキンカレー	鶏肉	じゃがいも、サラダ油、カレールウ	玉ねぎ、にんじん、しょうが、にんにく、プルーン、りんご	130	24.1	_
	フルーツカクテル		ピオーネゼリー、カクテルゼリー	パイン、黄桃			
_	ごはん		*				-
;							
	いわしの米粉からあげ ★	いわし	米粉、さとう、でんぷん	しょうが	621	21.1	1
)	かぼちゃのごまドレサラダ		ごまドレッシング	かぼちゃ、ブロッコリー、たまねぎ	021	21.1	'
	肉団子スープ	ミートボール(鶏肉、豚肉、大豆たん白)	ミートボール(パン粉、でんぷん、豚脂、油)	ミートボール(玉ねぎ、しょうが、ブルーン)、はくさい、玉ねぎ、 にんじん、干ししいたけ、こまつな			
-				にんじん、干ししいたけ、こまつな			1
	わかめごはん	わかめ	米、白麦				
	きんぴらごぼう ★	さつまあげ	ごま、さとう、サラダ油、ごま油	ごぼう、にんじん、こんにゃく、いんげん	500	400	Ι.
)	鶏塩うどん	鶏肉	うどん、ごま油	はくさい、にんじん、しめじ、ねぎ	592	19.9	1
		Net 3	30,000				
-	くだもの(梨)			梨			1
1	ミルクロール	脱脂粉乳	小麦粉、さとう、マーガリン				
I	鶏肉のカレー塩こうじ唐揚げ	鶏肉	でんぷん、大豆油	しょうが、にんにく	_		
	夏野菜のスパゲッティー	ウインナー	スパゲッティ、サラダ油	玉ねぎ、なす、ズッキーニ、にんにく	691	31.7	2
- 1							
J	ふわふわ卵ス一プ	鶏卵、チーズ、ベーコン	じゃがいも	玉ねぎ、にんじん、パセリ		<u></u>	\perp
T	ごはん		*				
	豚肉のくわやき	豚肉	大豆油、さとう、でんぷん			[
				** > 10	606	21.9	
)	ツナときゅうりのさっぱり和え	ツナ、わかめ	さとう	きゅうり、もやし			
	あさりのみそ汁	あさり、うすあげ、みそ		だいこん、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、みつば		[
†	ごはん		*				T
		阪内 赤ユス		The this cator (1/11/11/11/11/11/11/11/11/11/11/11/11/1		ĺ	
-	(肉みそ丼の具)	豚肉、赤みそ	ごま油、さとう	玉ねぎ、もやし、こまつな、にんじん、しょうが、にんにく			
	花野菜のおかか和え	かつお節	さとう	ブロッコリー、カリフラワー、にんじん	603	25.2	
1	とうふとなめこのすまし汁	絹ごしどうふ		なめこ、だいこん、えのきたけ、みつば			
- 1	デザート(ヨーグルト)	練乳、脱脂粉乳、寒天、クリーム	さとう				
4		ハイトチム、ハハルロロイメリチム、巻入、フリーム				-	+
J	麦ごはん		米、白麦			ĺ	
1	アンサンブルエッグ	鶏卵、チーズ、ベーコン、牛乳	じゃがいも、さとう、でんぷん、植物油	玉ねぎ	C	00 =	
	ひじきのマリネサラダ	ひじき	さとう、サラダ油	きゅうり、玉ねぎ、にんじん	618	20.5	'
4	ハヤシライス	牛肉	じゃがいも、サラダ油、ハヤシルウ	にんにく、セロリー、玉ねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリーンピース、トマト			\perp
	ごはん		*				
	高野豆腐とじゃがいもの甘辛がらめ	高野豆腐、青のり	じゃがいも、でんぷん、大豆油、水あめ			[
		. Low many or 10 to 5		キカレ ほうりょろう にたい /	E0.4	04.5	
	ごま和え		ごま、さとう	もやし、ほうれんそう、にんじん	594	21.5	
1	豚汁	豚肉、みそ		だいこん、ごぼう、にんじん、玉ねぎ、こんにゃく、ねぎ			
I	デザート(れいとうみかん)			みかん			
+		的形形	小書粉 オレス かちか	りんご		 	+
	ミルクしょくパン、アップルジャム	脱脂粉乳	小麦粉、さとう、水あめ	UNC		ĺ	
	あじフライ	あじ	パン粉、小麦粉、大豆油		590	24.0	
)	れんこんとブロッコリーのサラダ ★		さとう、サラダ油	れんこん、ブロッコリー、とうもろこし、赤パプリカ	330	24.0	
	キャベツとひき肉のトマトにこみ	豚肉	じゃがいも、サラダ油、さとう	キャベツ、玉ねぎ、にんじん、いんげん、トマト			
4		かいり		4 F. (2) Endet 10/0/00 (1/01/700) 1 (1			+
	ごはん		*				
	やきギョウザ	豚肉、鶏肉、大豆粉	豚脂、小麦粉、油、でんぷん	キャベツ、玉ねぎ、にら、しょうが	600	04.4	
)	もやしナムル		ごま、韓国ドレッシング	もやし、きゅうり、にんじん	600	21.4	
- 1	みそラーメン	豚肉、みそ	ラーメン、ごま油、バター	はくさい、玉ねぎ、にんじん、とうもろこし、ねぎ			
+		豚肉、みて		はくさい、玉ねさ、にんしん、こうもうこし、ねさ			╄
	ごはん		米				
	チキンチキンごぼう ★	鶏肉	ごま、大豆油、でんぷん、さとう	ごぼう、しょうが	o	000	
	だいこんとわぎのめた	白みそ	さとう	だいこん、こまつな、ねぎ	647	26.0	
4	大平	鶏団子(鶏肉、大豆たん白)		鶏団子(玉ねぎ)、れんこん、にんじん、干ししたけ、ねぎ		ļ	1
- 1	ごはん		*				
ı	里芋コロッケ お月見献立	鶏肉、大豆たん白	さといも、さとう、パン粉、小麦粉、植物油	玉ねぎ			
1		うすあげ			ì	1	Ì
	は古ともめしの知う物			えだまめ、もやし	650	20.0	
	枝豆ともやしの和え物	79 6017	さとう、ごま油		658	20.8	
	枝豆ともやしの和え物 月菜汁	29 8017	もち	はくさい、だいこん、こまつな、にんじん	658	20.8	
		寒天			658	20.8	
	月菜汁 デザート(十五夜デザート)	寒天	もち さとう、水あめ	はくさい、だいこん、こまつな、にんじん	658	20.8	
	月菜汁 デザート(十五夜デザート) コッペパン	寒天 脱脂粉乳	もち さとう、水あめ 小麦粉、さとう	はくさい、だいこん、こまつな、にんじん みかん果汁	658	20.8	
	月菜汁 デザート(十五夜デザート)	寒天	もち さとう、水あめ	はくさい、だいこん、こまつな、にんじん みかん果汁 玉ねぎ、にんにく、トマト			
	月菜汁 デザート(十五夜デザート) コッペパン	寒天 脱脂粉乳	もち さとう、水あめ 小麦粉、さとう	はくさい、だいこん、こまつな、にんじん みかん果汁	658 619	20.8	
	月菜汁 デザート(十五夜デザート) コッペパン チリコンカン ★ グリーンサラダ	寒天 脱脂粉乳 豚肉、牛肉、大豆	もち さとう、水あめ 小麦粉、さとう サラダ油、さとう さとう、サラダ油	はくさい、だいこん、こまつな、にんじん みかん果汁 玉ねぎ、にんにく、トマト キャベツ、ブロッコリー、きゅうり			
	月菜汁 デザート(十五夜デザート) コッペパン チリコンカン ★ グリーンサラダ コーンポタージュ	寒天 脱脂粉乳	もち さとう、水あめ 小麦粉、さとう サラダ油、さとう さとう、サラダ油 米粉、生クリーム	はくさい、だいこん、こまつな、にんじん みかん果汁 玉ねぎ、にんにく、トマト			
	月菜汁 デザート(十五夜デザート) コッペパン チリコンカン ★ グリーンサラダ コーンボタージュ ごはん	寒天 脱脂粉乳 豚肉、牛肉、大豆 ベーコン、牛乳	もち さとう、水あめ 小麦粉、さとう サラダ油、さとう さとう、サラダ油 米粉、生クリーム 米	はくさい、だいこん、こまつな、にんじん みかん果汁 玉ねぎ、にんにく、トマト キャベツ、ブロッコリー、きゅうり			
	月菜汁 デザート(十五夜デザート) コッペパン チリコンカン ★ グリーンサラダ コーンポタージュ	寒天 脱脂粉乳 豚肉、牛肉、大豆	もち さとう、水あめ 小麦粉、さとう サラダ油、さとう さとう、サラダ油 米粉、生クリーム	はくさい、だいこん、こまつな、にんじん みかん果汁 玉ねぎ、にんにく、トマト キャベツ、ブロッコリー、きゅうり	619	24.4	
	月菜汁 デザート(十五夜デザート) コッペパン チリコンカン ★ グリーンサラダ コーンボタージュ ごはん	寒天 脱脂粉乳 豚肉、牛肉、大豆 ベーコン、牛乳	もち さとう、水あめ 小麦粉、さとう サラダ油、さとう さとう、サラダ油 米粉、生クリーム 米	はくさい、だいこん、こまつな、にんじん みかん果汁 玉ねぎ、にんにく、トマト キャベツ、ブロッコリー、きゅうり			
	月菜汁 デザート(十五夜デザート) コッペパン チリコンカン ★ グリーンサラダ コーンポタージュ ごはん 揚げだし豆腐 いかときゅうりの酢の物 ★	寒天 脱脂粉乳 豚肉、牛肉、大豆 ベーコン、牛乳 とうふ、大豆粉 いか、わかめ	もち さとう、水あめ 小麦粉、さとう サラダ油、さとう さとう、サラダ油 米粉、生クリーム 米 米粉、小麦粉、でんぷん、さとう、大豆油 さとう	はくさい、だいこん、こまつな、にんじん みかん果汁 玉ねぎ、にんにく、トマト キャベツ、ブロッコリー、きゅうり とうもろこし、玉ねぎ、パセリ	619	24.4	
	月菜汁 デザート(十五夜デザート) コッペパン チリコンカン ★ グリーンサラダ コーンポターシュ ごはん 揚げだし豆腐	寒天 脱脂粉乳 豚肉、牛肉、大豆 ベーコン、牛乳 とうふ、大豆粉	もち さとう、水あめ 小麦粉、さとう サラダ油、さとう さとう、サラダ油 米粉、生クリーム 米 米粉、小麦粉、でんぷん、さとう、大豆油	はくさい、だいこん、こまつな、にんじん みかん果汁 玉ねぎ、にんにく、トマト キャベツ、ブロッコリー、きゅうり とうもろこし、玉ねぎ、パセリ	619	24.4	
	月菜汁 デザート(十五夜デザート) コッペパン チリコンカン ★ グリーンサラダ コーンポタージュ ごはん 揚げだし豆腐 いかときゅうりの酢の物 ★	寒天 脱脂粉乳 豚肉、牛肉、大豆 ベーコン、牛乳 とうふ、大豆粉 いか、わかめ うずら卵、ちくわ	もち さとう、水あめ 小麦粉、さとう サラダ油、さとう さとう、サラダ油 米粉、生クリーム 米 米粉、小麦粉、でんぷん、さとう、大豆油 さとう さとり	はくさい、だいこん、こまつな、にんじん みかん果汁 玉ねぎ、にんにく、トマト キャベツ、ブロッコリー、きゅうり とうもろこし、玉ねぎ、パセリ きゅうり、もやし だいこん、にんじん、こんにゃく、いんげん	619	24.4	
	月菜汁 デザート(十五夜デザート) コッペパン チリコンカン ★ グリーンサラダ コーンポタージュ ごはん 揚げだし豆腐 いかときゅうりの酢の物 ★	寒天 脱脂粉乳 豚肉、牛肉、大豆 ベーコン、牛乳 とうふ、大豆粉 いか、わかめ うずら卵、ちくわ	もち さとう、水あめ 小麦粉、さとう サラダ油、さとう さとう、サラダ油 米粉、生クリーム 米 米粉、小麦粉、でんぷん、さとう、大豆油 さとう さとり	はくさい、だいこん、こまつな、にんじん みかん果汁 玉ねぎ、にんにく、トマト キャベツ、ブロッコリー、きゅうり とうもろこし、玉ねぎ、パセリ きゅうり、もやし だいこん、にんじん、こんにゃく、いんげん	619	24.4	
	月菜汁 デザート(十五夜デザート) コッペパン チリコンカン ★ グリーンサラダ コーンポタージュ ごはん 揚げだし豆腐 いかときゅうりの酢の物 ★	寒天 脱脂粉乳 豚肉、牛肉、大豆 ベーコン、牛乳 とうふ、大豆粉 いか、わかめ うずら卵、ちくわ	もち さとう、水あめ 小麦粉、さとう サラダ油、さとう さとう、サラダ油 米粉、生クリーム 米 米粉、小麦粉、でんぷん、さとう、大豆油 さとう	はくさい、だいこん、こまつな、にんじん みかん果汁 玉ねぎ、にんにく、トマト キャベツ、ブロッコリー、きゅうり とうもろこし、玉ねぎ、パセリ きゅうり、もやし だいこん、にんじん、こんにゃく、いんげん	619	24.4	
	月菜汁 デザート(十五夜デザート) コッペパン チリコンカン ★ グリーンサラダ コーンポタージュ ごはん 揚げだし豆腐 いかときゅうりの酢の物 ★	寒天 脱脂粉乳 豚肉、牛肉、大豆 ベーコン、牛乳 とうふ、大豆粉 いか、わかめ うずら卵、ちくわ	もち さとう、水あめ 小麦粉、さとう サラダ油、さとう さとう、サラダ油 米粉、生クリーム 米 米粉、小麦粉、でんぷん、さとう、大豆油 さとう さとり	はくさい、だいこん、こまつな、にんじん みかん果汁 玉ねぎ、にんにく、トマト キャベツ、ブロッコリー、きゅうり とうもろこし、玉ねぎ、パセリ きゅうり、もやし だいこん、にんじん、こんにゃく、いんげん	619	24.4	
	月菜汁 デザート(十五夜デザート) コッペパン チリコンカン ★ グリーンサラダ コーンボタージュ ごはん 揚げだし豆腐 いかときゅうりの酢の物 ★ 大根と里芋のうまに	寒天 脱脂粉乳 豚肉、牛肉、大豆 ベーコン、牛乳 とうふ、大豆粉 いか、わかめ うずら卵、ちくわ	もち さとう、水あめ 小麦粉、さとう サラダ油、さとう さとう、サラダ油 米粉、生クリーム 米 米粉、小麦粉、でんぶん、さとう、大豆油 さとう さといも、さとう	はくさい、だいこん、こまつな、にんじん みかん果汁 玉ねぎ、にんにく、トマト キャベツ、ブロッコリー、きゅうり とうもろこし、玉ねぎ、パセリ きゅうり、もやし だいこん、にんじん、こんにゃく、いんげん	619	24.4	
	月菜汁 デザート(十五夜デザート) コッペパン チリコンカン ★ グリーンサラダ コーンポタージュ ごはん 揚げだし豆腐 いかときゅうりの酢の物 ★ 大根と里芋のうまに	寒天 脱脂粉乳 豚肉、牛肉、大豆 ベーコン、牛乳 とうふ、大豆粉 いか、わかめ うずら卵、ちくわ	もち さとう、水あめ 小麦粉、さとう サラダ油、さとう さとう、サラダ油 米粉、生クリーム 米 米粉、小麦粉、でんぷん、さとう、大豆油 さとう さとり	はくさい、だいこん、こまつな、にんじん みかん果汁 玉ねぎ、にんにく、トマト キャベツ、ブロッコリー、きゅうり とうもろこし、玉ねぎ、パセリ きゅうり、もやし だいこん、にんじん、こんにゃく、いんげん	619	24.4	
	月菜汁 デザート(十五夜デザート) コッペパン チリコンカン ★ グリーンサラダ コーンボタージュ ごはん 揚げだし豆腐 いかときゅうりの酢の物 ★ 大根と里芋のうまに	寒天 脱脂粉乳 豚肉、牛肉、大豆 ベーコン、牛乳 とうふ、大豆粉 いか、わかめ うずら卵、ちくわ	もち さとう、水あめ 小麦粉、さとう サラダ油、さとう さとう、サラダ油 米粉、生クリーム 米 米粉、小麦粉、でんぶん、さとう、大豆油 さとう さといも、さとう	はくさい、だいこん、こまつな、にんじん みかん果汁 玉ねぎ、にんにく、トマト キャベツ、ブロッコリー、きゅうり とうもろこし、玉ねぎ、パセリ きゅうり、もやし だいこん、にんじん、こんにゃく、いんげん	619 591	24.4	
	月菜汁 デザート(十五夜デザート) コッペパン チリコンカン ★ グリーンサラダ コーンポタージュ ごはん 揚げだし豆腐 いかときゅうりの酢の物 ★ 大根と里芋のうまに	寒天 脱脂粉乳 豚肉、牛肉、大豆 ベーコン、牛乳 とうふ、大豆粉 いか、わかめ うずら卵、ちくわ	もち さとう、水あめ 小麦粉、さとう サラダ油、さとう さとう、サラダ油 米粉、生クリーム 米 米粉、小麦粉、でんぶん、さとう、大豆油 さとう さといも、さとう さといも、さとう	はくさい、だいこん、こまつな、にんじん みかん果汁 玉ねぎ、にんにく、トマト キャベツ、ブロッコリー、きゅうり とうもろこし、玉ねぎ、パセリ きゅうり、もやし だいこん、にんじん、こんにゃく、いんげん	619	24.4	
	月菜汁 デザート(十五夜デザート) コッペパン チリコンカン ★ グリーンサラダ コーンボターシュ ごはん 揚げだし豆腐 いかときゅうりの酢の物 ★ 大根と里芋のうまに 鶏ごぼうごはん さばの和風漬け 甘酢和え	寒天 脱脂粉乳 豚肉、牛肉、大豆 ベーコン、牛乳 とうふ、大豆粉 いか、わかめ うずら卵、ちくわ	もち さとう、水あめ 小麦粉、さとう サラダ油、さとう さとう、サラダ油 米粉、生クリーム 米 米粉、小麦粉、でんぷん、さとう、大豆油 さとう さといも、さとう ************************************	はくさい、だいこん、こまつな、にんじん みかん果汁 玉ねぎ、にんにく、トマト キャベツ、ブロッコリー、きゅうり とうもろこし、玉ねぎ、パセリ きゅうり、もやし だいこん、にんじん、こんにゃく、いんげん	619 591	24.4	
	月菜汁 デザート(十五夜デザート) コッペパン チリコンカン ★ グリーンサラダ コーンポタージュ ごはん 揚げだし豆腐 いかときゅうりの酢の物 ★ 大根と里芋のうまに	寒天 脱脂粉乳 豚肉、牛肉、大豆 ベーコン、牛乳 とうふ、大豆粉 いか、わかめ うずら卵、ちくわ	もち さとう、水あめ 小麦粉、さとう サラダ油、さとう さとう、サラダ油 米粉、生クリーム 米 米粉、小麦粉、でんぶん、さとう、大豆油 さとう さといも、さとう さといも、さとう	はくさい、だいこん、こまつな、にんじん みかん果汁 玉ねぎ、にんにく、トマト キャベツ、ブロッコリー、きゅうり とうもろこし、玉ねぎ、パセリ きゅうり、もやし だいこん、にんじん、こんにゃく、いんげん	619 591	24.4	
	月菜汁 デザート(十五夜デザート) コッペパン チリコンカン ★ グリーンサラダ コーンボターシュ ごはん 揚げだし豆腐 いかときゅうりの酢の物 ★ 大根と里芋のうまに 鶏ごぼうごはん さばの和風漬け 甘酢和え	寒天 脱脂粉乳 豚肉、牛肉、大豆 ベーコン、牛乳 とうふ、大豆粉 いか、わかめ うずら卵、ちくわ	もち さとう、水あめ 小麦粉、さとう サラダ油、さとう さとう、サラダ油 米粉、生クリーム 米 米粉、小麦粉、でんぶん、さとう、大豆油 さとう さといも、さとう さといも、さとう	はくさい、だいこん、こまつな、にんじん みかん果汁 玉ねぎ、にんにく、トマト キャベツ、ブロッコリー、きゅうり とうもろこし、玉ねぎ、パセリ きゅうり、もやし だいこん、にんじん、こんにゃく、いんげん	619 591	24.4	
	月菜汁 デザート(十五夜デザート) コッペパン チリコンカン ★ グリーンサラダ コーンポタージュ ごはん 揚げだし豆腐 いかときゅうりの酢の物 ★ 大根と里芋のうまに 鶏ごぼうごはん さばの和風漬け 甘酢和え 厚揚げのみそ汁 米粉ミルクロール	寒天 脱脂粉乳 豚肉、牛肉、大豆 ベーコン、牛乳 とうふ、大豆粉 いか、わかめ うずら卵、ちくわ 鶏肉 さば 絹厚揚げ、みそ 脱脂粉乳	もち さとう、水あめ 小麦粉、さとう サラダ油、さとう さとう、サラダ油 米粉、生クリーム 米 米粉、小麦粉、でんぷん、さとう、大豆油 さとう さといも、さとう さといも、さとう さとう、水あめ さとう、、水あめ さとう、であめ さとう、であめ さとう、であめ さとう、であめ さとう、であめ	はくさい、だいこん、こまつな、にんじん みかん果汁 玉ねぎ、にんにく、トマト キャベツ、ブロッコリー、きゅうり とうもろこし、玉ねぎ、パセリ きゅうり、もやし だいこん、にんじん、こんにゃく、いんげん ごぼう、にんじん、えだまめ もやし、キャベツ、にんじん だいこん、玉ねぎ、えのきたけ、こまつな	619 591	24.4	
	月菜汁 デザート(十五夜デザート) コッペパン チリコンカン ★ グリーンサラダ コーンポタージュ ごはん 揚げだし豆腐 いかときゅうりの酢の物 ★ 大根と里芋のうまに 鶏ごぼうごはん さばの和風漬け 甘酢和え 厚揚げのみそ汁 米粉ミルクロール メンチカツ	寒天 脱脂粉乳 豚肉、牛肉、大豆 ベーコン、牛乳 とうふ、大豆粉 いか、わかめ うずら卵、ちくわ 鶏肉 さば 絹厚揚げ、みそ 脱脂粉乳 鶏肉	もち さとう、水あめ 小麦粉、さとう サラダ油、さとう さとう、サラダ油 米粉、生クリーム 米 米粉、小麦粉、でんぶん、さとう、大豆油 さとう さといも、さとう さといも、さとう さとう、水あめ さとう、でんぷん、大豆油	はくさい、だいこん、こまつな、にんじん みかん果汁 玉ねぎ、にんにく、トマト キャベツ、ブロッコリー、きゅうり とうもろこし、玉ねぎ、パセリ きゅうり、もやし だいこん、にんじん、こんにゃく、いんげん ごぼう、にんじん、えだまめ もやし、キャベツ、にんじん だいこん、玉ねぎ、えのきたけ、こまつな キャベツ、玉ねぎ、	619 591	24.4	
	月菜汁 デザート(十五夜デザート) コッペパン チリコンカン ★ グリーンサラダ コーンポタージュ ごはん 揚げだし豆腐 いかときゅうりの酢の物 ★ 大根と里芋のうまに 鶏ごぼうごはん さばの和風漬け 甘酢和え 厚揚げのみそ汁 米粉ミルクロール	寒天 脱脂粉乳 豚肉、牛肉、大豆 ベーコン、牛乳 とうふ、大豆粉 いか、わかめ うずら卵、ちくわ 鶏肉 さば 絹厚揚げ、みそ 脱脂粉乳	もち さとう、水あめ 小麦粉、さとう サラダ油、さとう さとう、サラダ油 米粉、生クリーム 米 米粉、小麦粉、でんぷん、さとう、大豆油 さとう さといも、さとう さといも、さとう さとう、水あめ さとう、、水あめ さとう、であめ さとう、であめ さとう、であめ さとう、であめ さとう、であめ	はくさい、だいこん、こまつな、にんじん みかん果汁 玉ねぎ、にんにく、トマト キャベツ、ブロッコリー、きゅうり とうもろこし、玉ねぎ、パセリ きゅうり、もやし だいこん、にんじん、こんにゃく、いんげん ごぼう、にんじん、えだまめ もやし、キャベツ、にんじん だいこん、玉ねぎ、えのきたけ、こまつな	619 591 629	24.4	
	月菜汁 デザート(十五夜デザート) コッペパン チリコンカン ★ グリーンサラダ コーンポタージュ ごはん 揚げだし豆腐 いかときゅうりの酢の物 ★ 大根と里芋のうまに 鶏ごぼうごはん さばの和風漬け 甘酢和え 厚揚げのみそ汁 米粉ミルクロール メンチカツ	寒天 脱脂粉乳 豚肉、牛肉、大豆 ベーコン、牛乳 とうふ、大豆粉 いか、わかめ うずら卵、ちくわ 鶏肉 さば 絹厚揚げ、みそ 脱脂粉乳 鶏肉	もち さとう、水あめ 小麦粉、さとう サラダ油、さとう さとう、サラダ油 米粉、生クリーム 米 米粉、小麦粉、でんぶん、さとう、大豆油 さとう さといも、さとう さといも、さとう さとう、水あめ さとう、でんぷん、大豆油	はくさい、だいこん、こまつな、にんじん みかん果汁 玉ねぎ、にんにく、トマト キャベツ、ブロッコリー、きゅうり とうもろこし、玉ねぎ、パセリ きゅうり、もやし だいこん、にんじん、こんにゃく、いんげん ごぼう、にんじん、えだまめ もやし、キャベツ、にんじん だいこん、玉ねぎ、えのきたけ、こまつな キャベツ、玉ねぎ、	619 591 629	24.4	
	月菜汁 デザート(十五夜デザート) コッペパン チリコンカン ★ グリーンサラダ コーンボタージュ ごはん 揚げだし豆腐 いかときゅうりの酢の物 ★ 大根と里芋のうまに 鶏ごぼうごはん さばの和風漬け 甘酢和え 厚揚げのみそ汁 米粉ミルクロール メンチカツ ジャーマンポテト えびボールスープ	寒天 脱脂粉乳 豚肉、牛肉、大豆 ベーコン、牛乳 とうふ、大豆粉 いか、わかめ うずら卵、ちくわ 鶏肉 さば 絹厚揚げ、みそ 脱脂粉乳 鶏肉 ベーコン	もち さとう、水あめ 小麦粉、さとう サラダ油、さとう さとう、サラダ油 米粉、生クリーム 米 米粉、小麦粉、でんぷん、さとう、大豆油 さとう さといも、さとう さといも、さとう さとう、水あめ さとう、、でんぷん、大豆油 い麦粉、米粉、さとう、マーガリン パン粉、さとう、でんぷん、大豆油 じゃがいも、サラダ油 えびボール(でんぷん、ラード)	はくさい、だいこん、こまつな、にんじん みかん果汁 玉ねぎ、にんにく、トマト キャベツ、ブロッコリー、きゅうり とうもろこし、玉ねぎ、パセリ きゅうり、もやし だいこん、にんじん、こんにゃく、いんげん ごぼう、にんじん、えだまめ もやし、キャベツ、にんじん だいこん、玉ねぎ、えのきたけ、こまつな キャベツ、玉ねぎ、	619 591 629	24.4	
	月菜汁 デザート(十五夜デザート) コッペパン チリコンカン ★ グリーンサラダ コーンボタージュ ごはん 揚げだし豆腐 いかときゅうりの酢の物 ★ 大根と里芋のうまに 鶏ごぼうごはん さばの和風漬け 甘酢和え 厚揚げのみそ汁 米粉ミルクロール メンチカツ ジャーマンボテト えびボールスープ ごはん	寒天 脱脂粉乳 豚肉、牛肉、大豆 ベーコン、牛乳 とうふ、大豆粉 いか、わかめ うずら卵、ちくわ 鶏肉 さば 絹厚揚げ、みそ 脱脂粉乳 鶏肉 ベーコン えびボール(えび、魚肉すり身)	もち さとう、水あめ 小麦粉、さとう サラダ油、さとう さとう、サラダ油 米粉、生クリーム 米 米粉、小麦粉、でんぶん、さとう、大豆油 さとう さといも、さとう さといも、さとう さとう、水あめ さとう、でま 小麦粉、米粉、さとう、マーガリン パン粉、さとう、でんぷん、大豆油 じゃがいも、サラダ油 えびボール(でんぷん、ラード) 米	はくさい、だいこん、こまつな、にんじん みかん果汁 玉ねぎ、にんにく、トマト キャベツ、ブロッコリー、きゅうり とうもろこし、玉ねぎ、パセリ きゅうり、もやし だいこん、にんじん、こんにゃく、いんげん ごぼう、にんじん、えだまめ もやし、キャベツ、にんじん だいこん、玉ねぎ、えのきたけ、こまつな キャベツ、玉ねぎ、えのきたけ、こまつな エヤベツ、玉ねぎ、えのきたけ、こまつな エマベツ、玉ねぎ、えのきたけ、こまつな	619 591 629	24.4	
	月菜汁 デザート(十五夜デザート) コッペパン チリコンカン ★ グリーンサラダ コーンポタージュ ごはん 揚げだし豆腐 いかときゅうりの酢の物 ★ 大根と里芋のうまに 鶏ごぼうごはん さばの和風漬け 甘酢和え 厚揚げのみそ汁 米粉ミルクロール メンチカツ ジャーマンポテト えびボールスープ ごはん 鮭のてりやき	寒天 脱脂粉乳 豚肉、牛肉、大豆 ベーコン、牛乳 とうふ、大豆粉 いか、わかめ うずら卵、ちくわ 鶏肉 ざば 絹厚揚げ、みそ 脱脂粉乳 鶏肉 ベーコン えびボール(えび、魚肉すり身)	もち さとう、水あめ 小麦粉、さとう サラダ油、さとう さとう、サラダ油 米粉、生クリーム 米 米粉、小麦粉、でんぷん、さとう、大豆油 さとう さといも、さとう さといも、さとう さとう、、水あめ さとう、、でんぷん、大豆油 でとう、でんぷん、大豆油 じゃがいも、サラダ油 えびボール(でんぷん、ラード) 米 さとう	はくさい、だいこん、こまつな、にんじん みかん果汁 玉ねぎ、にんにく、トマト キャベツ、ブロッコリー、きゅうり とうもろこし、玉ねぎ、パセリ きゅうり、もやし だいこん、にんじん、こんにゃく、いんげん ごぼう、にんじん、えだまめ もやし、キャベツ、にんじん だいこん、玉ねぎ、えのきたけ、こまつな キャベツ、玉ねぎ、えのきたけ、こまつな キャベツ、玉ねぎ、えのきたけ、こまつな しょうが	619 591 629	24.4	
	月菜汁 デザート(十五夜デザート) コッペパン チリコンカン ★ グリーンサラダ コーンボタージュ ごはん 揚げだし豆腐 いかときゅうりの酢の物 ★ 大根と里芋のうまに 鶏ごぼうごはん さばの和風漬け 甘酢和え 厚揚げのみそ汁 米粉ミルクロール メンチカツ ジャーマンボテト えびボールスープ ごはん	寒天 脱脂粉乳 豚肉、牛肉、大豆 ベーコン、牛乳 とうふ、大豆粉 いか、わかめ うずら卵、ちくわ 鶏肉 さば 絹厚揚げ、みそ 脱脂粉乳 鶏肉 ベーコン えびボール(えび、魚肉すり身)	もち さとう、水あめ 小麦粉、さとう サラダ油、さとう さとう、サラダ油 米粉、生クリーム 米 米粉、小麦粉、でんぶん、さとう、大豆油 さとう さといも、さとう さといも、さとう さとう、水あめ さとう、でま 小麦粉、米粉、さとう、マーガリン パン粉、さとう、でんぷん、大豆油 じゃがいも、サラダ油 えびボール(でんぷん、ラード) 米	はくさい、だいこん、こまつな、にんじん みかん果汁 玉ねぎ、にんにく、トマト キャベツ、ブロッコリー、きゅうり とうもろこし、玉ねぎ、パセリ きゅうり、もやし だいこん、にんじん、こんにゃく、いんげん ごぼう、にんじん、えだまめ もやし、キャベツ、にんじん だいこん、玉ねぎ、えのきたけ、こまつな キャベツ、玉ねぎ、えのきたけ、こまつな エヤベツ、玉ねぎ、えのきたけ、こまつな エマベツ、玉ねぎ、えのきたけ、こまつな	619 591 591	24.4 20.6 26.8	

栄養価平均	エネルギー	たんぱく質	脂肪	カルシウム	鉄	レチノール当量	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	塩分	マグネシウム	亜鉛
(中学年)	627	15.1%	28.0%	339	3.5	245	0.56	0.53	30	4.2	2.5	81	2.6
学校給食摂取基準	650kcal	13~20%	20~30%	350mg	3.0mg	200 μ g	0.40mg	0.40mg	25mg	4.5 g	2.0 g	50mg	2.0mg