

曜日	献立名	赤の食品 (血や肉、骨を作る)	黄の食品 (熱や力になる)	緑の食品 (体の調子を整える)	調味料	欠食
2日(月)	牛乳 すしめし そばろ そばろ(あえもの)(卵) 冬瓜の汁(あさり) くだもの	牛乳 豚ひき肉、牛ひき肉 鯛糸卵(うすやき卵)、のり あさり、豆腐	米、三温糖 米油、三温糖 三温糖	玉葱、椎茸、きくらげ、生姜 人参、小松菜、きゅうり、白菜 大根、冬瓜、生姜、ねぎ みかん	米酢、塩 しょうゆ、みりん、酒 米酢、塩 塩、しょうゆ	泡小(5年) 比小 欠食
4日(水)	牛乳 バーガー(牛) 国産ミートハンバーグ 野菜のソテー さかなの中巻スープ くだもの	牛乳 脱脂粉乳 豚ひき肉、鶏ひき肉、大豆 豚肉 さけ	ショートニング、強力粉、砂糖 パン粉、砂糖、でん粉 マーガリン、米油 でん粉	玉葱 小松菜、人参、玉葱、キャベツ、白飯、コーン、しめじ 白菜、椎茸、小松菜、ねぎ なし	しょうゆ、塩、クサヤ、ワサビ、マスタード こしょう、塩 しょうゆ、塩	
5日(木)	牛乳 炊き込みごはん 魚のあんかけ 野菜のあえもの カッパもずく	牛乳 豚肉、油あげ いわし ちくわ もずく	米、麦、米油 三温糖、でん粉 三温糖	人参、椎茸、ごぼう、竹の子、しいたけの葉 生姜 もやし、人参、大根、きゅうり、小松菜、しめじ	しょうゆ、みりん、酒、塩 しょうゆ、みりん 醤油、しょうゆ、塩、米酢、シイタケソース	
8日(金)	牛乳 スパゲティ-ナポリタン さつまパイ 白菜と胡瓜のサラダ くだもの	牛乳 豚肉、むてんかうインナー ささみチヤンク	小麦粉、米油 ごぼう、人参、砂糖、マーガリン、小麦粉、大豆 三温糖、オリーブ油	人参、玉葱、しいたけ、マッシュルーム、セーヴン、ピーマン、ピーズ レーズン きゅうり、白飯、人参、椎茸	米酢、塩、ハットソース、シイタケソース しょうゆ、みりん、酒、塩	
9日(月)	牛乳 韓国風炊き込みごはん すり身ハンバーグの甘酢かけ 野菜のキムチあえ(卵) あんころもち	牛乳 鶏肉、ひよこ豆 たらすり身、木綿豆腐、大豆 鯛糸卵(うすやき卵) 小豆(つぶあん)	米、麦、ごま油、米油 しょうゆ、米油、大豆油、三温糖、でん粉 三温糖 ごぼう、人参、砂糖、もち粉、ごぼう	きくらげ、人参、竹の子、長ねぎ キャベツ、玉葱、ブロッコリー、人参 もやし、小松菜、人参 よもぎ	しょうゆ、みりん、酒、塩、豆板醤 しょうゆ、マスタードソース 塩、米酢、キムチの葉	泡小(5年) 欠食
10日(火)	牛乳 菜ごはん じゃが芋のそぼろ煮 魚の塩こうじかけ 青菜と白菜のおかあえ	牛乳 豚ひき肉、油揚げ さば ちくわ、糸削り	米、麦 しょうゆ、米油、三温糖、ごぼう、でん粉 三温糖	人参、玉葱、椎茸、きくらげ、竹の子、大根 小松菜、白飯、きゅうり	しょうゆ、みりん、酒 塩こうじ しょうゆ、米酢、塩	
11日(水)	牛乳 菜ごはん 厚揚げの中巻いため 魚のからあげ だんご汁 くだもの	牛乳 厚揚げ、豚肉 白身魚(木子) 牛ひき肉、豚ひき肉、鶏ひき肉、すり身、大豆	米、麦 米油、でん粉 パン粉、でん粉、白玉団子、黒芋	人参、小松菜、白飯、玉葱、きくらげ、海苔 玉葱、椎茸、人参、大根、生姜、ねぎ みかん	しょうゆ、みりん、酒、塩 しょうゆ、みりん、酒、塩 しょうゆ、米酢	
12日(木)	牛乳 菜ごはん 五目煮 焼きししゃも(1尾) 白菜のあえもの	牛乳 豚肉、厚揚げ、ちくわ ししゃも ひじき、絹豆腐、ツナフレーク	米、麦 三温糖	人参、大根、ごぼう、椎茸、こんにゃく きゅうり、白菜、人参	しょうゆ、みりん、酒、塩 しょうゆ、米酢	
13日(金)	牛乳 コッペン(牛) ドライカレー あまりとポテトのスープ(あさり) 大根サラダ ハイチチーズ(牛)	牛乳 脱脂粉乳 豚ひき肉、牛ひき肉、白いんげん 鶏肉、いんげん豆、あさり ささみチヤンク チーズ	強力粉、砂糖、ショートニング 米油 じゃがいも、でん粉 三温糖、オリーブ油	人参、玉葱、にんにく、ピーマン 人参、玉葱、マッシュルーム、セロリ、トマト 大根、人参、きゅうり、椎茸	別メニュー、カレーソース、マスタードソース、ケチャップ、トマトソース、塩 塩、マスタード、米酢	高小欠食
16日(月)	牛乳 ゆかりごはん 大根と厚揚げの煮つけ 鯛魚の汁の煮つけ(3〜4尾) 野菜のあえもの くだもの	牛乳 豚肉、昆布、厚揚げ、かまぼこ いわし ささみチヤンク	米、麦 三温糖 小麦粉、米、パン粉、なたね油 ごぼう、三温糖	人参、玉葱、椎茸、こんにゃく 椎茸 ほうろく、人参、きゅうり、もやし、人参 みかん	しょうゆ しょうゆ、みりん、酒、塩 しょうゆ、塩、米酢	高小(6年) 欠食
17日(火)	牛乳 パッパ-ハウスパン(牛) クラムチヤップ(牛、イカ、あさり) ウインナー 豆と野菜のサラダ	牛乳 脱脂粉乳 豚肉、生クリーム、イカ、あさり、豚肉 ウインナー レッドキドニー、ひよこ豆	強力粉、砂糖、ショートニング 小麦粉、マーガリン、米油、じゃがいも 大豆油、砂糖、でん粉 三温糖、オリーブ油	人参、玉葱、マッシュルーム、ピーマン 青菜、きゅうり、白菜、大根、椎茸		

18日 (水)	牛乳 ひじきごはん 魚の照焼 青菜の梅肉あえ ヨーグルト(乳)	牛乳 ひじき、油あげ、豚肉 しいら ツナフレーク 脱脂粉乳、生クリーム、全粉乳	米、麦、米油 三温糖 三温糖 砂糖	梅豆、人参、ごぼう、ねぎ 生薑 ほうれん草、きゅうり、もやし、猪肉	しょうゆ、みりん、酒、塩 しょうゆ、みりん、酒 しょうゆ、米酢、塩		
19日 (木)	牛乳 麦ごはん 牛肉ビーマンいため オムレツの甘酢かけ(卵) 冬瓜の中巻スープ スナックアーモンド	牛乳 豆腐、豚肉 牛肉 卵、大豆 いとよくだい、昆布、わかめ	米、麦 米油、でん粉 でん粉、ラード、砂糖 アーモンド、大豆油	人参、玉葱、竹の子、ホウレンソウ、ピーマン、ピーマン、ホク らげ、にんにく 玉葱、生薑 冬瓜、大根、梅豆、生薑、ねぎ	しょうゆ、みりん、酒、キド中巻、豆板糖、塩 しょうゆ、みりん、ケチャップ、米酢 塩	しょうゆ、キド中巻	
20日 (金)	牛乳 麦ごはん 豆腐と野菜の中巻炒め 魚のみそあんかけ ひじきのあえもの くだもの	牛乳 豆腐、豚肉 さんま ひじき、ツナフレーク	米、麦 米油、でん粉 三温糖、でん粉 三温糖	にんにく、人参、玉葱、小松菜、白豆、梅豆、長ねぎ、きゅうり、人参、レモン みかん	しょうゆ、みりん、酒、キド中巻、豆板糖、塩 みりん、みそ 米酢、しょうゆ、塩		
24日 (火)	牛乳 マーボーラーメン じゃが芋の甘酢かけ 中華いため くだもの	牛乳 豚ひき肉、鶏ひき肉 豚ひき肉、鶏ひき肉 鶏肉 豚肉	大豆油、小麦粉、米油、ごま油 ごま、じょうがいも、三温糖、でん粉 米油、でん粉	人参、玉葱、もやし、椎茸、若くはげ、ねぎ、にんにく、生薑 人参、玉葱、小松菜、白豆、竹の子、生薑 みかん	しょうゆ、みそ、キド中巻、塩、豆板糖 ごま油 しょうゆ、みりん、キド中巻、豆板糖、塩	泡小(6年) 夕食	
25日 (水)	牛乳 サブランライス 豆腐ハンバーグ 青菜のサラダ くだもの	牛乳 鶏肉 大豆、木綿豆腐、豚肉、鶏肉、すり身 ツナフレーク	米、麦、米油 パン粉、大豆油、砂糖、でん粉 オリーブ油、三温糖	人参、玉葱、ピーマン、コーン、マツ シュールーム 豆油 ほうれん草、きゅうり、大根、レモン はつさく	カレー粉、塩、酒、唐口しょうゆ ケチャップ、ウスターソース 塩、米酢、シウアカサ一握	泡小(6年) 夕食	
28日 (木)	牛乳 わかめごはん 切干大根と野菜の炒め まひなのからあげ(3~4風) 魚とトマトの汁 くだもの	牛乳 わかめ 油あげ、ツナフレーク きびなご しいら、豆腐	米、麦、砂糖 米油	切干大根、人参、小松菜、キャベツ、もやし トマト、冬瓜、生薑 みかん	塩、しょうゆ、みりん しょうゆ、塩	泡小(なか よし)夕食	
27日 (金)	牛乳 麦ごはん 肉じゃが 納豆 海菜のあえもの くだもの	牛乳 豚肉 納豆 海菜、ひじき、ツナフレーク	米、麦 じやがいも、米油、三温糖 三温糖	人参、玉葱、椎茸、米こんにやく、にら、にんにく 人参、きゅうり、大根、レモン ぶどう(2個)	しょうゆ、みりん、酒、塩 しょうゆ、塩、米酢、シウアカサ一握	泡小(1~4 年・なかよ し)、比小(1 ~5年・コス モス)夕食	
30日 (月)	牛乳 麦ごはん(カレー用) チリソース ゆでたまご(卵) 切干大根と冬瓜の酢の物	牛乳 豚肉 卵 糸飴り	米、麦 じやがいも、米油、小麦粉、マーガリン 三温糖	人参、玉葱、マッシュルーム、ピーマン、にんにく 人参、きゅうり、大根、レモン らつきょう、切干大根、きゅうり	チリパウダー、オリーブオイル、パプリカ粉、 ケチャップ、ワイン、オリーブオイル、塩 米酢、塩、しそ粉		

※ 協力ねがい

台風の影響により、野菜、果物、鮮魚類、猪肉などの食料費が高騰しています。給食費はすべて給食食料を  
購入するのために使いますので、期限内に給食費を納めていただきたく、ご協力をお願いします。

平成27年

11 月学校給食予定(アレルギ-詳細)中学校

沖縄市立学校給食センター  
 沖縄市立第三調理場  
 TEL:098-989-1324

曜日	牛乳	赤の食品 (血や肉、骨を作る)	黄の食品 (熱や力になる)	緑の食品 (体の調子を整える)	調味料	欠食
2日(月)	牛乳 すしめし そばろ そばろ湯可(あえもの)(卵) 冬瓜の汁(あさり) くだもの	牛乳 豚ひき肉、牛ひき肉 鶏米卵(うすやき卵)、のり あさり、豆腐	米、三温糖 米油、三温糖 三温糖	五蔵、椎茸、きくらげ、生薑 人参、小松菜、きゅうり、白菜 大根、冬瓜、生薑、ねぎ みかん	米酢、塩 しょうゆ、みりん、塩 米酢、塩 しょうゆ、みりん、塩	美濃中欠食
4日(水)	牛乳 ハーガン(乳) 国産ミートハンバーグ 野菜のソテー さかなの中巻スープ くだもの	牛乳 脱脂粉乳 豚ひき肉、鶏ひき肉、大豆 豚肉 さけ	ヨーロ-ング、強力粉、砂糖 パン粉、砂糖、でん粉 マーガリン、米油 でん粉	玉葱 小松菜、人参、玉葱、キャベツ、白滝、コーン、し 白葱、椎茸、小松菜、ねぎ、 なし	しょうゆ、キャベツ、ウスターソース こしょう、塩 しょうゆ、塩	
5日(木)	牛乳 炊き込みごはん 魚のあんかけ 野菜のあえもの くだもの カップもずく	牛乳 豚肉、油あげ いわし ちくわ もずく	米、麦、米油 三温糖、でん粉 三温糖	人参、椎茸、ごぼう、竹の子、だいこんの葉 生薑 もやし、人参、大根、きゅうり、小松菜、しめじ タリガゴ	しょうゆ、みりん、酒、塩 しょうゆ、みりん 醤油、しょうゆ、塩、米酢、シイタケソース 米酢	
6日(金)	牛乳 スパゲティ-ナーポリタン さつまパイ 白菜と胡瓜のサラダ くだもの	牛乳 豚肉、むてんかワインナー ささみチヤンク	小麦粉、米油 さつまいも、砂糖、マーガリン、小豆粉、大豆 油 三温糖、オリーブ油	人参、玉葱、しめじ、マッシュルーム、ピーマン、にんじん レーズン きゅうり、白滝、人参、鶏肉 らぶらんす	ウスターソース、トウモロコシソース ウスターソース、しょうゆ、塩 米酢、塩、ハットソース、シイタケソース 米酢、塩、ハットソース、シイタケソース	
9日(月)	牛乳 韓国風炊き込みごはん すり身ハンバーグの甘酢かけ 野菜のキムチあえ(卵) くだもの あんころもち	牛乳 鶏肉、ひよこ豆 たらすすり身、木綿豆腐、大豆 鶏糸卵(うすやき卵) 小豆(つぶあん)	米、麦、ごま油、米油 じゃがいも、大豆油、三温糖、ごま油、でん粉 三温糖	きくらげ、人参、竹の子、長ねぎ キャベツ、玉葱、ブロッコリー、人参 もやし、小松菜、人参 みかん よもぎ	しょうゆ、みりん、酒、塩、五蔵粉 しょうゆ、ウスターソース 塩、米酢、キムチの素 しょうゆ、みりん、酒、塩	
10日(火)	牛乳 麦ごはん じゃが芋のそばろ煮 魚の塩こうじかけ 青菜と白菜のおかあえ	牛乳 豚ひき肉、油揚げ さば ちくわ、糸揚げ	米、麦 米油、でん粉 三温糖	人参、玉葱、椎茸、きくらげ、竹の子、大根 小松菜、白菜、きゅうり	しょうゆ、みりん、酒 塩こうじ しょうゆ、米酢、塩	
11日(水)	牛乳 麦ごはん 厚揚げの中巻いため 魚のからあげ だんご汁 くだもの	牛乳 厚揚げ、豚肉 白身魚(木子) すり身、厚揚げ、鶏ひき肉、すり身、大豆	米、麦 米油、でん粉 パン粉、でん粉、白五団子、里芋	人参、小松菜、白菜、玉葱、きくらげ、生薑 玉葱、椎茸、人参、大根、生薑、ねぎ みかん	しょうゆ、みりん、酒、塩 しょうゆ、みりん、酒、塩 しょうゆ、米酢、塩	
12日(木)	牛乳 麦ごはん 五目煮 焼きししやも(2尾) 白菜のあえもの	牛乳 豚肉、厚揚げ、ちくわ ししやも ひじき、青菜、ソナフレーク	米、麦 三温糖 三温糖	人参、大根、ごぼう、椎茸、にんにく きゅうり、白菜、人参	しょうゆ、みりん、酒、塩 しょうゆ、米酢	
13日(金)	牛乳 ゴツペハン(乳) ドライカレー お刺身ポットのスープ(あさり) 大根サラダ ハイチーズ(乳) くだもの	牛乳 脱脂粉乳 豚ひき肉、牛ひき肉、白いんげん 鶏肉、いんげん豆、あさり ささみチヤンク チーズ	強力粉、砂糖、ショートニング 米油 じゃがいも、でん粉 三温糖、オリーブ油	人参、玉葱、にんにく、ピーマン 人参、玉葱、マッシュルーム、セロリ、トマト 大根、人参、きゅうり、梅肉	しょうゆ、からし、ペッパーソース、 ケチアップ、トマトソース、塩 塩、マスタード、米酢	
16日(月)	牛乳 ゆかりごはん 大根と厚布の煮つけ 魚のいわしの寄りあけ(4-6尾) 青菜のあえもの くだもの	牛乳 豚肉、里布、厚揚げ、かまぼこ いわし ささみチヤンク	米、麦 三温糖 小麦粉、米、パン粉、なたね油 ごま油、三温糖	人参、大根、椎茸、にんにく 梅ひし ほうれん草、きゅうり、もやし、人参 みかん	しそ粉 しょうゆ、みりん、酒、塩 しょうゆ、塩、米酢	
17日(火)	牛乳 ハンカ-ハウスハン(乳) クリームチャウダー-スープ(乳、イカ、あさり) ワインナー 豆と野菜のサラダ	牛乳 脱脂粉乳 豚肉、生卵、イカ、あさり、鶏肉 ワインナー レッドキドニー、ひよこ豆	強力粉、砂糖、ショートニング 小麦粉、マーガリン、米油、じゃがいも 大豆油、砂糖、でん粉 三温糖、オリーブ油	人参、玉葱、マッシュルーム、ピーマン 青菜、きゅうり、白菜、大根、梅肉		

18日 (水)	牛乳 ひじきごはん 魚の照焼 青菜の梅肉あん スナックアーモンド くだもの	牛乳 ひじき、油あげ、豚肉 しいら ツナフレーク	米、菜油 三温糖 アーモンド、大豆油	雑穀、人参、ごぼう、ねぎ 生姜 ほうれん草、きゅうり、もやし、猪肉 塩	しょうゆ、みりん、酒、塩 しょうゆ、みりん、酒 しょうゆ、米酢、塩 塩
19日 (木)	牛乳 麦ごはん 牛肉ピーマンいため オムレツの甘酢かけ(卵) 冬瓜の中巻スー くだもの	牛乳 牛肉 卵、大豆 いとよりたい、鹿布、わかめ	米、麦 米油、でん粉 でん粉、ラード、砂糖 冬瓜、大根、生姜、生薑、ねぎ みかん	人参、玉葱、竹の子、赤ピーマン、ピーマン、木くろしこ、にんにく 玉葱、生薑 冬瓜、大根、生姜、生薑、ねぎ みかん	しょうゆ、キド中巻 しょうゆ、みりん、ケチャップ、味噌
20日 (金)	牛乳 麦ごはん 豆腐と野菜の中巻炒め 魚のみそあんかけ ひじきのあえもの ヨーグルト(乳)	牛乳 豆腐、豚肉 さんま ひじき、ツナフレーク 脱脂粉乳、生クリーム、全粉乳	米、麦 米油、でん粉 三温糖、でん粉 三温糖 砂糖	にんにく、人参、玉葱、小松菜、青葱、椎茸、きくらげ、油あげ 長ねぎ、生薑 きゅうり、人参、レタス	しょうゆ、みりん、酒、牛乳中巻、豆腐、塩 みりん、みそ 米酢、しょうゆ、塩
24日 (火)	牛乳 マーボーラーメン じゃが芋の甘酢かけ 中華いため くだもの	牛乳 豚ひき肉、鶏ひき肉 蒟蒻、鶏肉、豆腐、人参、 大豆、木綿豆腐、豚肉、豆腐、すり身 ツナフレーク	大豆油、小麦粉、米油、ごま油 ごま、じゃがいも、三温糖、でん粉 米油、でん粉	人参、玉葱、もやし、椎茸、きくらげ、ねぎ、にんにく、生姜 人参、玉葱、小松菜、白飯、竹の子、生姜 みかん	しょうゆ、みそ、牛乳中巻、塩、豆腐、 ごま油 しょうゆ
25日 (水)	牛乳 サブランライス 豆腐ハンバーグ 青菜のサラダ くだもの	牛乳 鶏肉 大豆、木綿豆腐、豚肉、豆腐、すり身 ツナフレーク	米、麦、米油 パン粉、大豆油、砂糖、でん粉 オリーブ油、三温糖	人参、玉葱、ピーマン、コーン、マツシユールーム 玉葱 ほうれん草、きゅうり、大根、レモン はっさく	カレー粉、塩、豚、両口しょうゆ ケチャップ、ウスターソース 塩、米酢、シイタケソース
28日 (木)	牛乳 わかめごはん 切干大根と野菜の炒め きびごのからあげ(4~6歳) 魚とトマトの汁 くだもの	牛乳 わかめ 油あげ、ツナフレーク きびご しいら、豆腐	米、麦、砂糖 米油	切干大根、人参、小松菜、キャベツ、もやし トマト、冬瓜、生薑	塩、しょうゆ、みりん しょうゆ、塩
27日 (金)	牛乳 麦ごはん 肉じゃが 納豆 海藻のあえもの くだもの	牛乳 豚肉 納豆 海藻、ひじき、ツナフレーク	米、麦 じゃがいも、米油、三温糖 三温糖	人参、玉葱、椎茸、赤こんにゃく、にんじん、にんにく 人参、きゅうり、大根、レモン ぶどう(3個)	しょうゆ、みりん、酒、塩 しょうゆ、塩、味噌、シイタケソース
30日 (月)	牛乳 麦ごはん(カレー用) チリソース ゆでたまご(卵) 切干大根と胡瓜の酢の物	牛乳 豚肉 卵 糸割り	米、麦 じゃがいも、米油、小豆粉、マーガリン 三温糖	人参、玉葱、マツシユールーム、ピーマン、にんにく らっきょう、切干大根、きゅうり	チリソース、チリソース、パプリカ粉、 ケチャップ、ワイン、チリソース、塩 米酢、塩、しそ粉

※ 協力ねがい

台風の影響により、野菜、果物、鮮魚類、精肉などの食料費が高騰しています。給食費はすべて給食食料を  
購入するために使いますので、期限内に給食費を納めていただけたら幸いです。ご協力をお願いします。

中

平成27年

11 月学校給食予定(アレルギー)詳細)幼稚園

沖縄市立学校給食センター  
沖縄市立第三調理場  
TEL:098-989-1324

曜日	献立名	赤の食品 (血や肉、骨を作る)	黄の食品 (熱や力になる)	緑の食品 (体の調子を整える)	調味料	欠食
2日 (月)	牛乳	牛乳	米、三温糖		米酢、塩	比幼 欠食
	すしめし	豚ひき肉、牛ひき肉	米油、三温糖	玉葱、椎茸、きくらげ、生姜	しょうゆ、みりん、塩	
	そぼろ	鶏糸卵(うすやき卵)、のり	三温糖	人参、小松菜、きゅうり、白菜	米酢、塩	
	冬瓜の汁(あさり)	あさり、豆腐		大根、冬瓜、生姜、ねぎ	塩、しょうゆ	
4日 (水)	牛乳	牛乳	ショートニング、強力粉、砂糖			泡幼 欠食
	バーガーパン(乳)	脱脂粉乳	パン粉、砂糖、でん粉	玉葱	しょうゆ、塩	
	国産ミートハンバーグ	豚ひき肉、鶏ひき肉、大豆	マーガリン、米油	白菜、椎茸、小松菜、長ねぎ	しょうゆ、塩	
	野菜のソテー	豚肉	でん粉			
5日 (木)	牛乳	牛乳	米、麦、米油			幼種園欠食
	炊き込みごはん	豚肉、油あげ	三温糖、でん粉	人参、椎茸、ごぼう、竹の子、だいこんの葉	しょうゆ、みりん、酒、塩	
	魚のあんかけ	いわし	三温糖	生姜	しょうゆ、みりん	
	野菜のあえもの	ちくわ	三温糖	もやし、人参、大根、きゅうり、小松菜、レモン	薄口しょうゆ、塩、米酢、シウワカソース	
6日 (金)	牛乳	牛乳	小麦粉、米油			
	スパゲティーナポリタン	豚肉、ひよこ豆	小麦粉、米油	人参、玉葱、しめじ、マッシュルーム、ピーマン、にんにく	ケチャップ、トマトソース、シウワカソース	
	さつまバイ	たらすり身、木綿豆腐、大豆	小麦粉、米油	しょうゆ、みりん、酒、塩、豆味噌	米酢、塩、ハウトソース、シウワカソース	
	白菜と胡瓜のサラダ	鶏糸卵(うすやき卵)	三温糖、オリーブ油	人参、人参、油揚げ、竹の子、長ねぎ		
9日 (月)	牛乳	牛乳	米、麦、ごま油、米油			
	韓国風炊き込みごはん	鶏肉、ひよこ豆	米、麦、ごま油、米油	きくらげ、人参、竹の子、長ねぎ	しょうゆ、みりん、酒、塩、豆味噌	
	オリオンハンバーグの甘酢かけ	たらすり身、木綿豆腐、大豆	じゃがいも、大豆油、三温糖、でん粉	キャベツ、玉葱、ブロッコリー、人参	しょうゆ、ウスターソース	
	野菜のキムチあえ(卵)	鶏糸卵(うすやき卵)	三温糖	もやし、小松菜、人参	塩、米酢、キムチの葉	
10日 (火)	牛乳	牛乳	米、麦			
	麦ごはん	豚ひき肉、油揚げ	米、麦	人参、玉葱、椎茸、きくらげ、竹の子、大根	しょうゆ、みりん、酒	
	じゃが芋のそぼろ煮	さば	じゃがいも、米油、ごま油、でん粉	人参、人参、油揚げ、竹の子、大根	塩、ごまじ	
	魚の塩こうじかけ	ちくわ、糸餅り	三温糖	小松菜、白菜、きゅうり	しょうゆ、米酢、塩	
11日 (水)	牛乳	牛乳	米、麦			
	麦ごはん	豚揚げ、豚肉	米、麦	人参、小松菜、白菜、玉葱、きくらげ、豆味噌	しょうゆ、米酢、塩	
	厚揚げの中巻いため	白身魚(ホキ)	米油、でん粉	人参、小松菜、白菜、玉葱、きくらげ、豆味噌	しょうゆ、米酢、塩	
	魚のからあげ	牛ひき肉、豚ひき肉、鶏ひき肉、すり身、大豆	パン粉、でん粉、白玉団子、黒辛	玉葱、椎茸、人参、大根、生姜、ねぎ	しょうゆ、みりん、塩	
12日 (木)	牛乳	牛乳	米、麦			幼種園欠食
	麦ごはん	豚肉、厚揚げ、ちくわ	米、麦	人参、大根、ごぼう、椎茸、こんにゃく	しょうゆ、みりん、酒、塩	
	五目煮	ししやも	三温糖	人参、大根、ごぼう、椎茸、こんにゃく	しょうゆ、みりん、酒、塩	
	焼きししやも(1尾)	ひしき、青豆、ツナブレック	三温糖	きゅうり、白菜、人参	しょうゆ、米酢	
13日 (金)	牛乳	牛乳	強力粉、砂糖、ショートニング			
	コッパンパン(乳)	豚ひき肉、牛ひき肉、白いんげん	強力粉、砂糖、ショートニング	人参、玉葱、にんにく、ピーマン	カレー粉、カールール、ウスターソース、塩	
	ドライカレー	鶏肉、いんげん豆、あさり	米油	人参、玉葱、マッシュルーム、セロリ、トマト	ケチャップ、トマトソース、塩	
	大根サラダ	ささみチヤンク	じゃがいも、でん粉	大根、人参、きゅうり、豚肉	塩、マスタード、米酢	
16日 (月)	牛乳	牛乳	米、麦			
	ゆかりごはん	豚肉、厚揚げ、かまぼこ	米、麦	人参、大根、椎茸、こんにゃく	しそ粉	
	大根と厚布の煮つけ	いわし	三温糖	人参、大根、椎茸、こんにゃく	しょうゆ、みりん、酒、塩	
	厚揚げの香りあげ(3~4歳)	ささみチヤンク	小麦粉、米、パン粉、なたね油	ほうれん草、きゅうり、もやし、人参	しょうゆ、塩、米酢	
17日 (火)	牛乳	牛乳	強力粉、砂糖、ショートニング			
	パッパ〜ハウスパン(乳)	豚肉、厚揚げ、生クリーム、イカ、あさり、鶏肉	強力粉、砂糖、ショートニング	人参、玉葱、マッシュルーム、ピーマン		
	ワインナー	ウインナー	小麦粉、マーガリン、米油、じゃがいも	人参、玉葱、マッシュルーム、ピーマン		
	豆と野菜のサラダ	レッドキトニー、ひよこ豆	大豆油、砂糖、でん粉	青菜、きゅうり、白菜、大根、梅肉		

18日 (水)	牛乳 ひじきごはん 魚の照焼 青菜の梅肉あえ くだもの	牛乳 ひじき、油あげ、豚肉 しいら ツナフレーク	米、麦、米油 三温糖 三温糖	椎茸、人参、ごぼう、ねぎ 生薑 ほうれん草、きゅうり、もやし、梅肉 はっさく	しょうゆ、みりん、塩、塩 しょうゆ、みりん、塩 しょうゆ、米酢、塩	
19日 (木)	牛乳 麦ごはん 牛肉ビーマンいため オムレツの甘酢かけ(卵) 冬瓜の中巻スープ	牛乳 牛肉 卵、大豆 いとよりだい、昆布、わかめ	米、麦 米油、でん粉 でん粉、うす、砂糖	人参、玉葱、竹の子、赤ピーマン、ピーマン、ネギ とろろ、にんにく 玉葱、生薑 冬瓜、大根、梅干、生薑、ねぎ	しょうゆ、キド中華、 しょうゆ、みりん、ケチャップ、味噌	幼稚園欠食
20日 (金)	牛乳 麦ごはん 豆腐と野菜の中巻炒め 魚のみそあんかけ ひじきのあえもの	牛乳 豆腐、豚肉 さんま ひじき、ツナフレーク	米、麦 米油、でん粉 三温糖、でん粉 三温糖	にんにく、人参、玉葱、小松菜、豆腐、梅干、きゅうり、豆腐 長ねぎ、生薑 きゅうり、人参、レモン	しょうゆ、みりん、塩、醤油、塩 みりん、みそ 米酢、しょうゆ、塩	
24日 (火)	牛乳 マーボーラーメン じゃが芋の甘酢かけ 中華いため くだもの	牛乳 豚ひき肉、鶏ひき肉 鶏しかまぼこ、豚肉	大豆油、小麦粉、米油、ごま油 ごま、じゃがいも、三温糖、でん粉 米油、でん粉	人参、玉葱、もやし、椎茸、きゅうり、ねぎ、にんにく、生薑 人参、玉葱、小松菜、白ネギ、竹の子、生薑 みかん	しょうゆ、みそ、キド中華、塩、豆板醤 こしょう しょうゆ、キド中華、豆板醤、塩	比幼 欠食
25日 (水)	牛乳 サブランライス 豆腐ハンバーグ 青菜のサラダ くだもの	牛乳 鶏肉 大豆、茶碗蒸し、豚肉、鶏肉、すり身 ツナフレーク	米、麦、米油 小豆、大豆油、砂糖、でん粉 オリーブ油、三温糖	人参、玉葱、ピーマン、コーン、マツ シュールーム 玉葱 ほうれん草、きゅうり、大根、レモン ブルーベリー	カレー粉、塩、醤油、醤油しょうゆ ケチャップ、ウスターソース 塩、米酢、シイタケソース	
28日 (木)	牛乳 わかめごはん 切干大根と野菜の炒め きびごのからあげ(3~4歳) 魚とトマトの汁	牛乳 わかめ 油あげ、ツナフレーク きびご しいら、豆腐	米、麦、砂糖 米油	切干大根、人参、小松菜、キャベツ、もやし トマト、冬瓜、生薑	塩、しょうゆ、みりん しょうゆ、塩	幼稚園 欠食
27日 (金)	牛乳 麦ごはん 肉じゃが 納豆 梅干のあえもの くだもの	牛乳 豚肉 納豆 梅干、ひじき、ツナフレーク	米、麦 じゃがいも、米油、三温糖 三温糖	人参、玉葱、梅干、菜ごんにん、にら、にんにく 人参、きゅうり、大根、レモン ぶどう(2個)	しょうゆ、みりん、塩、塩 しょうゆ、みりん、塩、塩、醤油、シイタケソース	
30日 (月)	牛乳 麦ごはん(カレー用) チリソース ゆでたまご(卵) 切干大根と胡瓜の卵の物	牛乳 豚肉 卵 糸煎り	米、麦 じゃがいも、米油、小松菜、マーガリン 三温糖	人参、玉葱、マッシュルーム、ピーマン、にんにく らっせよう、切干大根、きゅうり	チリパウダー、チリソース、イタリカ粉、 ケチャップ、ワイン、チリソース、塩 米酢、塩、しそ粉	

※ 協力がたい

台風の影響により、野菜、果物、鮮魚類、精肉などの食料費が高騰しています。給食費はすべて給食食料を  
購入するために使いますので、期限内に給食費を納めていただけたら幸いです。ご協力をお願いします。

57