

2020年 9月分 献立表(案)

給食回数19回

2020.4.23

◎応募献立 ★揚げ物 □共同購入物資 ささみ大葉梅肉フライ

月		火		水		木		金	
					麦ごはん 牛乳 カレーライス 2 福神サラダ 日 巨峰		ごはん 牛乳 青菜のスープ 3 ビビンバ 日 型ぬきチーズ		ロールパン 牛乳 ミネストローネ 4 ★白身魚のフライ 日 きのことベーコンのアヒージョ風
7 日	ごはん 牛乳 けんちん汁 さわらの塩こうじ焼き にんじんごはんの具	8 日	ごはん 牛乳 マーボーとうがん 野菜しゅうまい もやしの中華いため	9 日	白玉うどん 牛乳 わかめうどんの具 一食用めんつゆ ★ちくわの磯辺揚げ 白玉フルーツ	10 日	ごはん 牛乳 ビーフシチュー ★れんこんサンドフライ ミモザサラダ(卵入り) クラス用マヨネーズ	11 日	小型ロールパン 牛乳 いか入り焼きそば ミートボール 冷凍パイナップル
14 日	ごはん 牛乳 もずくスープ ◎牛こまチャプチェ 冷凍みかん	15 日	ごはん 牛乳 じゃがいものうま煮 さばの銀紙焼き 野菜の彩りあえ	16 日	中華めん 牛乳 塩ラーメン ★しそ入り鶏春巻き 海藻サラダ クラス用和風ドレッシング	17 日	ごはん 牛乳 カルシウムたっぷり呉汁 さんまのみぞれ煮 オクラのごまあえ	18 日	麦ごはん 牛乳 ABCマカロニスープ タコライス トッピングキャベツ
21 日	敬老の日	22 日	秋分の日	23 日	ソフトめん 牛乳 おぼろみそめん □★ささみ大葉梅肉フライ 愛知のフルーツ杏仁 (乳除去食)	24 日	ごはん 牛乳 野菜豚丼 愛知の五目厚焼き卵 千草あえ	25 日	ミルクロールパン 牛乳 コーンクリームスープ トマトソースのハンバーグ ジャーマンポテト
28 日	ごはん 牛乳 トックスープ 豚キムチ炒め アセロラゼリー	29 日	ごはん 牛乳 コンソメスープ 野菜たっぷり♡ドライカレー ★いかフライ	30 日	ごはん 牛乳 高野豆腐の卵とじ(卵除去食) ◎★ぶた肉の甘唐揚げ 冷凍みかん				

◎ 14日(月)「牛こまチャプチェ」は、令和元年度 小牧中学校 生徒 保坂 高志 さんの応募献立を参考にしました。
◎ 24日(木)「ぶた肉の甘唐揚げ」は、令和元年度 北里中学校 生徒 青山 瑠菜 さんの応募献立を参考にしました。

令和2年9月分 献立材料表

14(月)			15(火)			16(水)			17(木)			18(金)		
献立	材料名	使用量	献立	材料名	使用量	献立	材料名	使用量	献立	材料名	使用量	献立	材料名	使用量
ごはん			ごはん			中華めん			ごはん			素ごはん		
牛乳			牛乳			牛乳			牛乳			牛乳		
もずくスープ			じゃがいものうま煮			塩ラーメン			カルシウムたっぷり呉汁			ABCマカロニスーフ		
鶏肉	12		鶏肉	20		豚肉	15		豚肉	15		アルファベットマカロニ	5	
豆腐	20		じゃがいも	40		もやし	30		水煮大豆	20		たまねぎ	20	
にんじん	10		にんじん	20		にんじん	10		豆腐	30		にんじん	15	
たまねぎ	30		たまねぎ	30		にら	3		油揚げ	0.1		コーン	10	
もずく	10		糸こんにやく	20		なると	5		こまつな	10		じゃがいも	20	
かまぼこ	15		干しいたけ	0.2		たまねぎ	20		切り干し大根	2		うすくちしょうゆ	2	
油揚げ	1		いんげん	5		鶏豚湯	4		にんじん	15		洋風だし	1.5	
塩	0.5		こいくちしょうゆ	6		塩	0.6		ねぎ	5		塩	0.1	
うすくちしょうゆ	4		三温糖	3.5		こしょう	0.3		赤みそ	6		こしょう	0.03	
みりん	1		みりん	1					白みそ	5				
鶏豚湯	2		油			しそ入り鶏春巻き			酒	1		タコライス		
油						しそ入り鶏春巻き	50g	60g	むろ削り	2		牛ひき肉	15	
牛こまチャップ			さばの銀紙焼き						揚げ油			豚ひき肉	15	
牛肉	20		さばの銀紙焼き	50g	60g							にんじん	10	
にんにく	0.2								さんまのみぞれ煮			たまねぎ	30	
生春雨	25		野菜の彩りあえ			海藻サラダ			さんまのみぞれ煮	40g	50g	トマト水煮	10	
にんじん	10		こまつな	15		海藻ミックス	1					クラッシュ大豆	8	
ほうれんそう	10		ひじき	0.3		サラダ用こんにやく	3		オクラのごまあえ			ケチャップ	8	
たまねぎ	30		コーン	10		キャベツ	15		オクラ	15		ソース	3	
しょうゆ	3		にんじん	10		塩	0.05		もやし	20		しょうゆ	2	
いりごま	0.8		もやし	20					にんじん	10		カレー粉	0.2	
三温糖	1.5		糸かつお	0.5		グラス用和園ドレッシング	200mL	300mL	うすくちしょうゆ	2		油		
みりん	0.5		三温糖	1					すりごま	0.5				
ごま油	0.5		米酢	0.5					上白糖	1		トッピングキャベツ		
中華だし	0.5		しょうゆ	2								キャベツ	35	
酒	0.5											塩	0.3	
冷凍みかん	S1個	M1個												
21(月)			22(火)			23(水)			24(木)			25(金)		
献立	材料名	使用量	献立	材料名	使用量	献立	材料名	使用量	献立	材料名	使用量	献立	材料名	使用量
						ソフトめん			ごはん			ミルクロールパン		
						牛乳			牛乳			牛乳		
						おぼろみそめん			野菜豚丼			コーンクリームスープ		
						牛ひき肉	15		豚肉	25		鶏肉	15	
						豚ひき肉	15		しらたき	30		にんじん	10	
						さつま揚げ	2		ねぎ	8		たまねぎ	30	
						にんじん	20		たまねぎ	40		コーンペースト	15	
						たまねぎ	30		かまぼこ	15		コーン	15	
						赤みそ	16		冷凍生揚げ	20		小麦粉	5	
						三温糖	5		しょうゆ	5		バター	5	
						塩	0.2		三温糖	2		牛乳	25	
						こしょう	0.02		酒	1		塩	0.3	
						でんぷん	2		みりん	1.5		こしょう	0.03	
						油			むろ削り	2		洋風だし	1.5	
									油			油		
						ささみ大葉梅肉フライ			愛知の五目厚焼き卵			トマトソースのハンバーグ		
						ささみ大葉梅肉フライ	40g	50g	愛知の五目厚焼き卵	50g	60g	ハンバーグ	60g	70g
						揚げ油						トマト水煮	5	
									干草あえ			ケチャップ	6	
						愛知のフルーツ杏仁			もやし	25		ソース	2	
						黄桃レトルト	10		ほうれんそう	10		三温糖	2	
						パイナップルレトルト	10		えのきたけ	5				
						メロンゼリー	20		油揚げ	1.5		ジャーマンポテト		
						いちごゼリー	20		にんじん	5		じゃがいも	40	
						杏仁豆腐	20		しょうゆ	2.5		ベーコン	20	
									三温糖	1.5		たまねぎ	10	
									すりごま	1		洋風だし	1	
												塩	0.2	
												こしょう	0.02	
												油		

