

日(曜)	3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)	10(月)	11(火)	12(水)
献立	牛乳 発芽玄米ごはん 味付けのり なすと鶏肉の甘辛煮 ブロッコリーのツナポン なめこ汁	牛乳 枝豆ごはん 豚の生姜焼き丼の具 大根サラダ トマトと卵のスープ	牛乳 たこめし(半夏生) サバの塩こうじ焼き うどん入サラダ(和風) 湯葉のすまし汁	牛乳 長コッペパン切目入 チリビーンズウインナー 花野菜サラダ おまめいりスープ ぶどうゼリー	牛乳 わかめごはん 星型ハンバーグトマトソース 野菜サラダイトレ 七夕汁 七夕ゼリーパイン味	牛乳 発芽玄米ごはん いわしのレモン煮 納豆あえ(アカモク入り) たまねぎと小松菜のみそ汁	牛乳 チャーハン 鶏と根菜のつくね 野菜の梅のりあえ ワンタンスープ	牛乳 発芽玄米ごはん - のりふりかけ 鮭の照り焼き 豚肉のみそ炒め岩泉 めかぶのみそ汁
献立の材料	牛乳 水稻穀粒(精白米) 強化米 発芽玄米(ドライ) 味付けのり なす 鶏肉 おろししょうが しょうゆ 料理酒 片栗粉 米油 しょうゆ 料理酒 砂糖 ブロッコリー きゅうり キャベツ オリーブドツナ ぼん酢しょうゆ しょうゆ なめこ だいこん 豆腐 ねぎ 県産強化みそ 白みそ	牛乳 水稻穀粒(精白米) 強化米 おおむぎ(米粒麦) だしパック(割烹の味) しょうゆ 料理酒 むき枝豆 食塩 豚肉 しょうが 玉葱 青ピーマン つきこんにゃく 砂糖 料理酒 しょうゆ そばつゆ だいこん にんじん きゅうり とうもろこし(冷凍) そばつゆ しょうゆ 砂糖 酢 トマト 卵 じゃがいも しめじ ほうれんそう ベーコン コンソメ 塩 コショウ 片栗粉	牛乳 水稻穀粒(精白米) 強化米 まだこ(ゆで) 油揚げ しょうが 水 砂糖 本みりん しょうゆ そばつゆ 食塩 むき枝豆 さば切り身 塩麴 冷凍うどん むき枝豆 トマト 玉葱 きゅうり オリーブ油 そばつゆ 生わさび かつおだし 料理酒 しょうゆ そばつゆ 食塩 きょうな カット湯葉 かたくり粉 豆腐 板麴千切り	牛乳 県産強力粉 食塩 上白糖 脱脂粉乳 ウインナー 米油 おろししょうが おろしにんにく 玉ねぎ 刻み大豆 ピーマン トマトケチャップ しょうゆ 料理酒 砂糖 とうがらし(粉) ブロッコリー(ゆで) カリフラワー(ゆで) とうもろこし(加熱冷凍) 赤ピーマン 酢 米油 砂糖 食塩 コショウ 米油 鶏肉 町産大豆 にんじん 玉葱 パセリ しょうゆ じゃがいも コンソメ ぶどうゼリー	牛乳 水稻穀粒(精白米) おおむぎ(米粒麦) 強化米 わかめごはんの素 星型ハンバーグ トマトケチャップ 中濃ソース 赤ワイン トマトピューレ たまねぎ 砂糖 キャベツ きゅうり 赤ピーマン 黄ピーマン にんじん イタリアンドレッシング 豆腐 はくさい いんげん豆春雨カット にんじん オクラｽﾗｲｽ 板麴千切り だしパック しょうゆ 白こしょう 七夕ゼリーパイン味	牛乳 水稻穀粒(精白米) 強化米 発芽玄米(ドライ) いわしレモン煮 挽きわり納豆 ほうれんそう にんじん はくさい ねぎ アカモク ダイスチーズ しょうゆ そばつゆ あおのり 玉葱 にんじん 油揚げ 塩蔵わかめ こまつな 煮干しだし 県産強化みそ 白みそ	牛乳 水稻穀粒(精白米) 強化米 おおむぎ(米粒麦) ラード チャーハンの素 冷凍焼き豚 ねぎ 米油 卵 鶏と根菜のつくね もやし きゅうり キャベツ にんじん かまぼこ 刻みのり 梅びしお しょうゆ 砂糖 塩昆布 にんじん たけのこ 肉入りワンタン はくさい ねぎ 中華だし 食塩 コショウ	牛乳 水稻穀粒(精白米) 強化米 発芽玄米(ドライ) のりふりかけ 鮭 おろししょうが しょうゆ 本みりん 料理酒 砂糖 米油 キャベツ 玉葱 にんじん 青ピーマン 県産強化みそ 料理酒 砂糖 本みりん 三陸産冷凍めかぶ 豆腐 だいこん ねぎ 県産強化みそ 白みそ
実施校	豊小 船小 山中	豊小 船小 山中の1-2 1-3 2年 3年 うみはま	山中1-2以外	山小4年と山中1-3以外	山中うみはま以外	全校	全校	全校

日(曜)	13(木)	14(金)	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)	24(月)
献立	牛乳 チーズパン タンドリーチキン マセドアンサラダ 豆乳入り春雨ポトフ オレンジ	牛乳 いろどりごはん さけチーズフライ 凍み豆腐入り筑前煮 キャベツのみそ汁	牛乳 発芽玄米ごはん 夏野菜カレー プレーンオムレツ かいそうサラダ メロンゼリー	牛乳 発芽玄米ごはん ホッケのみりん焼き かわり山形のだし いものこ汁	牛乳 アップルパン トウモロコシ入チキンカツ じゃが芋のカレーチャップ 炒め 野菜スープ オレンジ	牛乳 発芽玄米ごはん カレーソース入りメンチカツ 野菜サラダ 小松菜のみそ汁	牛乳 発芽玄米ごはん チーズダッカルビ 春雨サラダ わかめのスープ岩泉 鉄分ヨーグルト
献立の材料	牛乳 県産強力粉 食塩 上白糖 脱脂粉乳 プロセスチーズ 鶏若鶏肉モモ(皮なし) ヨーグルト(全脂無糖) カレー粉 トマトケチャップ ウスターソース しょうゆ じゃがいも きゅうり 国産／むき枝豆 とうもろこし(加熱冷凍) にんじん イタリアンドレッシング ノンエッグマヨネーズ キャベツ 玉葱 にんじん 無塩せきウインナー 豆乳 いんげん豆春雨カット 食塩 コショウ コンソメ オレンジ	牛乳 水稻穀粒(精白米) 強化米 発芽玄米(ドライ) 五穀と彩野菜ごはん しろさけ プロセスチーズ 薄力粉 パン粉(乾燥) 食塩 米油 凍り豆腐(サイコロ) 鶏肉 ごぼう にんじん れんこん こんにゃく さやいんげん 干し椎茸 そばつゆ しょうゆ 砂糖 本みりん 料理酒 米油 キャベツ にんじん 玉葱 油揚げ 冷凍えのき(ハーブ) だしパック(割烹の味) 県産強化みそ 白みそ	牛乳 水稻穀粒(精白米) 強化米 発芽玄米(ドライ) 青ピーマン なす トマト 鶏肉 玉葱 にんじん じゃがいも カレールウ トマトケチャップ 中濃ソース 米油 おろししょうが おろしにんにく カレー粉 プレーンオムレツ 国産／海藻サラダ きゅうり とうもろこし(加熱冷凍) キャベツ 粗おろしドレッシング メロンゼリー	牛乳 水稻穀粒(精白米) 強化米 発芽玄米(ドライ) ほっけ しょうゆ 本みりん しょうが プチドリッパ なす きゅうり むき枝豆 とうもろこし(加熱冷凍) かまぼこ にんじん がごめこんぶ(素干し) 糸かつお しそ葉 しょうゆ 酢 冷凍里芋乱切 牛肉 豆腐 だいこん にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ 料理酒 しょうゆ そばつゆ 米油	牛乳 県産強力粉 食塩 上白糖 脱脂粉乳 ドライアップル とうもろこし(加熱冷凍) 玉葱 大豆ミート 鶏肉 かたくり粉 しょうゆ ノンエッグマヨネーズ 食塩 米油 じゃがいも 玉葱 しめじ ウインナー 米油 食塩 こしょう コンソメ トマトケチャップ 中濃ソース 砂糖 カレー粉 ベーコン キャベツ アスパラガス にんじん コンソメ 食塩 こしょう オレンジ	牛乳 水稻穀粒(精白米) 強化米 発芽玄米(ドライ) カレーソース入りメンチ 米油 キャベツ きゅうり にんじん ロースハム とうもろこし(加熱冷凍) 塩こんぶ 糸かつお 酢 砂糖 しょうゆ ごま油 ごま プチドリッパ こまつな だいこん にんじん ねぎ 豆腐 煮干しだし 県産強化みそ 白みそ オレンジ	牛乳 水稻穀粒(精白米) 強化米 発芽玄米(ドライ) 鶏若鶏肉モモ(皮なし) しょうゆ おろしにんにく 米油 さつまいも 玉葱 キャベツ にんじん 友情キムチ(白菜) 2 c m とろけるチーズ 小判紙カップ いんげん豆春雨カット キャベツ きゅうり とうもろこし(加熱冷凍) 砂糖 しょうゆ 酢 生揚げ 塩蔵カットわかめ にんじん だいこん ねぎ 帆立貝柱(フレーク) 中華だし しょうゆ 料理酒 コショウ 鉄分ヨーグルト
実施校	全校	全校	山小	豊小 山中	豊小 山中	山中	山中