2023年 10月度　　【詳細献立表】

太字表記は、加工品に含まれるアレルギー対応該当食品とそれらを使用した献立です

日(曜)	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	16(月)
献立	牛乳 麦ごはん 豆腐ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞｰきのこｿｰｽ レンコンのサラダ 鮭汁	牛乳 少なめ麦ごはん **サバの塩こうじ焼き** 豚肉のみそ炒め ひっつみ汁	牛乳 麦ごはん いわしの生姜煮 さんまの生姜煮 ※山中１年のみ 高野豆腐の五目煮 大根葉のみそ汁	牛乳 **長コッペパン切目入** チリビーンズウインナー 南瓜とﾌﾞﾛｯｺﾘｰのｻﾗﾀﾞ 茎わかめスープ	牛乳 麦ごはん 焼き目付餃子 鶏肉と野菜の炒め物 **サンラータン**	牛乳 わかめごはん **かつお柔らかフライ** **キャベツとしらすの酢の物** 野菜たっぷりみそ汁 **ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰ&ｱﾛｴﾖｰｸﾞﾙﾄ**	牛乳 麦ごはん つくねのあんかけ ひじきの炒り煮 鶏の水炊き **りんごゼリー**	牛乳 **コッペパン** **かぼちゃのﾐｰﾄｸﾞﾗﾀﾝ** 野菜サラダ **卵スープ**	牛乳 雑穀ご飯 鶏肉の朝鮮焼 大根と小松菜のそぼろ煮 もやしのみそ汁	牛乳 発芽玄米ごはん 根菜カレー 野菜コロッケ ポテトコロッケ ※山中１年のみ **フルーツヨーグルト**
献立の材料	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 おおむぎ(米粒麦) 国産大豆の豆腐ハンバーグ 米油 玉葱 えのきたけ しいたけ 砂糖 しょうゆ 本みりん 白だし レンコン だいこん きゅうり とうもろこし(冷凍) いりごま しょうゆ 穀物酢 砂糖 ごま油 煮干だし 鮭ボール じゃがいも にんじん 豆腐 はくさい ねぎ 白みそ 県産強化みそ	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 おおむぎ(米粒麦) **サバ切り身** 液体塩こうじ 豚肉 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 テンメンジャン すいとん粉 鶏肉 油揚げ にんじん ごぼう 切干大根 しいたけ ねぎ しょうゆ 料理酒 本みりん	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 おおむぎ(米粒麦) **いわしの生姜煮** さんまの生姜煮 (山中１年) 米油 豚肉 おろししょうが にんじん じゃがいも 高野豆腐 むき枝豆 料理酒 砂糖 うすくちしょうゆ 本みりん かつおだし だいこん葉 油揚げ だいこん にんじん えのきたけ ねぎ 白みそ 県産強化みそ	牛乳 **県産強力粉** 食塩 上白糖 脱脂粉乳 無塩せきウインナー 米油 おろししょうが おろしにんにく たまねぎ 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 唐辛子 かぼちゃ ブロッコリー ごぼう 無塩せきベーコン ノンエッグマヨネーズ 粒入りマスタード しょうゆ 茎わかめ しらたき 豆腐 だいこん にんじん ねぎ コンソメ こいくちしょうゆ	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 焼き目付餃子 鶏肉 おろししょうが しょうゆ 片栗粉 薄力粉 にんじん たけのこ水煮 干し椎茸 ピーマン 砂糖 ごま油 本みりん しょうゆ 片栗粉 豚肉 料理酒 しょうゆ 片栗粉 にんじん 青梗菜 春雨カット えのきたけ **卵** タンサイフ 料理酒 しょうゆ とりがらスープ 食塩 コショウ 穀物酢 ラー油 ねぎ ザーサイ	牛乳 水稲穀粒(精白米) おおむぎ(米粒麦) 強化米 わかめごはんの素 **かつお柔らかフライ** 米油 **しらす干し** 油揚げ キャベツ にんじん 砂糖 酢 しょうゆ 豚肉 白菜 にんじん ほうれんそう じゃがいも えのきたけ マロニー 県産強化みそ 白みそ **ブルーベリー&アロエ** **ヨーグルト**	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 おおむぎ(米粒麦) 国産鶏豚ハンバーグFeCa かつおだし 砂糖 本みりん しょうゆ そばつゆ 片栗粉 米油 ごぼう 糸こんにゃく ひじき にんじん 町産大豆 さやいんげんカット かつおだし 料理酒 砂糖 しょうゆ だしこんぶ 鶏肉 糸こんにゃく にんじん しいたけ 焼き竹輪 白菜 豆腐 ねぎ 食塩 うすくちしょうゆ **りんごゼリー**	牛乳 **県産強力粉** 食塩 上白糖 脱脂粉乳 かぼちゃ たまねぎ 豚ひき肉 赤ピーマン 黄ピーマン トマトケチャップ 中濃ソース **シュレッドチーズ** キャベツ きゅうり にんじん 無塩せきロースハム 冷凍とうもろこし 塩昆布 糸かつお 穀物酢 砂糖 しょうゆ ごま油 **たまご** 豆腐 にんじん 玉葱 コンソメ しょうゆ コショウ 片栗粉	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 県産雑穀ブレンド 鶏肉 おろししょうが おろしにんにく ねぎ しょうゆ 料理酒 砂糖 ごま油 一味唐辛子 だいこん こまつな 豚ひき肉 オイスターソース しょうゆ 料理酒 本みりん 砂糖 とりがらだし プチドリップ 湯通し塩蔵わかめ(塩抜き) カット油揚げ りょくとうもやし にんじん ねぎ 県産強化みそ 白みそ	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 発芽玄米（ドライ） 鶏肉 玉葱 にんじん じゃがいも ごぼう れんこん 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 野菜コロッケ ポテトコロッケ（山中１年） 米油 **おおのゆめヨーグルト** **国産みかん缶** **カットフルーツ** **（桃　りんご）**
実施校	全校	豊小　山小　山中	全校	全校	山小　山中	全校	全校	山小　船小　山中	全校	全校

2023年 10月度　　【詳細献立表】

太字表記は、加工品に含まれるアレルギー対応該当食品とそれらを使用した献立です

日(曜)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	30(月)	31(火)
献立	牛乳 麦ごはん ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ照焼ソース **ポテトのチーズ煮** **豆乳入り春雨ポトフ**	牛乳 麦ごはん 昆布とお抹茶ふりかけ **サワラ西京焼き** 切り干しの炊いたん **かきたま汁** レモンソーダゼリー	牛乳 **コッペパン** いかフライ キャベツサラダ **鶏肉ときのこのクリーム煮**	牛乳 発芽玄米ごはん あかもく丼の具 もやし磯辺あえ 豆腐と茎わかめのみそ汁	牛乳 麦ごはん チキンチキンごぼう ブロッコリーのツナポン 小松菜のみそ汁	牛乳 麦ごはん のりふりかけ 鮭のごまだれやき つぼづけあえ 里芋ときのこの味噌汁	牛乳 麦ごはん 豆腐の和風ｸﾘｰﾑｸﾞﾗﾀﾝ **ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのごまサラダ** **卵とわかめのスープ**	牛乳 **長コッペパン** 鶏肉の蜂蜜マスタード焼 **さつまいもﾚｰｽﾞﾝｻﾗﾀﾞ** 小松菜と豆腐のコンソメスープ	牛乳 青菜ごはん とりのからあげ 春雨サラダ なめこ汁	牛乳 少なめ麦ごはん ちゃんぽんうどん ポーク焼売CaFe ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとﾊﾟﾌﾟﾘｶの中華サラダ	牛乳 キャロットごはん 鶏肉のトマトソース煮 花野菜サラダ **かぼちゃのポタージュ** ﾊﾛｳｨﾝﾐｯｸｽﾍﾞﾘｰﾌﾟﾘﾝ
献立の材料	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 おおむぎ(米粒麦) ポークチキンバーグ しょうゆ 料理酒 本みりん 砂糖 さつまいも じゃがいも 有塩バター 三温糖 食塩 **ダイスチーズ** こしょう 無塩せきウインナー 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 食塩 こしょう コンソメ	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 おおむぎ(米粒麦) お抹茶ふりかけ **さわら** おろししょうが 料理酒 本みりん 西京みそ 砂糖 切干しだいこん にんじん 油揚げ さやいんげん 米油 砂糖 料理酒 本みりん うすくちしょうゆ かつおだし にんじん 干し椎茸 えのきたけ かまぼこ かつおだし しょうゆ 食塩 料理酒 片栗粉 **卵** ねぎ レモンソーダゼリー	牛乳 **県産強力粉** 食塩 上白糖 脱脂粉乳 いかフライ 米油 キャベツ きゅうり 赤ピーマン 黄ピーマン イタリアンドレッシング 鶏肉 玉葱 県産マッシュルーム水煮 エリンギ えのきたけ こまつな マカロニ オリーブ油 **とろけるクリームシチュー** **牛乳** 白みそ	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 発芽玄米（ドライ） 豚ひき肉 刻みアカモク 玉葱 にんじん 青ピーマン 冷凍とうもろこし しょうゆ 本みりん 砂糖 料理酒 おろししょうが 米油 ほうれんそう もやし にんじん 刻みのり しょうゆ 豆腐 はくさい 茎わかめ ねぎ 白みそ 県産強化みそ	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 おおむぎ(米粒麦) 鶏肉 ごぼう 片栗粉 米油 水 かつおだし 料理酒 砂糖 しょうゆ 本みりん むき枝豆 ブロッコリー きゅうり キャベツ オリーブドツナ ぽん酢しょうゆ しょうゆ こまつな にんじん 油揚げ 豆腐 県産強化みそ 白みそ	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 おおむぎ(米粒麦) のりふりかけ しろさけ しょうが しょうゆ 本みりん 料理酒 砂糖 いりごま ごま油 キャベツ 県産水煮大豆 ごぼう にんじん もやし つぼ漬 いりごま 食塩 冷凍里芋乱切り 豆腐 まいたけ えのきたけ ねぎ 白みそ 県産強化みそ	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 おおむぎ(米粒麦) 豆腐 こまつな にんじん エリンギ 玉葱 米油 バター 小麦粉 牛乳 かつお昆布だし 白みそ 食塩 シュレッドチーズ アルミカップ ブロッコリー 冷凍とうもろこし キャベツ 砂糖 しょうゆ **すりごま** とりがらスープ しょうゆ 料理酒 片栗粉 **たまご** 塩蔵わかめ ねぎ 青梗菜	牛乳 **県産強力粉** 食塩 上白糖 脱脂粉乳 鶏肉 はちみつ 粒入りマスタード しょうゆ 料理酒 おろしにんにく さつまいも きゅうり レーズン ノンエッグマヨネーズ **無糖ヨーグルト** 食塩 コショウ 砂糖 豆腐 えのきたけ こまつな 玉葱 冷凍とうもろこし 無塩せきベーコン 米油 コンソメ しょうゆ	牛乳 水稲穀粒(精白米) 精麦（米粒麦） 強化米 青菜ごはんの素 鶏肉 おろししょうが 料理酒 砂糖 しょうゆ オイスターソース 片栗粉 米油 いんげん豆春雨カット キャベツ きゅうり 冷凍とうもろこし 無塩せきﾛｰｽﾊﾑ 砂糖 しょうゆ 穀物酢 ごま油 なめこ だいこん 豆腐 ねぎ 白みそ 県産強化みそ	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 おおむぎ(米粒麦) 県産小麦うどん 米油 おろししょうが 豚肉 にんじん 県産きくらげ はくさい ねぎ いか さつま揚げ 白湯スープ 食塩 コショウ 料理酒 ポーク焼売 ブロッコリー ４色カラーピーマン だいこん りょくとうもやし **ごまドレッシング**	牛乳 水稲穀粒(精白米) 強化米 おおむぎ(米粒麦) にんじん コンソメ 無塩バター 食塩 こしょう パプリカ 若鶏トマトソース煮 ブロッコリー カリフラワー キャベツ 赤ピーマン 酢 米油 砂糖 食塩 こしょう 無塩せきベーコン 西洋かぼちゃ にんじん 玉葱 ぶなしめじ パセリ **パンプキンポタージュ** **牛乳** オリーブ油 ハロウィン ミックスベリープリン (卵乳不使用)
実施校	全校	全校	全校	全校	豊小　山小　船小	豊小　山小　船小	豊小　船小　山中	全校	全校	山中	全校