

10月1日(水)
[ごはん]
水稻穀粒(精白米)
[豚肉の生姜炒め]
豚モモ(脂身、生)
玉葱
青ピーマン
なたね油
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
おろしょうが
中華だし
[イカ野菜カツ]
イカ野菜カツ 小麦
[中濃ソース]
中濃ソース
[ひじきの煮物]
ひじき
にんじん
板こんにゃく
なたね油
水
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
和風だしの素
四季ごよみ(もみじ) 小麦・卵
[揚げ出し豆腐のあんかけ]
揚げ出し豆腐
水
上白糖
和風だしの素
こいくちしょうゆ 小麦
みりん風調味料
[マカロニサラダ]
マカロニサラダ 小麦・卵
[つぼ漬け]
つぼ漬け
[牛乳]
牛乳 乳

10月2日(木)
[ご飯]
水稻穀粒(精白米)
[エビフライ]
えびフライ 30g 小麦・えび
なたね油
[中濃ソース]
中濃ソース
[たけのこオイスター炒め]
たけのこ
チンゲンツァイ・冷凍
きくらげ(乾)
にんじん
なたね油
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
かき油 小麦・エビ
中華だし
[小松菜のごま和え]
小松菜のごま和え 小麦
[つぼ漬け]
つぼ漬け 小麦
[ピリ辛こんにゃく煮]
板こんにゃく
水
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
とうがらし(粉)
和風だしの素
[牛乳]
牛乳 乳

10月3日(金)
[ご飯]
水稻穀粒(精白米)
[ヒレカツ]
ヒレかつ 小麦
なたね油
[豚肉と玉ねぎの串カツ]
豚串カツ 小麦
なたね油
[ぎょうざ]
ぎょうざ 小麦
[中濃ソース]
中濃ソース
[野菜コンソメソテー]
キャベツ
にんじん
こまつな・冷凍
なたね油
食塩
こしょう混合
固形コンソメ 乳
[大根旨煮]
だいこん
にんじん
板こんにゃく
油揚げ
グリーンピース(冷凍)
水
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
和風だしの素
[さくら漬け]
さくら漬け
[ポテトサラダ]
ポテトサラダ 卵
[牛乳]
牛乳 乳

10月6日(月)
[ご飯]
水稻穀粒(精白米)
[メンチカツ]
メンチカツ(冷凍) 小麦・乳
なたね油
[中濃ソース]
中濃ソース
[ハ宝菜]
はくさい
にんじん
チンゲンツァイ・冷凍
なたね油
水
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
かき油 小麦・エビ
おろしょうが
中華だし
ごま油
かたくり粉
[かぼちゃサラダ]
かぼちゃサラダ 小麦・卵・乳
[さくら漬け]
さくら漬け
[小結こんにゃく煮]
焼きふ(車ふ) 小麦
しらたき
水
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
和風だしの素
[牛乳]
牛乳 乳

10月7日(火)
[ごはん]
水稻穀粒(精白米)
[鶏唐揚げ]
鶏若鶏肉モモ(皮付き)
清酒(本醸造酒)
かたくり粉
食塩
こしょう混合
おろししょうが
[南蛮あん]
水
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
穀物酢
とうがらし
和風だしの素
かたくり粉
[具沢山タルタル]
QPタルタルソース 卵・小麦
[豆のごま和えサラダ]
豆のごまあえサラダ 小麦
[根菜味噌煮]
れんこん
にんじん
高野豆腐
板こんにゃく
水
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
和風だしの素
[枝豆]
えだまめ(冷凍)
[つぼ漬け]
つぼ漬け 小麦
[きのこバターソテー]
ぶなしめじ(ゆで)
エリンギ
玉葱
バターフレーバーオイル 乳
食塩
こしょう混合
中華だし
[牛乳]
牛乳 乳

10月8日(水)
[ごはん]
水稻穀粒(精白米)
[マス塩焼き]
からふとます(塩ます)
食塩
[かき揚げ]
野菜かき揚げ 30g 小麦
[抹茶塩]
食塩
[メンマ炒め]
しなちく
板こんにゃく
なたね油
ごま油
食塩
こしょう混合
中華だし
[ひじき煮]
ひじき
にんじん
油揚げ
水
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
和風だしの素
[つぼ漬け]
つぼ漬け 小麦
[鶏そぼろ]
鶏そぼろ 小麦
[牛乳]
牛乳 乳

10月9日(木)
[ごはん]
水稻穀粒(精白米)
[トンカツ]
三元豚ロースとんかつ 小麦・卵
なたね油
[中濃ソース]
中濃ソース
[チンゲン菜中華炒め]
チンゲンツァイ・冷凍
玉葱
にんじん
なたね油
ごま油
食塩
こしょう混合
中華だし
[彩り春雨サラダ]
彩り春雨サラダ 小麦
[さくら漬け]
さくら漬け
[レンコントマト煮]
れんこん
玉葱
水
トマトケチャップ
まぐろ缶詰(油漬フレーグライト)
どうもろこし缶詰(ホール)
食塩
こしょう混合
固形コンソメ 乳
[牛乳]
牛乳 乳

10月10日(金)
[ごはん]
水稻穀粒(精白米)
[アジフライ]
あじフライ用 50g 小麦
なたね油
[ピーマン肉詰めフライ]
ピーマン肉詰めフライ 小麦・卵(コンタミ:えび・かに・乳)
なたね油
[中濃ソース]
中濃ソース
[もやしビビンバ]
ビビンバ 小麦
[竹の子韓国風炒め]
たけのこ(水煮缶詰)
にんじん
きくらげ(乾)
なたね油
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
コチュジャン
中華だし
[つぼ漬け]
つぼ漬け
[玉ねぎスープ煮]
玉葱
ロースハム 乳・卵
水
カリフラワー
食塩
こしょう混合
固形コンソメ 乳
[牛乳]
牛乳 乳

10月14日(火)
[ごはん]
水稻穀粒(精白米)
[チキンカツ]
チキンカツ 卵・乳・小麦
なたね油
[サルサソース]
トマトサルサ
トマトケチャップ
水
上白糖
トウバンジャン
中華だし
[お弁当白身フライ]
白身魚フライ 小麦(コンタミ:えび・かに・卵・乳)
[マカロニサラダ]
マカロニサラダ 小麦
[金平ごぼう]
ごぼう
にんじん
なたね油
ごま油
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
和風だしの素
[つぼ漬け]
つぼ漬け
[里芋味噌煮]
さといも(冷凍)
板こんにゃく
にんじん
水
米みそ(淡色辛みそ)
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
和風だしの素
[牛乳]
牛乳 乳

10月15日(水)
[ごはん]
水稻穀粒(精白米)
[タラの塩こうじ焼き]
まだら 50g
塩麴
ねぎ
[シューマイ]
エビしゅうまい えび・小麦
[しし唐素揚げ]
ししとうがらし
なたね油
[麻婆たけのこ]
たけのこ
豚ひき肉
ごま油
おろしょうが
おろしにんにく
マーボー豆腐の素 小麦
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
トウバンジャン
[ほうれん草のバター炒め]
ほうれんそう
にんじん
玉葱
とうもろこし缶詰(ホール)
バターフレーバーオイル
食塩
しょう混合
[ポテトサラダ]
ポテトサラダ 卵
[さくら漬け]
さくら漬け
[牛乳]
牛乳 乳

10月16日(木)
[ごはん]
水稻穀粒(精白米)
[グリルハンバーグ]
グリルハンバーグ 小麦・乳
[デミソース]
マイルドデミグラスソース 小麦・乳
トマトケチャップ
水
上白糖
食塩
中華だし
かたくり粉
[ブロッコリー]
ブロッコリー・冷凍
[人参甘煮]
にんじん
水
上白糖
食塩
[根菜のマリネ]
根菜マリネ
[インゲンピリ辛炒め]
いんげんまめ(ゆで)
さつま揚げ 小麦・卵(コンタミ:えび・かに・乳)
板こんにゃく
なたね油
食塩
トウバンジャン
中華だし
[エビカツ]
えびカツ えび・小麦・卵
なたね油
[中濃ソース]
中濃ソース
[さくら漬け]
さくら漬け
[牛乳]
牛乳 乳

10月17日(金)
[ごはん]
水稻穀粒(精白米)
[厚切りハムカツ]
ハムカツ 小麦・乳
なたね油
[磯部白身フライ]
磯部白身フライ 小麦
[刻み昆布煮]
こんぶ
しらたき
にんじん
油揚げ
水
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
和風だしの素
[つぼ漬け]
つぼ漬け 小麦
[なめ茸]
ミニカップなめたけ 小麦
[ブロッコリーサラダ]
ブロッコリー
とうもろこし缶詰(ホール)
青しそドレッシング 小麦
[牛乳]
牛乳 乳

10月20日(月)
[ごはん]
水稻穀粒(精白米)
[ササミフライ]
ささみフライ 小麦
なたね油
[ベイクドエッグ]
欧風ベイクドエッグ 小麦・卵
[ケチャップ]
トマトケチャップ
[中濃ソース]
中濃ソース
[ごぼうサラダ]
VOごぼうサラダ 小麦・卵
[彩りカレー]
玉葱
水
とろける給食用カレー 小麦・乳
中華だし
[三色ピーマンダイス]
青ピーマン
[福神漬け]
えちごの七福神 小麦
[白滝のチャプチェ]
しらたき
にんじん
ごま油
かき油 小麦・エビ
上白糖
ごま(いり)
[牛乳]
牛乳 乳

10月21日(火)
[ごはん]
水稻穀粒(精白米)
[白身フライ]
白身魚フライ 小麦(コンタミ:えび・かに・卵・乳)
なたね油
[エビフライ]
えびフライ 30g 小麦・エビ
なたね油
[春雨中華炒め]
緑豆はるさめ
玉葱
にんじん
きくらげ(乾)
なたね油
食塩
こしょう混合
中華だし
ごま油
[小松菜のごま和え]
小松菜のごま和え 小麦
[さくら漬け]
さくら漬け
[タルタルソース]
QPタルタルソース 卵・小麦
[ナスの生姜和え]
乱切りフライド茄子
水
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
おろししょうが
中華だし
[牛乳]
牛乳 乳

10月22日(水)
[ごはん]
水稻穀粒(精白米)
[肉団子素揚げ]
ミートボール(冷凍) 小麦・乳(コンタミ:えび・かに・卵)
なたね油
[黒酢酢豚あん]
玉葱
にんじん
たけのこ(水煮缶詰)
水
アジアソース黒酢酢豚 小麦
トマトケチャップ
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
穀物酢
中華だし
かたくり粉
[三色ピーマンスライス]
青ピーマン
[コーン入コールスロー]
コーン入りコールスロー 小麦・卵
[カニクリームコロッケ]
クリームコロッケ(ズワイガニ) 卵・乳・かに
なたね油
[ミニ海鮮お好み焼き]
ミニ海鮮お好み焼き 小麦・乳(コンタミ:えび・かに・卵)
[中濃ソース]
中濃ソース
[さくら漬け]
さくら漬け
[牛乳]
牛乳 乳

10月23日(木)
[ごはん]
水稻穀粒(精白米)
[鶏唐揚げ]
鶏若鶏肉モモ(皮付き)
清酒(本醸造酒)
こいくちしょうゆ 小麦
こしょう混合
おろししょうが
おろしにんにく
かたくり粉
プレミックス粉(てんぷら用)
[ボイルウィンナー]
ウィンナー 卵・乳
[カリフラワー黒胡椒炒め]
カリフラワー
にんじん
青ピーマン
なたね油
まぐろ缶詰(油漬フレーグライト)
食塩
黒こしょう
中華だし
[コーン]
とうもろこし(カーネル冷凍)
[がんも煮]
がんもどき
水
生椎茸
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
和風だしの素
[つぼ漬け]
つぼ漬け 小麦
[ひじきと蓮根のサラダ]
ひじきと蓮根のサラダ 小麦
[牛乳]
牛乳 乳

10月24日(金)
[ごはん]
水稻穀粒(精白米)
[サバ照り焼き]
まさば
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
[ごま(白)]
ごま(いり)
[かき揚げ]
野菜かき揚げ 30g 小麦
[抹茶塩]
食塩
[キャベツ辛子和え]
キャベツ
カットわかめ
にんじん
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
からし(粉)
和風だしの素
[大根オイスター炒め]
だいこん
にんじん
なたね油
さつま揚げ 小麦・卵(コンタミ:えび・かに・乳)
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
かき油 小麦・エビ
中華だし
[さくら漬け]
さくら漬け
[鶏そぼろ]
鶏そぼろ 小麦
[牛乳]
牛乳 乳

10月27日(月)
[ごはん]
水稻穀粒(精白米)
[塩からあげ]
鶏若鶏肉モモ(皮付き)
食塩
おろしょうが
おろしにんにく
ごま油
清酒(本醸造酒)
かたくり粉
プレミックス粉(てんぷら用) 小麦・乳
なたね油
[エビフライ]
えびフライ 30g 小麦・えび
なたね油
[五目煮豆]
大豆(水煮缶詰)
にんじん
生椎茸
板こんにゃく
水
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
和風だしの素
みりん風調味料
[チャプチェ]
緑豆はるさめ
玉葱
チンゲンツァイ
にんじん
なたね油
ごま油
こいくちしょうゆ 小麦
みりん風調味料
上白糖
ごま(いり)
とうがらし(粉)
[明太子ポテトサラダ]
明太子ポテトサラダ 小麦・卵・乳
[つぼ漬け]
つぼ漬け 小麦
[牛乳]
牛乳 乳

10月28日(火)
[ごはん]
水稻穀粒(精白米)
[ハンバーグ]
ハンバーグ(冷凍) 小麦・乳
[シャリアピンソース]
玉葱
水
こいくちしょうゆ 小麦
穀物酢
清酒(本醸造酒)
みりん風調味料
上白糖
食塩
こしょう混合
かたくり粉
[人参甘煮]
にんじん
水
上白糖
食塩
[フライドポテト]
ナチュラルカットポテト 小麦
[マカロニサラダ]
マカロニサラダ 小麦・卵
[目玉焼きフライ]
目玉焼きフライ 小麦・卵
なたね油
[ミニ中濃ソース]
中濃ソース
[さくら漬け]
さくら漬け
[ほうれん草バターソテー]
ほうれんそう(冷凍)
にんじん
バターフレーバーオイル 乳
食塩
こしょう混合
中華だし
玉葱
[牛乳]
牛乳 乳

10月29日(水)
[ごはん]
水稻穀粒(精白米)
[鶏スパイシー焼き]
鶏若鶏肉モモ(皮付き)
食塩
カレー粉
[いんげん天]
いんげん 小麦(コンタミ:えび・卵・乳)
水
なたね油
[野菜コロッケ]
野菜コロッケ 小麦(コンタミ:えび・かに・乳)
なたね油
[ミニ中濃ソース]
中濃ソース
[たけのこコンソメソテー]
ぶなしめじ
たけのこ(ゆで)
玉葱
にんじん
なたね油
食塩
こしょう混合
固形コンソメ 乳
[ごぼうとナッツのサラダ]
ごぼうとナッツのサラダ 小麦・卵・乳
[さくら漬け]
さくら漬け
[こんにゃく旨煮]
板こんにゃく
焼き竹輪 卵(コンタミ:えび・かに)
水
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
和風だしの素
[牛乳]
牛乳 乳

10月30日(木)
[ごはん]
水稻穀粒(精白米)
[チーズメンチカツ]
メンチカツ(冷凍) 小麦・卵・乳
なたね油
[海鮮磯部串フライ]
海鮮串フライ 小麦
なたね油
[中濃ソース]
中濃ソース
[中華旨煮]
はくさい
にんじん
玉葱
干し椎茸
水
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
かき油 小麦・エビ
中華だし
ごま油
かたくり粉
[かまぼこスライス]
板なしかまぼこ 小麦・卵
[ビーフンソテー]
ビーフン
チンゲンツァイ・冷凍
玉葱
なたね油
食塩
こしょう混合
中華だし
[さくら漬け]
さくら漬け
[ポテトサラダ]
ポテトサラダ 卵
[牛乳]
牛乳 乳

10月31日(金)
[ごはん]
水稻穀粒(精白米)
[トンカツ]
三元豚ロースとんかつ 小麦・卵
なたね油
[玉ねぎ入卵とじ]
玉ねぎ入り卵とじ 小麦・乳
[グリーンピース]
グリーンピース(冷凍)
[野菜味噌炒め]
れんこん
にんじん
にら
なたね油
米みそ(淡色辛みそ)
上白糖
和風だしの素
[カボチャサラダ]
西洋かぼちゃ(冷凍)
玉葱
コーンクリームドレッシング 小麦
[しばワカメ]
細切り茎わかめ(しば)
[ハロウィングッキー]
ハロウィングッキー 小麦・卵
[牛乳]
牛乳 乳