

11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金) 和食給食	19(火)	20(水) 中国の料理
[牛乳] 牛乳	[牛乳] 牛乳	[牛乳] 牛乳	[牛乳] 牛乳	[牛乳] 牛乳	[牛乳] 牛乳	[牛乳] 牛乳
ごはん	ごはん	中華風かやくごはん	焼きそば	ごはん	ごはん	ごはん
はいが精米	はいが精米	はいが精米	はいが精米	はいが精米	はいが精米	はいが精米
カレー肉じゃが	せんぎりだいこんのたまごやき	こいくちしょうゆ さとう 酒 みりん 鶏ガラスープ缶 豚モモ肉 しょうが たけのこ缶 にんじん 干し椎茸 ごま油 こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ ウスターソース さとう こしょう 出汁昆布 チンゲン菜	△中華めん(冷) 豚モモ肉 しょうが 米油 ◆ロールイカ 酒 キャベツ 玉葱 にんじん ピーマン 米油 塩 こしょう こいくちしょうゆ さとう 濃厚ソース ウスターソース	芋たこなんきんの にこごり	焼きししゃも	チンジャオロウスー
牛うで肉 米油 糸こんにゃく じゃがいも 玉葱 にんじん あつあげ さんどまめ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ さとう 酒 みりん カレー粉 かたくり粉	せん切りだいこん にんじん しょうが ちりめんじゃこ さとう うすくちしょうゆ 酒 かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 ●たまご かたくり粉 青ねぎ	みりん 鶏ガラスープ缶 豚モモ肉 しょうが たけのこ缶 にんじん 干し椎茸 ごま油 こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ ウスターソース さとう こしょう 出汁昆布 チンゲン菜	◆ゆでだこ かぼちゃ さといも オクラ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 うすくちしょうゆ さとう 酒 粉寒天	◆ゆでだこ かぼちゃ さといも オクラ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 うすくちしょうゆ さとう 酒 粉寒天	ししゃも レモン汁	牛うで肉 ピーマン パプリカ赤 パプリカ黄 たけのこ缶 にんじん にんにく しょうが 米油 こいくちしょうゆ 酒 さとう かたくり粉
青菜とコーンの ソテー	ゴーヤのみそ炒め	ごぼうのあまから揚げ	かきたまスープ	豆とひじきの いそべ揚げ	ひじきの五目煮	サンラータン
こまつな 玉葱 ホールコーン 米油 こしょう 塩 うすくちしょうゆ みりん	にがうり たけのこ缶 ツナフレーク みそ さとう 米油	ごぼう かたくり粉 米粉 米揚げ油 こいくちしょうゆ さとう みりん 白ごま	とりモモ肉 にんじん じゃがいも とうふ わかめ ●たまご 鳥がらだし とりガラ うすくちしょうゆ 酒 みりん 塩 さとう かたくり粉	大豆水煮 干ひじき 米粉 かたくり粉 水 あおのり 塩 米揚げ油	ツナフレーク 干ひじき つきこんにゃく にんじん あつあげ グリーンピース 米油 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ さとう 酒 みりん かつお昆布だし 出汁昆布 削り節	とりむね肉 にんにく 米油 とうふ えのきだけ キャベツ ●たまご わかめ 青ねぎ 鳥がらだし とりガラ 塩 こしょう うすくちしょうゆ 酒酢 酒 みりん トウバンジャン ごま油 白ごま
こまつな 玉葱 ホールコーン 米油 こしょう 塩 うすくちしょうゆ みりん	そうめんかぼちゃ の汁物	キャベツと春雨のスープ	フルーツ ヨーグルト	とまとのすりながし	ごぼうのみそ汁	野菜ゼリー
	そうめんかぼちゃ とうふ わかめ 青ねぎ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 うすくちしょうゆ みりん 酒 塩 かたくり粉	とりミンチ 緑豆はるさめ とうふ たけのこ缶 にんじん 干し椎茸 キャベツ 青ねぎ 塩こしょう うすくちしょうゆ 酒 みりん 鳥がらだし とりガラ かたくり粉	りんご缶 みかん缶 黄桃缶 ヨーグルト	ホールコーン きゅうり にんじん 玉葱 オリーブ油 トマト缶 かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 さとう 塩 こいくちしょうゆ かたくり粉	ごぼう じゃがいも とうふ こまつな かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 みそ	野菜ゼリー
869kcal	750kcal	764kcal	735kcal	790kcal	772kcal	794kcal

全国の和食給食

世界の料理中国

中華麺(原材料):  
小麦粉 かん水 植物性たんぱく  
カロチノイド色素 調整水

