

食堂献立表

9月

令和5年度 2023

	献立	使用材料品目		献立	使用材料品目
8/30 Wed	とうもろこしと枝豆の 彩りご飯 生野菜 ブロッコリー ミニトマト 串カツ エビフライ	(白米・とうもろこし・枝豆・ 人参) (キャベツ) (豚肉・玉ねぎ・小麦粉・玉子・パン粉) (エビ・小麦粉・玉子・パン粉)	9/14 Thu	白身魚フライ タルタルソース 生野菜・ミニトマト ペビードッグ 焼きそば ほうれん草の和え物 がんも ご飯・漬物	(ホキ・小麦粉・玉子・パン粉) (キャベツ) (ウインナー・小麦粉・玉子・パン粉) (中華麺・豚肉・キャベツ・玉ねぎ・人参) (ほうれん草) (大豆・ひじき・人参・筍) (白米)・(大根)
8/31 Thu	白身魚の竜田揚げ ミックスサラダ・りんご オムレツ・メンチカツ 小松菜と人参の胡麻和え マカロニサラダ ひじき煮 ご飯・漬物	(ホキ・片栗粉) (キャベツ・人参・コーン) (玉子)(合挽ミンチ・玉ねぎ・小麦粉・玉子・パン粉) (小松菜・人参・胡麻) (マカロニ・ローズハム・胡瓜) (ひじき・人参・油揚げ・大豆) (白米)・(大根)	9/15 Fri	チンジャオロース 生野菜 ブロッコリー・オレンジ ベーコンエッグ 豆と野菜の彩り煮 肉団子 ご飯	(牛肉・ピーマン・玉ねぎ) (キャベツ) (ベーコン・たまご) (大豆・枝豆・人参・大根) (合挽ミンチ) (白米)
9/1 Fri	マーボー茄子 生野菜・ トマト・ブロッコリー ぎょうざ チンゲン菜サラダ チキンボール	(合挽ミンチ・茄子・青ネギ・人参) (キャベツ) (豚ミンチ・キャベツ・小麦粉) (チンゲン菜・コーン) (鶏ミンチ)	9/19 Tue	和風ハンバーグ 生野菜・ブロッコリー・ミニトマト ミニオムレツ・がんも 小松菜としめじの和え物 ポテサラダ カニクリームコロッケ ご飯・漬物	(合挽ミンチ・玉ねぎ・大根・青ネギ) (キャベツ) (たまご)(油揚げ・ひじき・人参・筍) (小松菜・しめじ) (じゃがいも・ローズハム・胡瓜) (カニ・牛乳・生クリーム・小麦粉・玉子・パン粉) (白米)(胡瓜)
9/4 Mon	鶏肉の照り焼き 生野菜・ミニトマト ナポリタン ほうれん草とコーンのバター炒 がんも 五目巾着 イカフライ	(鶏肉) (キャベツ) (スパゲティ・ローズハム・玉ねぎ) (ほうれん草・コーン) (大豆・ひじき・人参・筍) (油揚げ・人参・しいたけ・筍・ひじき) (イカ・小麦粉・玉子・パン粉)	9/20 Wed	白身魚の野菜あんかけ 生野菜 キーマカレーコロッケ いかフライ 彩り野菜の白和え ご飯	(ホキ・片栗粉・玉ねぎ・人参・ピーマン) (キャベツ) (合挽・じゃがいも・人参・カレー粉・小麦粉・玉子・パン粉) (イカ・小麦粉・玉子・パン粉) (ほうれん草・人参・しいたけ・豆腐) (白米)
9/5 Tue	鯖の塩焼き 生野菜・ミニトマト きんぴらごぼう 小松菜の和え物 ヒレカツ・だし巻き玉子 スパゲッティサラダ ご飯・漬物	(さば) (キャベツ) (ごぼう・人参・胡麻) (小松菜) (豚肉・小麦粉・玉子・パン粉)(たまご) (スパゲティ・ローズハム・胡瓜) (白米)(胡瓜)	9/21 Thu	鶏の唐揚げ グリーンサラダ ミニトマト・いんげんの胡麻和え マカロニサラダ えびフライ オクラのおかか和え ご飯	(鶏肉・片栗粉・レモン) (キャベツ・貝割れ大根) (いんげん・胡麻) (マカロニ・ローズハム・胡瓜) (エビ・小麦粉・玉子・パン粉) (オクラ・かつお節) (白米)
9/6 Wed	牛肉と野菜のスタミナ炒め ほうれん草と人参のナムル 春巻き 焼売 ご飯	(牛肉・キャベツ・人参・玉ねぎ・ピーマン・青ネギ) (ほうれん草・人参) (春雨・人参・筍・小麦粉) (豚ミンチ・小麦粉) (白米)	9/22 Fri	天ぷらの盛り合わせ 生野菜・ブロッコリー ほうれん草と人参の和え物 ひじき煮 だし巻きたまご ご飯 漬物	(えび・いか・竹輪・ししとう) (キャベツ) (ほうれん草・人参) (ひじき・人参・筍・大豆) (たまご) (白米) (大根)
9/7 Thu	オムライス レタスサラダ ブロッコリー ミニトマト ポテサラダ 牛肉コロッケ	(白米・たまご・人参・玉ねぎ ・鶏肉・グリーンピース) (レタス・サニーレタス) (じゃがいも・ローズハム・胡瓜) (牛肉・じゃがいも・小麦粉・玉子・パン粉)	9/25 Mon	八宝菜 もやしと人参のナムル ぎょうざ チンゲン菜とえのきの和え物 ご飯	(豚肉・白菜・人参・筍・きくらげ・うずら玉子) (もやし・人参) (豚ミンチ・キャベツ・小麦粉) (チンゲン菜・えのき) (白米)
9/8 Fri	白身魚の香草焼き 生野菜・ブロッコリー オレンジ 小松菜と人参の煮びたし チーズ入りメンチカツ 高野豆腐とがんもの煮物 ご飯・漬物	(ホキ・小麦粉・玉子・パン粉) (キャベツ) (小松菜・人参) (チーズ・合挽ミンチ・小麦粉・玉子・パン粉) (高野豆腐・がんも) (白米)(胡瓜)	9/26 Tue	親子丼 温野菜 オレンジ チキンナゲット 白身魚フライ	(白米・鶏肉・たまねぎ・青ネギ・たまご) (キャベツ・人参) (鶏肉・小麦粉) (ホキ・小麦粉・玉子・パン粉)
9/11 Mon	鯖の竜田揚げ 生野菜・ブロッコリー・トマト 三角春巻き 豚ミンチと茄子とピーマン炒め 野菜コロッケ チンゲン菜とコーンの和え物 ご飯・漬物	(さば) (キャベツ) (春雨・人参・筍・小麦粉) (豚ミンチ・茄子・ピーマン) (じゃがいも・人参・コーン・小麦粉・玉子・パン粉) (チンゲン菜・コーン) (白米)・(大根)	9/27 Wed	豚肉の生姜焼き 生野菜 茄子の煮びたし ミニハンバーグ ハムカツ ご飯	(豚肉・玉ねぎ・人参・青ネギ) (キャベツ・貝割れ大根) (茄子・ピーマン) (合挽ミンチ・玉ねぎ) (ハム・小麦粉・玉子・パン粉) (白米)
9/12 Tue	マーボー丼 グリーンサラダ マヨたまカツ チーズ揚げ	(合挽ミンチ・絹ごし豆腐・青ネギ) (キャベツ・貝割れ大根・胡瓜) (たまご・ハム・じゃがいも・小麦粉・玉子・パン粉) (チーズ・小麦粉)			
9/13 Wed	カレーライス ミックスサラダ ブロッコリー りんご フライドポテト	(白米・合挽ミンチ・メークイン・ 玉ねぎ・人参・カレー粉・福神漬) (キャベツ・人参・コーン) (じゃがいも)			