

中学校献立例 （平成26年9月）

日	曜	記号	中学校献立(A)		調理機器	お皿	アレルゲン							中学校献立(B)		調理機器	アレルゲン						
			主食	おかず			卵	乳	えび	かに	小麦粉	落花生	ごま	主食	おかず		卵	乳	えび	かに	小麦粉	落花生	ごま
2	火	ア	米飯	鶏のから揚げ	揚げ	大					○			キャロットロールパン	シーフードスパゲッティ	釜			○		○		
				もずくスープ	釜	汁									海藻サラダ	和							
				もやしと小松菜のあえ物	和	小									パイン&ナタデココ	和							
3	水	イ	キャロットロールパン	シーフードスパゲッティ	釜	大			○		○			米飯	鶏のから揚げ	揚げ					○		
				海藻サラダ	和	汁									もずくスープ	釜							
				パイン&ナタデココ	和	小									もやしと小松菜のあえ物	和							
4	木	ウ	米飯	チキンカレー	釜	汁		○			○			ミルクねじりパン	魚のホワイトソースかけ	スチ			○		○		
				ひじきサラダ	和	小	○								ミートボールのトマト煮	釜							
				巨峰		小									ブロッコリーサラダ	和							
5	金	エ	ミルクねじりパン	魚のホワイトソースかけ	スチ	大		○			○			米飯	チキンカレー	釜			○		○		
				ミートボールのトマト煮	釜	汁									ひじきサラダ	和	○						
				ブロッコリーサラダ	和	小									巨峰								
8	月	オ	五目飯	ホキの南蛮漬	揚げ	大					○			食パン スライスチーズ	鶏の照り焼き(手作り)	スチ							
				豆腐とわかめのみそ汁	釜	汁									洋風スープ	釜	○						
				月見団子	釜	小									キャベツサラダ	和							
9	火	カ	食パン スライスチーズ	鶏の照り焼き(手作り)	スチ	大								五目飯	ホキの南蛮漬	揚げ					○		
				洋風スープ	釜	汁	○								豆腐とわかめのみそ汁	釜							
				キャベツサラダ	和	小									月見団子	釜							
10	水	キ	米飯 卓上中濃ソース	白身魚フライ	揚げ	大					○			ワンローフ型食パン いちごジャム	煮込みハンバーグ	スチ	○	○			○		
				ひじきと大豆のうま煮	釜	汁									じゃがいものカレー煮	釜							
				和風あえ	和	小									野菜ソテー	釜							
11	木	ク	ワンローフ型食パン いちごジャム	煮込みハンバーグ	スチ	大	○	○			○			米飯 卓上中濃ソース	白身魚フライ	揚げ					○		
				じゃがいものカレー煮	釜	汁									ひじきと大豆のうま煮	釜							
				野菜ソテー	釜	小									和風あえ	和							
12	金	ケ	米飯 一食フィッシュアーモンド	あじの香味ソースかけ	スチ	大						○		チーズツイスト	オムレツ	スチ	○				○		
				野菜のオイスターソース炒め	釜	汁									パプリカ煮	釜							
				梅おかかあえ	和	小									コールスロー	和							
16	火	コ	チーズツイスト	オムレツ	スチ	大	○				○			米飯 一食フィッシュアーモンド	あじの香味ソースかけ	スチ						○	
				パプリカ煮	釜	汁									野菜のオイスターソース炒め	釜							
				コールスロー	和	小									梅おかかあえ	和							
17	水	サ	米飯	ブルコギ	スチ	大						○		柏型ミルクパン 一食チーズ	チリコンカン	釜					○		
				中華風コーンスープ	釜	汁	○		○		○				チキンドレッシングサラダ	和							
				きゅうりとわかめの酢もの	和	小									ミニトマト								
18	木	シ	柏型ミルクパン 一食チーズ	チリコンカン	釜	汁					○			米飯	ブルコギ	スチ							○
				チキンドレッシングサラダ	和	大									中華風コーンスープ	釜	○		○		○		
				ミニトマト		小									きゅうりとわかめの酢もの	和							
19	金	ス	米飯 卓上中濃ソース	魚ののりごまフライ	揚げ	大					○	○		米飯	ハヤシライス	釜			○		○		
				切り干し大根の卵とじ	釜	汁	○								フレンチサラダ	和							
				即席漬	和	小									ピーチ&みかん	和							
22	月	セ	米飯	ハヤシライス	釜	汁		○			○			米飯 卓上中濃ソース	魚ののりごまフライ	揚げ					○		○
				フレンチサラダ	和	大									切り干し大根の卵とじ	釜	○						
				ピーチ&みかん	和	小									即席漬	和							
24	水	ソ	米飯 卓上中濃ソース 一食フィッシュ	コロッケ	揚げ	大					○			背割りコッペパン 一食トマトケチャップ	ウインナーソーセージ	スチ	○	○					
				豚肉の炒り煮	釜	汁									じゃが芋と卵のスープ	釜	○						
				ゴーヤのつくだ煮	釜	小						○			キャベツソテー	釜							
25	木	タ	背割りコッペパン 一食トマトケチャップ	ウインナーソーセージ	スチ	大	○	○						米飯 卓上中濃ソース 一食フィッシュ	コロッケ	揚げ					○		
				じゃが芋と卵のスープ	釜	汁	○								豚肉の炒り煮	釜							
				キャベツソテー	釜	小									ゴーヤのつくだ煮	釜						○	
26	金	チ	米飯	麻婆豆腐	釜	大						○		米粉パン いちじくジャム	鶏肉のマリネ焼き	スチ							
				わかめスープ	釜	汁									コーンスープ	釜			○				
				甘酢あえ	和	小									マカロニサラダ(ツナ)	和	○				○		
29	月	ツ	米粉パン いちじくジャム	鶏肉のマリネ焼き	スチ	大								米飯	麻婆豆腐	釜							○
				コーンスープ	釜	汁		○							わかめスープ	釜							
				マカロニサラダ(ツナ)	和	小	○				○				甘酢あえ	和							
30	火	テ	米飯	レバーとじゃがいものから揚げ	揚げ	大								米飯	さんまの煮付	スチ							
				タイビーエン	釜	汁	○		○		○				みそ風味肉じゃが	釜							
				ごまじゃこ	釜	小							○		枝豆	釜							
1	水	ト	米飯	さんまの煮付	スチ	大								米飯	レバーとじゃがいものから揚げ	揚げ							
				みそ風味肉じゃが	釜	汁									タイビーエン	釜	○		○		○		
				枝豆	釜	小									ごまじゃこ	釜							○