

23/06/01 (木)	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	焼きウインナー
4	しおキャベツ
5	ケチャップソース
6	きんぴら

23/06/02 (金)	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	肉と野菜のオイスター炒め
4	大豆のごまからめ
5	鮭ふりかけ

23/06/05 (月)	
1	白ごはん
2	牛乳
3	小えびのチリソースかけ
4	豆腐の中華煮
5	ひじきのり

23/06/06 (火)	
1	白ごはん
2	牛乳
3	肉じゃがのうま煮
4	チンゲン菜のごま和え
5	納豆みそ

23/06/07 (水)	
1	チキンライス
2	牛乳
3	コーンクリームシチュー

No	食品名
1	精白米 おおむぎ
2	牛乳
3	ウインナー
4	キャベツ 食塩
5	トマトケチャップ
6	サラダ油 つきこんにゃく ごぼう にんじん 油あげ こいくちしょうゆ さとう 酒 ごま油 いりごま 唐辛子 (一味)

No	食品名
1	精白米 おおむぎ
2	牛乳
3	サラダ油 にんにく しょうが 豚小間切れ にんじん 玉ねぎ キャベツ オイスターソース こいくちしょうゆ 食塩 白こしょう ごま油
4	大豆 (乾) でんぷん 白絞油 こいくちしょうゆ さとう いりごま
5	鮭フレーク さとう 天塩

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	冷凍小えび 小麦粉 でんぷん 食塩 白こしょう サラダ油 白絞油 サラダ油 にんにく トウバンジャン 玉ねぎ 赤ワイン トマトケチャップ さとう こいくちしょうゆ
4	サラダ油 しょうが 豚ももせん切り肉 酒 食塩 白こしょう だし用かつお節 生しいたけ にんじん 玉ねぎ 絹ごし豆腐 うすくちしょうゆ 天塩 うずら卵水煮 でんぷん はくさい 葉ねぎ ごま油
5	ひじきのり

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	サラダ油 鶏もも小切り肉 酒 板こんにゃく にんじん 玉ねぎ だし用かつお節 じゃがいも さとう こいくちしょうゆ
4	チンゲン菜 キャベツ にんじん うすくちしょうゆ いりごま
5	サラダ油 豚ひき肉 酒 赤みそ さとう みりん 挽きわり納豆 手巻きのり

No	食品名
1	精白米 おおむぎ 食塩 サラダ油 鶏もも小切り肉 赤ワイン 玉ねぎ にんじん トマトケチャップ トマトペースト ウスターソース さとう 食塩 白こしょう チリパウダー
2	牛乳
3	サラダ油 セロリー 玉ねぎ にんじん ホールコーン ベイリーフ だし用かつお節 じゃがいも 小麦粉 バター サラダ油 牛乳 クリームスタイル 生クリーム パセリ

23/06/08 (木)	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	いわしのかば焼き
4	小松菜の磯辺和え
5	千切り野菜のすまし汁

23/06/09 (金)	
1	コッペパン
2	牛乳
3	ツナのトマトスパゲティ
4	コーンサラダ
5	メープルジャム

23/06/12 (月)	
1	白ごはん
2	牛乳
3	あじのハーブグリル
4	コールスロー
5	ポテトスープ

23/06/13 (火)	
1	白ごはん
2	牛乳
3	ホイコーロー
4	のりポテト
5	つぼ漬け

23/06/14 (水)	
1	白ごはん
2	牛乳
3	伊賀豚肉の卵とじ
4	ほうれんそうの辛子和え
5	ひじきふりかけ

No	食品名
1	精白米 おおむぎ
2	牛乳
3	いわし 酒 しょうが でんぶん 白絞油 さとう こいくちしょうゆ 酒 みりん
4	こまつな キャベツ うすくちしょうゆ 焼き角きざみのり
5	だし用かつお節 つきこんにゃく にんじん だいこん 生しいたけ 油あげ うすくちしょうゆ 天塩 葉ねぎ

No	食品名
1	コッペパン
2	牛乳
3	なたね油 にんにく セロリー ライトツナフレー 玉ねぎ カットトマト 天塩 白こしょう トマトケチャップ トマトピューレー ウスターソース さとう チリパウダー オールスパイス スパゲティ
4	キャベツ にんじん きゅうり 玉ねぎ ホールコーン サラダ油 サラダビネガー さとう 天塩 白こしょう
5	メープルジャム

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	鰯 食塩 白こしょう 粒入りマスタード 白ワイン サラダ油 バジリコ パセリ パン粉
4	キャベツ きゅうり サラダ油 サラダビネガー さとう 食塩 白こしょう
5	だし用かつお節 ベイリーフ にんじん ベーコン じゃがいも 天塩 白こしょう うすくちしょうゆ キャベツ

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	サラダ油 にんにく 豚もも小切り肉 酒 食塩 白こしょう にんじん 玉ねぎ 青ピーマン 緑豆もやし キャベツ 赤みそ 白こしょう こいくちしょうゆ さとう 唐辛子 (一味) ごま油
4	じゃがいも 白絞油 食塩 青のり
5	つぼ漬け

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	サラダ油 豚小間切れ肉 酒 にんじん 玉ねぎ だし用かつお節 糸こんにゃく こいくちしょうゆ みりん さとう でんぶん 鶏卵 葉ねぎ
4	ほうれん草 緑豆もやし キャベツ うすくちしょうゆ 洋辛子
5	サラダ油 ひじき こいくちしょうゆ みりん さとう いりごま

23/06/15 (木)	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	豆腐の肉みそかけ
4	モロヘイヤのおかか和え
5	切干大根の含め煮

23/06/16 (金)	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	油淋鶏
4	もやしのナムル
5	白菜スープ

23/06/19 (月)	
1	20g減白ごはん
2	牛乳
3	焼きそば
4	わかさぎののり塩揚げ
5	しそふりかけ

23/06/20 (火)	
1	キーマカレーライス
2	牛乳
3	アスパラのドレッシングサラダ

23/06/21 (水)	
1	白ごはん
2	牛乳
3	鯖の七味焼き
4	わかめときゅうりの酢の物
5	じゃがいものそぼろ煮

No	食品名
1	精白米 おおむぎ
2	牛乳
3	木綿豆腐 サラダ油 豚ひき肉 酒 赤みそ さとう みりん
4	モロヘイヤ キャベツ うすくちしょうゆ かつお節削り
5	サラダ油 つきこんにゃく 干ししいたけ にんじん 切干しだいこん 油あげ だし用かつお節 みりん さとう うすくちしょうゆ

No	食品名
1	精白米 おおむぎ
2	牛乳
3	鶏もも肉 こいくちしょうゆ 酒 でんぷん 白絞油 葉ねぎ しょうが にんにく こいくちしょうゆ 米酢 さとう ごま油
4	にんじん 緑豆もやし ほうれん草 食塩 うすくちしょうゆ 唐辛子(一味) ごま油
5	だし用かつお節 しょうが にんじん 玉ねぎ はくさい 干ししいたけ 天塩 白こしょう うすくちしょうゆ にら

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	サラダ油 豚もも小切り肉 にんじん 玉ねぎ キャベツ 食塩 白こしょう ウスターソース とんかつソース ゆで中華めん
4	わかさぎ 食塩 白こしょう でんぷん 小麦粉 白絞油 食塩 青のり
5	ゆかり

No	食品名
1	精白米 おおむぎ サラダ油 にんにく しょうが セロリー 牛ミンチ 豚ひき肉 ひきわり大豆 カレー粉 食塩 白こしょう 赤ワイン にんじん 玉ねぎ じゃがいも ベイリーフ トマトピューレー ウスターソース オールスパイス カレールウ米粉
2	牛乳
3	アスパラガス キャベツ にんじん きゅうり 玉ねぎ サラダ油 サラダビネガー さとう 食塩 白こしょう

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	鯖 こいくちしょうゆ 酒 唐辛子(七味) いりごま
4	きゅうり カットわかめ はるさめ 米酢 うすくちしょうゆ 食塩 さとう いりごま
5	サラダ油 鶏ももミンチ 酒 板こんにゃく 干ししいたけ にんじん 玉ねぎ じゃがいも だし用かつお節 しいたけの戻し汁 さとう こいくちしょうゆ

23/06/22 (木)	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	ちくわのてんぷら
4	キャベツのいそべあえ
5	おからの炒り煮
6	てりやきソース

23/06/23 (金)	
1	コッペパン
2	牛乳
3	ポテトサラダ
4	チリコンカン
5	みかんゼリー

23/06/26 (月)	
1	なす入り麻婆どんぶり
2	牛乳
3	青じそドレッシングサラダ

23/06/27 (火)	
1	白ごはん
2	牛乳
3	チキンのマヨネーズ焼き
4	コーンソテー
5	カレーポテトスープ

23/06/28 (水)	
1	白ごはん
2	牛乳
3	厚揚げのそぼろ煮
4	ツナと野菜のレモンソース和え
5	おかかふりかけ

No	食品名
1	精白米 おおむぎ
2	牛乳
3	焼き竹輪 小麦粉 でんぷん サラダ油 白絞油
4	キャベツ こまつな にんじん うすくちしょうゆ 焼き角ぎざみのり
5	サラダ油 鶏もも肉 酒 干しいたけ ごぼう にんじん 糸こんにゃく おから シイタケの戻し汁 だし用かつお節 みりん うすくちしょうゆ さとう 葉ねぎ
6	さとう こいくちしょうゆ 酒 みりん

No	食品名
1	コッペパン
2	牛乳
	じゃがいも きゅうり にんじん 玉ねぎ 食塩 白こしょう サラダビネガー さとう ノンエッグマヨネーズ
	大豆(煮豆用) サラダ油 牛ミンチ 豚ミンチ 赤ワイン セロリー にんにく にんじん マッシュルーム 玉ねぎ 青ピーマン ベイリーフ トマト水煮 トマトケチャップ とんかつソース さとう チリパウダー パプリカ 食塩 白こしょう
	みかんゼリー

No	食品名
1	精白米 おおむぎ
2	ラード にんにく しょうが トウバンジャン 豚ミンチ 酒 食塩 白こしょう さとう こいくちしょうゆ 赤みそ 唐辛子(一味) だし用かつお節 木綿豆腐 なす サラダ油 にら でんぷん ごま油
3	牛乳
4	キャベツ きゅうり サラダこんにゃく 青じそ さとう こいくちしょうゆ 天塩 米酢

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	鶏むね肉 食塩 白こしょう 白ワイン ノンエッグマヨネーズ みりん うすくちしょうゆ
4	サラダ油 にんじん ホールコーン 食塩 白こしょう うすくちしょうゆ
5	だし用かつお節 ベイリーフ にんじん 玉ねぎ じゃがいも 天塩 白こしょう うすくちしょうゆ カレールウ米粉

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	サラダ油 しょうが 鶏ももミンチ 酒 だいこん にんじん だし用かつお節 こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ さとう みりん 厚揚げ でんぷん
4	ライトツナフレーク キャベツ きゅうり 玉ねぎ ポッカレモン さとう 米酢 うすくちしょうゆ
5	かつお節削り こいくちしょうゆ みりん 酒

学校名 いがっこ給食センター 夢

23/06/29 (木)	
1	麦ごはん (1割)
2	牛乳
3	しいらのフライ
4	せんキャベツ
5	ウスターソース (1食)
6	じゃが芋と玉ねぎの赤だし

No	食品名
1	精白米 おおむぎ
2	牛乳
3	しいら 食塩 白こしょう 小麦粉 でんぷん サラダ油 パン粉 白絞油
4	キャベツ
5	1食用ウスターソース
6	だし用かつお節 玉ねぎ じゃがいも 油あげ 赤みそ カットわかめ 葉ねぎ

23/06/30 (金)	
1	タコライス
2	牛乳
3	もずくスープ

No	食品名
1	精白米 おおむぎ サラダ油 にんにく しょうが セロリー 牛ひき肉 豚ミンチ 赤ワイン にんじん 玉ねぎ カットトマト トマトケチャップ トマトペースト さとう サラダビネガー とんかつソース トウバンジャン 食塩 白こしょう パプリカ チリパウダー サラダチーズ キャベツ
2	牛乳
3	だし用かつお節 しょうが にんじん 食塩 白こしょう うすくちしょうゆ 木綿豆腐 もずく 葉ねぎ ごま油