

いがっこ給食センター 夢

23/07/03 (月)	
1	白ごはん
2	牛乳
3	鮭のバター焼き
4	ポテトサラダ
5	小松菜の赤だし

23/07/04 (火)	
1	白ごはん
2	牛乳
3	豚キムチ
4	ごまかぼちゃ
5	つぼ漬け

23/07/05 (水)	
1	伊賀牛ハヤシライス
2	牛乳
3	ビーンズサラダ

23/07/06 (木)	
1	鶏そぼろご飯
2	牛乳
3	ツナと野菜のレモンソース和え
4	七夕そうめん汁

23/07/07 (金)	
1	黒糖パン
2	牛乳
3	ペンネのクリームソース
4	コーンサラダ

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	鮭 食塩 白こしょう サラダ油 バター
4	じゃがいも きゅうり にんじん 玉ねぎ 食塩 白こしょう 洋辛子 サラダビネガー さとう ノンエッグマヨネーズ
5	だし用かつお節 にんじん 油あげ えのきたけ こまつな 玉ねぎ 白みそ

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	サラダ油 にんにく しょうが 豚小間切れ 食塩 白こしょう 酒 にんじん 玉ねぎ 緑豆もやし キャベツ こいくちしょうゆ キムチ にら ごま油
4	西洋かぼちゃ でんぶん 白絞油 さとう みりん こいくちしょうゆ 黒ごま いりごま
5	つぼ漬け

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 牛小間切れ 食塩 白こしょう 赤ワイン 玉ねぎ にんじん じゃがいも ベイリーフ 赤ワイン トマトピューレー ウスターソース トマトケチャップ 米粉ハイシルウ
2	牛乳
3	大豆 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 天塩 白こしょう さとう 洋辛子

No	食品名
1	精白米 おおむぎ しょうが 鶏ももミンチ 酒 たけのこ水煮 にんじん さとう こいくちしょうゆ
2	牛乳
3	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
4	だし用かつお節 えのきたけ 絹ごし豆腐 三輪そうめん うすくちしょうゆ みりん 葉ねぎ

No	食品名
1	黒糖パン
2	牛乳
3	ペンネ(細) サラダ油 カットウインナー 玉ねぎ ぶなしめじ 食塩 だし用かつお節 ベイリーフ バター サラダ油 薄力粉 牛乳 生クリーム
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

いがっこ給食センター 夢

23/07/10 (月)	
1	白ごはん
2	牛乳
3	ヤムニョムチキン
4	チンゲン菜のナムル
5	じゃがいものみそ汁

23/07/11 (火)	
1	白ごはん
2	牛乳
3	ツナマヨ巻
4	厚揚げとキャベツのみそ炒め

23/07/12 (水)	
1	白ごはん
2	牛乳
3	豆腐田楽
4	キャベツときゅうりの香味漬
5	肉じゃがのうま煮

23/07/13 (木)	
1	中華飯
2	牛乳
3	大豆のかりんとう
4	メロン

23/07/14 (金)	
1	麦ごはん (1割)
2	牛乳
3	鯖のガーリック焼き
4	添えパスタ
5	カレースープ

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	鶏もも肉 食塩 酒 にんにく しょうが でんぷん 白絞油 こいくちしょうゆ コチジャン トウバンジャン さとう ごま油
4	チンゲン菜 はくさい 食塩 うすくちしょうゆ ごま油 いりごま
5	だし用かつお節 玉ねぎ 油あげ じゃがいも にんじん 白みそ 赤みそ カットわかめ 葉ねぎ

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	ライトツナフレーフレーク ホールコーン 玉ねぎ きゅうり うすくちしょうゆ 食塩 白こしょう ノンエッグマヨネーズ 手巻きのり
4	サラダ油 にんにく 豚ミンチ 酒 食塩 にんじん 玉ねぎ キャベツ 厚揚げ 赤みそ こいくちしょうゆ さとう 酒 唐辛子 (一味) ごま油

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	木綿豆腐 赤みそ さとう みりん だし用かつお節 いりごま
4	キャベツ きゅうり しょうが うすくちしょうゆ 天塩
5	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

No	食品名
1	精白米 おおむぎ サラダ油 にんにく しょうが 豚もも小切り肉 いか 酒 干しいたけ たけのこ水煮 にんじん 玉ねぎ 水+しいたけの戻し汁 うずら卵水煮 天塩 白こしょう みりん うすくちしょうゆ はくさい 葉ねぎ でんぷん ごま油
2	牛乳
3	大豆 でんぷん 白絞油 黒砂糖
4	メロン

No	食品名
1	精白米 おおむぎ
2	牛乳
3	鯖 にんにく 食塩 うすくちしょうゆ 白ワイン オリーブ油 粗引き黒こしょう
4	サラダ油 にんにく にんじん 玉ねぎ 青ピーマン 食塩 白こしょう こいくちしょうゆ スパゲティー パスタのゆで汁 サラダ油
5	だし用かつお節 ベイリーフ にんじん 玉ねぎ カットウインナー カレールウ米粉 天塩 白こしょう うすくちしょうゆ キャベツ

いがっこ給食センター 夢

23/07/18 (火)	
1	白ごはん
2	牛乳
3	ししゃもの南蛮漬け
4	ほうれんそうのごま和え
5	冬瓜スープ
6	ひじきのり

23/07/19 (水)	
1	夏野菜のカレーライス
2	牛乳
3	ドレッシングサラダ
4	ぶどうゼリー

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	ししゃも でんぶん 白絞油 玉ねぎ にんじん しょうが うすくちしょうゆ 米酢 酒 さとう ごま油
4	ほうれん草 はくさい うすくちしょうゆ いりごま
5	だし用かつお節 しょうが とうがん 木綿豆腐 天塩 白こしょう うすくちしょうゆ でんぶん チンゲン菜 ごま油
6	ひじきのり

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 豚ミンチ 食塩 白こしょう カレー粉 赤ワイン 玉ねぎ にんじん ベイリーフ じゃがいも なす サラダ油 トマト フルーツチャツネ ウスターソース トマトピューレー オールスパイス カレールウ米粉
2	牛乳
3	キャベツ きゅうり ホールコーン サラダこんにゃく さとう こいくちしょうゆ 天塩 米酢
4	グレープゼリー