

23/11/01 (水)	
1	セルフウインナードッグ
2	牛乳
3	ポトフ

23/11/02 (木)	
1	白米
2	牛乳
3	いかのレモンソースかけ
4	チンゲンサイのいそべ和え
5	おからの炒り煮

23/11/06 (月)	
1	麦ごはん
2	ドライカレー（具）
3	牛乳
4	切干大根とツナのサラダ

23/11/07 (火)	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	メルルーサのフライ
4	添え野菜
5	ソース
6	高野豆腐のみそ汁

23/11/08 (水)	
1	黒糖パン
2	牛乳
3	ポークビーンズ
4	水菜のドレッシングサラダ
5	みかん

No	食品名
1	コッペパン
	ロングウインナー
	キャベツ
	トマトケチャップ
	ウスターソース
	さとう
2	牛乳
3	サラダ油
	セロリー
	鶏もも小切り肉
	白ワイン
	にんじん
	玉ねぎ
	ベイリーフ
	だし用かつお節
	じゃがいも
	天塩
	白こしょう
	うすくちしょうゆ

No	食品名
1	米
2	牛乳
3	いか切り身（青森）
	しお
	酒
	でん粉
	てんぷら油
	さとう
	酒
	こいくちしょうゆ
	国産レモン
4	チンゲン菜
	キャベツ
	うすくちしょうゆ
	角ぎざみのり
5	サラダ油
	鶏ももあられ切り
	酒
	ごぼう
	にんじん
	軸なし干しいたけ
	みりん
	うすくちしょうゆ
	さとう
	糸こんにゃく
	おから
	だし用かつお節
	ねぎ

No	食品名
1	米
	麦
2	サラダ油
	にんにく
	おたふく生姜
	セロリー
	牛ミンチ
	豚ミンチ
	赤ワイン
	ナツメグ
	オールスパイス
	カレー粉
	玉ねぎ
	にんじん
	ひきわり大豆
	中濃ソース
	ウスターソース
	トマトケチャップ
	こいくちしょうゆ
	天塩
	白こしょう
	小麦粉
3	牛乳
4	切干しだいこん
	きゅうり
	にんじん
	まぐろオイル漬
	こいくちしょうゆ
	さとう
	ごま

No	食品名
1	米
	麦
2	牛乳
3	メルルーサ（メキシコ）
	しお
	白こしょう
	白ワイン
	小麦粉
	でん粉
	サラダ油
	パン粉（乾）
	てんぷら油
4	キャベツ
5	中濃ソース
6	だし用かつお節
	にんじん
	水菜
	玉ねぎ
	じゃがいも
	高野豆腐（細切り）
	白みそ
	赤みそ
	ねぎ

No	食品名
1	黒糖パン
2	牛乳
3	サラダ油
	にんにく
	セロリー
	豚小間切れ肉
	赤ワイン
	にんじん
	玉ねぎ
	じゃがいも
	大豆（乾）
	トマト水煮
	トマトケチャップ
	ウスターソース
	天塩
	白こしょう
4	キャベツ
	にんじん
	水菜
	サラダビネガー
	さとう
	白こしょう
	天塩
	洋辛子
	サラダ油
5	みかん(S)

23/11/09 (木)	
1	白米
2	牛乳
3	鯖のごま焼き
4	小松菜とキャベツの磯辺和え
5	五目きんぴら

23/11/10 (金)	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	鶏肉のから揚げ
4	ナムル
5	もずくスープ

23/11/13 (月)	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	手作りがんもどき
4	ひのな漬
5	根菜のみそ汁

23/11/14 (火)	
1	五目ご飯
2	牛乳
3	ごま酢和え
4	卵スープ

23/11/15 (水)	
1	コッペパン
2	牛乳
3	豆乳クリームシチュー
4	ブロッコリーサラダ

No	食品名
1	米
2	牛乳
3	鯖（韓国）
	酒
	こいくちしょうゆ
	ごま
	黒ごま
4	こまつな
	キャベツ
	うすくちしょうゆ
	角ぎざみのり
5	サラダ油
	おたふく生姜
	豚ももせん切り肉
	こいくちしょうゆ
	酒
	ごぼう
	にんじん
	糸こんにゃく
	さとう
	ごま油

No	食品名
1	米
	麦
2	牛乳
3	鶏もも大切り肉
	おたふく生姜
	にんにく
	こいくちしょうゆ
	酒
	でん粉
	てんぷら油
4	ほうれん草
	にんじん
	もやし
	大豆もやし
	天塩
	うすくちしょうゆ
	ごま油
5	だし用かつお節
	おたふく生姜
	にんじん
	うすくちしょうゆ
	天塩
	白こしょう
	木綿豆腐
	もずく
	ねぎ
	ごま油

No	食品名
1	米
	麦
2	牛乳
3	木綿豆腐（しぼり）
	軸なし干しいたけ
	にんじん
	ひじき
	うき粉
	でん粉
	天塩
	てんぷら油
	だし用かつお節
	みりん
	こいくちしょうゆ
	でん粉
4	ひのな
	うすくちしょうゆ
	酒
	さとう
	米酢
	ごま
5	だし用かつお節
	にんじん
	だいこん
	ごぼう
	白みそ
	赤みそ
	ねぎ

No	食品名
1	米
	だし用かつお節
	こいくちしょうゆ
	酒
	みりん
	サラダ油
	鶏ももあられ切り
	生しいたけ
	ぶなしめじ
	ごぼう
	にんじん
2	牛乳
3	キャベツ
	にんじん
	もやし
	さとう
	うすくちしょうゆ
	米酢
	ごま
4	サラダ油
	豚ももせん切り肉
	酒
	ベイリーフ
	だし用かつお節
	にんじん
	天塩
	白こしょう
	うすくちしょうゆ
	はくさい
	でん粉
	鶏卵
	ねぎ
	ごま油

No	食品名
1	コッペパン
2	牛乳
3	サラダ油
	鶏もも小切り肉
	白ワイン
	セロリー
	玉ねぎ
	にんじん
	じゃがいも
	白こしょう
	ベイリーフ
	だし用かつお節
	ホールコーン
	バター
	小麦粉
	牛乳
	豆乳
	生クリーム
	パセリ
4	ブロッコリー
	キャベツ
	サラダビネガー
	さとう
	天塩
	白こしょう
	サラダ油

23/11/16（木）	
1	白米
2	牛乳
3	鮭の塩焼き
4	白菜とたくあんの浅漬け
5	ひじきの炒り煮

23/11/17（金）	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	一口おでん
4	もやしとツナのあえもの
5	海苔の佃煮

23/11/20（月）	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	鯖の西京焼き
4	白菜とほうれんそうのごま和え
5	ゆばのすまし汁

23/11/21（火）	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	豚キムチ
4	大学芋

23/11/22（水）	
1	ミルクパン
2	牛乳
3	鱈のハーブグリル
4	ベーコンポテト
5	白菜スープ

No	食品名
1	米
2	牛乳
3	鮭（宮城） 酒 しお
4	はくさい にんじん たくあん漬 うすくちしょうゆ
5	サラダ油 鶏もも小切り肉 酒 糸こんにゃく こいくちしょうゆ 大豆（乾） みりん ひじき ごぼう にんじん さとう

No	食品名
1	米 麦
2	牛乳
3	だし用かつお節 さとう こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ みりん だいこん 生揚げ 板こんにゃく うずら卵水煮
4	キャベツ にんじん もやし まぐろオイル漬 さとう うすくちしょうゆ 米酢 ごま油
5	やきはしのり こいくちしょうゆ みりん さとう 酒

No	食品名
1	米 麦
2	牛乳
3	鯖（ノルウェー） 白みそ 酒 さとう みりん
4	はくさい ほうれん草 こいくちしょうゆ ごま
5	だし昆布 だし用かつお節 にんじん だいこん えのきたけ 木綿豆腐 天塩 うすくちしょうゆ カット湯葉 ねぎ

No	食品名
1	米 麦
2	牛乳
3	サラダ油 にんにく 豚小間切れ肉 酒 にんじん 玉ねぎ はくさい もやし さとう こいくちしょうゆ みりん 天塩 にら キムチ でん粉 ごま油
4	さつまいも てんぷら油 さとう こいくちしょうゆ 黒ごま

No	食品名
1	ミルクパン
2	牛乳
3	鱈（ニュージーランド） しお 黒こしょう 白ワイン 粒入りマスタード パン粉（乾） サラダ油 なたね油 パジリコ バセリ
4	サラダ油 ベーコン 玉ねぎ じゃがいも しお 白こしょう
5	鶏もも小切り肉 酒 ベイリーフ だし用かつお節 にんじん 玉ねぎ 天塩 白こしょう うすくちしょうゆ はくさい

23/11/24（金）	
1	麦ごはん
2	豚丼の具
3	牛乳
4	のっぺい汁
5	柿 いがスマイル給食

23/11/27（月）	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	ししゃものから揚げ
4	香味漬け
5	けんちん汁

23/11/28（火）	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	納豆みそ
4	手巻きのり
5	ゆかり和え
6	筑前煮

23/11/29（水）	
1	ミニきなこトースト
2	牛乳
3	スパゲッティーミートソース
4	みかん

23/11/30（木）	
1	白米
2	牛乳
3	肉豆腐
4	小松菜と白菜の和えもの
5	しそとごまのふりかけ いがスマイル給食

No	食品名
1	米 麦
2	サラダ油 豚小間切れ肉 酒 玉ねぎ 糸こんにゃく こいくちしょうゆ だし用かつお節 さとう みりん 根深ねぎ
3	牛乳
4	だし用かつお節 にんじん だいこん さといも 油あげ うすくちしょうゆ 天塩 みりん でん粉
5	かき

No	食品名
1	米 麦
2	牛乳
3	ししゃも（ノルウェー） 酒 でん粉 てんぷら油
4	キャベツ おたふく生姜 うすくちしょうゆ
5	だし用かつお節 ごぼう にんじん だいこん 板こんにゃく 油あげ 木綿豆腐 天塩 こいくちしょうゆ ねぎ ごま油

No	食品名
1	米 麦
2	牛乳
3	サラダ油 豚ミンチ 酒 赤みそ さとう みりん 挽きわり納豆
4	手巻きのり
5	キャベツ きゅうり しそ粉 しお
6	サラダ油 鶏もも小切り肉 こいくちしょうゆ 酒 おたふく生姜 ごぼう れんこん にんじん たけのこ水煮 だし用かつお節 さとう みりん 板こんにゃく

No	食品名
1	食パン バター 牛乳 グラニュー糖 きな粉 しお
2	牛乳
3	スパゲッティ オリーブ油 サラダ油 セロリー にんにく 豚ミンチ 赤ワイン にんじん 玉ねぎ トマト水煮 ウスターソース トマトケチャップ さとう 天塩 白こしょう チリパウダー オールスパイス 小麦粉
4	みかん(S)

No	食品名
1	米
2	牛乳
3	サラダ油 牛もも小切り肉 酒 玉ねぎ にんじん 生しいたけ 糸こんにゃく こいくちしょうゆ だし用かつお節 さとう みりん 根深ねぎ 焼き豆腐
4	こまつな はくさい うすくちしょうゆ
5	しそ粉 ごま