

24/10/01 (火)	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	厚揚げのあまみそ炒め
4	ごま酢和え
5	海苔の佃煮

24/10/02 (水)	
1	黒糖パン
2	牛乳
3	秋なすのミートグラタン
4	フレンチサラダ

24/10/03 (木)	
1	白米
2	牛乳
3	シルバーのねぎソースかけ
4	添え野菜
5	豚汁

24/10/04 (金)	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	すきやき
4	ほうれん草のおかか和え
5	ツナふりかけ いがスマイル給食

24/10/07 (月)	
1	カレーライス
2	牛乳
3	和風サラダ

No	食品名
1	米 大麦
2	飲用牛乳
3	サラダ油 おたふく生姜 豚ももせん切り肉 酒 にんじん 玉ねぎ 板こんにやく うすくちしょうゆ みりん さとう 赤みそ 生揚げ 一味唐辛子 ごま油
4	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
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	黒糖パン
2	飲用牛乳
3	サラダ油 なす にんにく 豚ミンチ 赤ワイン 玉ねぎ 小麦粉 トマトケチャップ トマトピューレー 天塩 白こしょう ペンネ シュレッドチーズ
4	キャベツ にんじん きゅうり 玉ねぎ サラダビネガー さとう 天塩 白こしょう サラダ油

No	食品名
1	米
2	飲用牛乳
3	シルバー(ニュージーランド) こいくちしょうゆ 酒 でん粉 てんぷら油 こいくちしょうゆ 酒 さとう おたふく生姜 にんにく ねぎ
4	キャベツ
5	豚ももせん切り肉 酒 だし用かつお節 だいこん にんじん ごぼう 油あげ 板こんにやく 白みそ 赤みそ ねぎ

No	食品名
1	米 大麦
2	飲用牛乳
3	サラダ油 牛小間切れ肉 酒 玉ねぎ にんじん 生しいたけ 糸こんにやく 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	ほうれん草 キャベツ うすくちしょうゆ かつお節削り
5	まぐろオイル漬 こいくちしょうゆ 酒 さとう

No	食品名
1	米 大麦
	サラダ油 豚小間切れ肉 赤ワイン にんにく おたふく生姜 セロリー 玉ねぎ にんじん じゃがいも 天塩 カレー粉 ベイリーフ だし用かつお節 トマトピューレー ウスターソース フルーツチャツネ オールスパイス バター 小麦粉
2	飲用牛乳
3	きゅうり わかめ サラダこんにやく ホールコーン 米酢 天塩 うすくちしょうゆ さとう ごま油 ごま

24/10/08 (火)	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	鯖の西京焼き
4	香味漬
5	けんちん汁

24/10/09 (水)	
1	コッペパン
2	牛乳
3	チリコンカン
4	粉ふきいも
5	ブルーベリージャム

24/10/10 (木)	
1	白米
2	牛乳
3	ちくわの磯辺揚げ
4	にんじんともやしのごま和え
5	大根と厚揚げのそぼろ煮

24/10/11 (金)	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	ししゃものから揚げ
4	ほうれん草の信田和え
5	さつま汁

24/10/15 (火)	
1	鶏そぼろごはん
2	牛乳
3	水菜のおかか和え
4	じゃがいものみそ汁

No	食品名
1	米 大麦
2	飲用牛乳
3	鯖(韓国) 白みそ 酒 さとう みりん
4	キャベツ おたふく生姜 うすくちしょうゆ ごま
5	だし用かつお節 ごぼう にんじん だいこん 板こんにやく 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	コッペパン
2	飲用牛乳
3	サラダ油 にんにく セロリー 豚小間切れ肉 赤ワイン ベーコン にんじん 玉ねぎ 天塩 白こしょう 大豆(乾) トマト煮 マッシュルーム 青ピーマン トマトケチャップ ウスターソース チリパウダー
4	じゃがいも しお 白こしょう
5	ブルーベリージャム

No	食品名
1	米
2	飲用牛乳
3	ちくわ 青のり粉 小麦粉 でん粉 サラダ油 てんぷら油
4	にんじん もやし うすくちしょうゆ ごま
5	サラダ油 おたふく生姜 豚ミンチ 酒 にんじん だいこん 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 生揚げ

No	食品名
1	米 大麦
2	飲用牛乳
3	ししゃも(ノルウェー) 酒 でん粉 てんぷら油
4	ほうれん草 キャベツ 油あげ こいくちしょうゆ みりん かつお節削り
5	鶏ももあられ切り 酒 だし用かつお節 にんじん だいこん ごぼう さつまいも 赤みそ ねぎ

No	食品名
1	米 大麦 サラダ油 おたふく生姜 鶏ひき肉 酒 にんじん たけのこ水煮 こいくちしょうゆ みりん さとう
2	飲用牛乳
3	みず菜 はくさい こいくちしょうゆ かつお節削り
4	だし用かつお節 にんじん 玉ねぎ 油あげ じゃがいも 白みそ ねぎ

24/10/16（水）	
1	セルフウインナードッグ
2	牛乳
3	かぶのポトフ

24/10/17（木）	
1	白米
2	牛乳
3	いかのフライ
4	ソース
5	小松菜のごま和え
6	伊賀肉とマコモタケのきんぴら いがスマイル給食

24/10/18（金）	
1	まつり寿司
2	1食用刻みのり
3	牛乳
4	ごぼうサラダ
5	かきたま汁

24/10/21（月）	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	鯛のかばやき
4	白菜とほうれんそうのごま和え
5	伊賀の玉みそ汁

24/10/22（火）	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	マーボー豆腐
4	中華和え
5	みかん

No	食品名
1	コッペパン
	ロングウインナー
	トマトケチャップ
	ウスターソース
	さとう
	キャベツ
	天塩
	カレー粉
2	飲用牛乳
3	サラダ油
	セロリー
	鶏ももあられ切り
	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
	かぶ
	うすくちしょうゆ
	天塩
	白こしょう

No	食品名
1	米
2	飲用牛乳
3	いか切り身(青森県)
	しお
	白こしょう
	白ワイン
	小麦粉
	でん粉
	サラダ油
	パン粉
	てんぷら油
4	中濃ソース
5	こまつな
	キャベツ
	こいくちしょうゆ
	ごま
6	サラダ油
	おたふく生姜
	牛小間切れ肉
	こいくちしょうゆ
	酒
	ごぼう
	にんじん
	まこも
	糸こんにゃく
	さとう
	ごま油

No	食品名
1	米
	大麦
	酒
	米酢
	天塩
	さとう
	だし用かつお節
	さとう
	うすくちしょうゆ
	みりん
	軸なし干しいたけ
	にんじん
	たけのこ水煮
	高野豆腐
2	1食用きざみのり
3	飲用牛乳
4	ごぼう
	さとう
	こいくちしょうゆ
	ホールコーン
	キャベツ
	サラダピネガー
	天塩
	白こしょう
	うすくちしょうゆ
	サラダ油
	ごま
5	だし昆布
	だし用かつお節
	えのきたけ
	木綿豆腐
	天塩
	うすくちしょうゆ
	でん粉
	鶏卵

No	食品名
1	米
	大麦
2	飲用牛乳
3	鯛開き(鳥取県)
	酒
	こいくちしょうゆ
	おたふく生姜
	でん粉
	てんぷら油
	さとう
4	はくさい
	ほうれん草
	こいくちしょうゆ
	ごま
5	だし用かつお節
	にんじん
	だいこん
	根深ねぎ
	わかめ
	玉みそ

No	食品名
1	米
	大麦
2	飲用牛乳
3	ラード
	にんにく
	おたふく生姜
	豚ももせん切り肉
	酒
	こいくちしょうゆ
	だし用かつお節
	さとう
	赤みそ
	木綿豆腐
	でん粉
	ねぎ
	一味唐辛子
	ごま油
4	きゅうり
	にんじん
	キャベツ
	こいくちしょうゆ
	米酢
	さとう
	ごま油
	ごま
5	みかん

24/10/23（水）	
1	コッペパン
2	牛乳
3	さつまいもの米粉クリームシチュー
4	水菜のドレッシングサラダ

24/10/24（木）	
1	白米
2	牛乳
3	さんまの塩焼き
4	小松菜とキャベツの磯辺和え
5	五目豆

24/10/25（金）	
1	減量麦ごはん
2	牛乳
3	しょうゆラーメン
4	ツナサラダ
5	たくあん漬

24/10/28（月）	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	ひきわり大豆みそ
4	手巻きのり
5	キャベツときゅうりの浅漬
6	肉じゃがのうま煮

24/10/29（火）	
1	炒飯
2	牛乳
3	中華豆腐スープ
4	大学芋

No	食品名
1	コッペパン
2	飲用牛乳
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
	ベイリーフ
	だし用かつお節
	さつまいも
	天塩
	白こしょう
	サラダ油
	米粉
	牛乳
	バター
	生クリーム
	パセリ
4	キャベツ
	にんじん
	水菜
	サラダピネガー
	さとう
	白こしょう
	天塩
	洋辛子
	サラダ油

No	食品名
1	米
2	飲用牛乳
3	秋刀魚(三陸)
	しお
	酒
4	こまつな
	キャベツ
	うすくちしょうゆ
	角きざみのり
5	サラダ油
	鶏もも皮なし小切
	こいくちしょうゆ
	酒
	さとう
	みりん
	軸なし干しいたけ
	大豆(乾)
	ごぼう
	にんじん
	角切昆布
	板こんにゃく
	こいくちしょうゆ

No	食品名
1	米
	大麦
2	飲用牛乳
3	ラード
	にんにく
	おたふく生姜
	豚小間切れ肉
	酒
	だし用かつお節
	もやし
	ホールコーン
	こいくちしょうゆ
	天塩
	白こしょう
	ねぎ
	干し中華めん
	サラダ油
	ごま油
4	キャベツ
	きゅうり
	玉ねぎ
	まぐろオイル漬
	サラダピネガー
	さとう
	天塩
	白こしょう
	サラダ油
5	たくあん漬

No	食品名
1	米
	大麦
2	飲用牛乳
3	サラダ油
	豚ミンチ
	酒
	赤みそ
	さとう
	みりん
	ひきわり大豆
4	手巻きのり
5	キャベツ
	きゅうり
	おたふく生姜
	天塩
	うすくちしょうゆ
	ごま
6	サラダ油
	牛小間切れ肉
	酒
	軸なし干しいたけ
	にんじん
	玉ねぎ
	だし用かつお節
	じゃがいも
	板こんにゃく
	こいくちしょうゆ
	さとう

No	食品名
1	米
	大麦
	サラダ油
	こいくちしょうゆ
	にんにく
	豚ももせん切り肉
	酒
	天塩
	白こしょう
	にんじん
	玉ねぎ
	みりん
	にら
	ごま油
2	飲用牛乳
3	サラダ油
	おたふく生姜
	鶏ももあられ切り
	酒
	ベイリーフ
	だし用かつお節
	にんじん
	玉ねぎ
	木綿豆腐
	天塩
	白こしょう
	こいくちしょうゆ
	チンゲン菜
	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

24/10/30（水）	
1	減量ミルクパン
2	牛乳
3	鮭の菜の花オイル焼き
4	添えパスタ
5	野菜スープ

24/10/31（木）	
1	ジャンバラヤ
2	牛乳
3	パンプキンポタージュ
4	りんご

No	食品名
1	ミルクパン
2	飲用牛乳
3	鮭(宮城県) しお 白こしょう 白ワイン マヨドレ パン粉 なたね油 サラダ油
4	サラダ油 にんにく にんじん 天塩 白こしょう 白ワイン うすくちしょうゆ パセリ スパゲッティ オリーブ油
5	サラダ油 ベーコン 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 玉ねぎ 天塩 白こしょう うすくちしょうゆ キャベツ

No	食品名
1	米
2	サラダ油 にんにく 鶏もも皮なし小切り肉 酒 カットウインナー 玉ねぎ にんじん トマトペースト トマトピューレー トマトケチャップ 天塩 白こしょう チリパウダー むきえび
3	飲用牛乳
4	サラダ油 セロリー 玉ねぎ ベイリーフ だし用かつお節 西洋かぼちゃ 天塩 白こしょう バター 小麦粉 牛乳 生クリーム
5	りんご