

いがっこ給食センター夢（中学校）

| 25/07/01 (火) | |
|--------------|--------|
| 1 | 白ごはん |
| 2 | 牛乳 |
| 3 | 八宝菜 |
| 4 | ごまポテト |
| 5 | ツナふりかけ |

| 25/07/02 (水) | |
|--------------|---------|
| 1 | 伊賀牛ビビンバ |
| 2 | 牛乳 |
| 3 | 卵スープ |

| 25/07/03 (木) | |
|--------------|-----------|
| 1 | 麦ごはん |
| 2 | 牛乳 |
| 3 | 鮭のマヨネーズ焼き |
| 4 | 小松菜のごま和え |
| 5 | かぼちゃのみそ汁 |

| 25/07/04 (金) | |
|--------------|--------------|
| 1 | 減量麦ごはん |
| 2 | 牛乳 |
| 3 | 焼きうどん |
| 4 | 大豆とじゃこの揚げからめ |
| 5 | しそふりかけ |

| 25/07/07 (月) | |
|--------------|---------|
| 1 | 鶏そぼろご飯 |
| 2 | 牛乳 |
| 3 | ポテトサラダ |
| 4 | 七夕そうめん汁 |

| No | 食品名 |
|----|---|
| 1 | 精白米 |
| 2 | 牛乳 |
| 3 | サラダ油 にんにく しょうが 豚もも肉 いか短冊（青森県） 酒 干しこいたけ 穂先たけのこスライス にんじん 玉ねぎ 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 でんぶん ごま油 |
| 4 | じゃがいも でんぶん 白絞油 さとう みりん こいくちしょうゆ 黒ゴマ |
| 5 | ツナ水煮 こいくちしょうゆ みりん さとう |

| No | 食品名 |
|----|---|
| 1 | 精白米 おおむぎ サラダ油 にんにく 牛小間切れ肉 酒 さとう こいくちしょうゆ ごま油 にんじん ほうれん草 小大豆もやし 食塩 ごま油 みりん さとう 赤みそ ごま油 コチジャン |
| 2 | 牛乳 |
| 3 | だし用かつお節 にんじん うすくちしょうゆ 食塩 白こしょう 玉ねぎ 木綿豆腐 でんぶん 鶏卵 葉ねぎ |
| 4 | |
| 5 | |

| No | 食品名 |
|----|--|
| 1 | 精白米 おおむぎ 牛乳 |
| 2 | 鮭（北海道） 食塩 白こしょう ノンエッグマヨネーズ みりん うすくちしょうゆ |
| 3 | こまつな キャベツ にんじん うすくちしょうゆ いりごま |
| 4 | だし用かつお節 玉ねぎ 刻み油あげ 西洋かぼちゃ 赤みそ 白みそ 葉ねぎ |
| 5 | |

| No | 食品名 |
|----|--|
| 1 | 精白米 おおむぎ 牛乳 |
| 2 | サラダ油 豚ばら肉 にんじん 玉ねぎ キャベツ 葉ねぎ 食塩 白こしょう こいくちしょうゆ たまりしょうゆ みりん 冷凍うどん 削り節（1食用） |
| 3 | だし用かつお節 玉ねぎ 刻み油あげ 西洋かぼちゃ 赤みそ 白みそ 葉ねぎ |
| 4 | 大豆 でんぶん 白絞油 ちりめんじゃこ（兵庫県） こいくちしょうゆ さとう |
| 5 | ゆかり |

| No | 食品名 |
|----|---|
| 1 | 精白米 しょうが 鶏ももミンチ 酒 穂先たけのこスライス にんじん さとう こいくちしょうゆ |
| 2 | 牛乳 |
| 3 | じゃがいも きゅうり にんじん 玉ねぎ 食塩 白こしょう 洋からし サラダビネガー さとう ノンエッグマヨネーズ |
| 4 | だし用かつお節 えのきたけ 木綿豆腐 伊賀の糸（そうめん） うすくちしょうゆ みりん 葉ねぎ |
| 5 | |

いがっこ給食センター夢（中学校）

| |
|---------------|
| 25/07/08 (火) |
| 1 白ごはん |
| 2 牛乳 |
| 3 あじの菜の花オイル焼き |
| 4 ケチャップ |
| 5 アスパラサラダ |
| 6 もずくのみそ汁 |

| |
|---------------|
| 25/07/09 (水) |
| 1 なす入り麻婆どんぶり |
| 2 牛乳 |
| 3 切り干し大根の中華あえ |

| |
|---------------|
| 25/07/10 (木) |
| 1 麦ごはん |
| 2 牛乳 |
| 3 白身魚の香味ソースかけ |
| 4 ミニトマト |
| 5 中華野菜スープ |
| 6 ひじきふりかけ |

| |
|--------------|
| 25/07/11 (金) |
| 1 セルフツナサンド |
| 2 牛乳 |
| 3 チリコンカン |

| |
|----------------|
| 25/07/14 (月) |
| 1 白ごはん |
| 2 牛乳 |
| 3 チキンカツ |
| 4 一食用 ウスターソース |
| 5 チンゲン菜の磯辺和え |
| 6 じゃが芋と玉ねぎの赤だし |

| No | 食品名 |
|----|--|
| 1 | 精白米 |
| 2 | 牛乳 |
| 3 | 鯛切り身（ニュージーランド） 食塩 白こしょう 粒入りマスタード 白ワイン パン粉 なたね油 サラダ油 |
| 4 | トマトケチャップ |
| 5 | 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 |
| 6 | だし用かつお節 たまねぎ じゃがいも 刻み油あげ 白みそ もずく 葉ねぎ |

| 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 豚ミンチ肉 酒 だし用かつお節 さとう こいくちしょうゆ 赤みそ なす サラダ油 木綿豆腐 葉ねぎ でんぶん 一味唐辛子 ごま油 |
| 3 | 牛乳 |
| 4 | メルルーサ（メキシコ） 食塩 白こしょう でんぶん 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 |
| 5 | ミニトマト |

| No | 食品名 |
|----|--|
| 1 | 精白米 おおむぎ |
| 2 | 牛乳 |
| 3 | メルルーサ（メキシコ） 食塩 白こしょう でんぶん 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 | ミニトマト |
| 5 | だし用かつお節 しょうが にんじん 玉ねぎ 緑豆もやし 木綿豆腐 天塩 白こしょう うすくちしょうゆ でんぶん 葉ねぎ ごま油 |
| 6 | 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 |

| No | 食品名 |
|----|--|
| 1 | コッペパン80 ライツナフレーク キャベツ 玉ねぎ きゅうり 食塩 白こしょう でんぶん ノンエッグマヨネーズ |
| 2 | 牛乳 |
| 3 | 大豆（煮豆用） サラダ油 豚ミンチ肉 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 トマトダイス缶 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 |
| 4 | 1食用ウスターソース |
| 5 | チンゲン菜 キャベツ にんじん うすくちしょうゆ 焼き角きざみのり |
| 6 | だし用かつお節 玉ねぎ じゃがいも 刻み油あげ 赤みそ カットわかめ 葉ねぎ |

| No | 食品名 |
|----|---|
| 1 | 精白米 |
| 2 | 牛乳 |
| 3 | 鶏むね肉皮なし 食塩 白こしょう 薄力粉 でんぶん サラダ油 パン粉 白絞油 |
| 4 | 1食用ウスターソース |
| 5 | チンゲン菜 キャベツ にんじん うすくちしょうゆ 焼き角きざみのり |
| 6 | だし用かつお節 玉ねぎ じゃがいも 刻み油あげ 赤みそ カットわかめ 葉ねぎ |

| |
|---------------|
| 25/07/15 (火) |
| 1 ウインナーピラフ |
| 2 牛乳 |
| 3 コーンクリームシチュー |

| |
|--------------|
| 25/07/16 (水) |
| 1 白ごはん |
| 2 牛乳 |
| 3 豚キムチ |
| 4 春雨サラダ |
| 5 ぶどうゼリー |

| |
|------------------|
| 25/07/17 (木) |
| 1 サイコロピーフのカレーライス |
| 2 牛乳 |
| 3 青じそドレッシングサラダ |
| 4 福神漬 |

| No | 食品名 |
|----|---|
| 1 | 精白米 おおむぎ 食塩 サラダ油 カットワインナー 玉ねぎ にんじん 青ピーマン 白こしょう カレー粉 コンソメ |
| 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 ペイリーフ だし用かつお節 じゃがいも コーンクリーム 食塩 白こしょう 薄力粉 バター 牛乳 生クリーム |

| No | 食品名 |
|----|--|
| 1 | 精白米 |
| 2 | 牛乳 |
| 3 | サラダ油 にんにく しょうが 豚小間切れ肉 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 | はるさめ にんじん きゅうり ホールコーン 洋辛子 米酢 食塩 さとう うすくちしょうゆ ごま油 |
| 5 | ぶどうゼリー |

| 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 牛角切肉 赤ワイン 食塩 白こしょう カレー粉 玉ねぎ にんじん ベイリーフ じゃがいも 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 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 |
| 4 | 福神漬 |