

いがっこ給食センター夢（中学校）

26/09/02（水）	
1	白ごはん
2	牛乳
3	豚キムチ
4	いりこ豆
5	白鳳梨

26/09/03（木）	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	厚揚げの肉みそかけ
4	小松菜のナムル
5	白菜のとりみスープ

26/09/04（金）	
1	黒糖パン
2	牛乳
3	パンプキンシチュー
4	アスパラのドレッシングサラダ

26/09/07（月）	
1	減量白ごはん
2	牛乳
3	焼きそば
4	わかめときゅうりの酢の物
5	ツナふりかけ

26/09/08（火）	
1	白ごはん
2	牛乳
3	ちくわのてんぷら
4	ささみとキャベツのあえもの
5	千切り野菜のすまし汁

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	サラダ油 にんにく しょうが 豚小間切れ肉 天塩 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	大豆 でんぷん 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	白鳳梨

No	食品名
1	精白米 おおむぎ
2	牛乳
3	厚揚げ サラダ油 鶏もも皮付ミンチ肉 酒 赤みそ さとう みりん
4	こまつな キャベツ 食塩 ごま油 うすくちしょうゆ いりごま
5	サラダ油 しょうが 鶏もも皮付肉 酒 天塩 白こしょう だし用かつお節 えのきたけ にんじん 玉ねぎ うすくちしょうゆ でんぷん はくさい 葉ねぎ ごま油

No	食品名
1	黒糖パン
2	牛乳
3	サラダ油 鶏もも皮なし肉 白ワイン ベーコン 天塩 白こしょう 玉ねぎ にんじん ベイリーフ だし用かつお節 西洋かぼちゃ 薄力粉 バター 牛乳 生クリーム
4	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 アップルビネガー さとう 天塩 白こしょう

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	サラダ油 豚ばら肉 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	きゅうり カットわかめ サラダこんにゃく 米酢 うすくちしょうゆ 天塩 さとう
5	ライトツナフレー こいくちしょうゆ 酒 さとう ごま

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	焼き竹輪 薄力粉 でんぷん 食塩 サラダ油 白絞油
4	鶏ささ身水煮 キャベツ きゅうり うすくちしょうゆ さとう 米酢 ごま油
5	だし用かつお節 つきこんにゃく ごぼう にんじん だいこん 刻み油あげ うすくちしょうゆ 天塩 みりん 葉ねぎ

いがっこ給食センター夢（中学校）

26/09/09（水）	
1	白ごはん
2	牛乳
3	鶏肉と厚揚げのみそ炒め
4	粉ふき芋
5	伊賀産シャインマスカット

26/09/10（木）	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	鯖の照り焼き
4	チンゲン菜のごまあえ
5	ひじきの炒り煮

26/09/11（金）	
1	バターチキンカレー
2	牛乳
3	青じそドレッシングサラダ

26/09/14（月）	
1	白ごはん
2	牛乳
3	白身魚フライ
4	添え野菜
5	一食用 ウスターソース
6	秋なすの味噌汁

26/09/15（火）	
1	白ごはん
2	牛乳
3	マーボー豆腐
4	中華コーンサラダ
5	みかんゼリー

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	サラダ油 鶏もも皮付肉 酒 にんにく にんじん 玉ねぎ キャベツ 天塩 白こしょう 厚揚げ 赤みそ こいくちしょうゆ さとう 一味唐辛子 ごま油
4	じゃがいも 天塩 白こしょう
5	シャインマスカット

No	食品名
1	精白米 おおむぎ
2	牛乳
3	鯖（ノルウェー） こいくちしょうゆ みりん 酒
4	チンゲン菜 はくさい うすくちしょうゆ いりごま
5	サラダ油 鶏もも皮付肉 酒 こいくちしょうゆ 糸こんにゃく 大豆 削り節だしパック みりん ひじき にんじん ごぼう 三温糖

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 鶏もも皮付肉 赤ワイン 天塩 白こしょう カレー粉 玉ねぎ にんじん 削り節だしパック ベイリーフ じゃがいも マッシュルーム 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 バター 無糖練乳
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 米酢

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	メルルーサ（ニュージーランド） 食塩 白こしょう 薄力粉 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 にんじん 豆腐（強化） 刻み油あげ ごま油 なす 白みそ 葉ねぎ

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	ラード にんにく しょうが トウバンジャン 豚もも肉 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 豆腐（強化） 葉ねぎ 一味唐辛子 でんぷん ごま油
4	キャベツ にんじん チンゲン菜 ホールコーン 洋辛子 米酢 さとう うすくちしょうゆ ごま油
5	みかんゼリー

いがっこ給食センター夢（中学校）

26/09/16（水）	
1	白ごはん
2	牛乳
3	鮭の西京焼き
4	キャベツのゆかり和え
5	五目きんぴら

26/09/17（木）	
1	中華飯
2	牛乳
3	フライドポテト
4	つぼ漬

26/09/18（金）	
1	ミルクパン
2	牛乳
3	チリコンカン
4	ツナポテサラダ

26/09/24（木）	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	いわしの唐揚げ
4	白菜とたくあんの浅漬け
5	切干大根の含め煮

26/09/25（金）	
1	伊賀牛ごぼうご飯
2	牛乳
3	かき卵汁
4	みたらし月見団子

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	銀鮭（宮城県） 白みそ さとう 酒 みりん こいくちしょうゆ
4	キャベツ きゅうり ゆかり 食塩
5	サラダ油 しょうが 鶏もも皮付肉 酒 糸こんにゃく こいくちしょうゆ ごぼう にんじん 三温糖 ごま油 いりごま 一味唐辛子

No	食品名
1	精白米 おおむぎ サラダ油 にんにく しょうが 豚小間切れ肉 いか短冊（青森県） 酒 干ししいたけ 穂先たけのこ 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 でんぷん ごま油
2	牛乳
3	じゃがいも 天塩 白絞油
4	つぼ漬

No	食品名
1	ミルクパン
2	牛乳
3	大豆 サラダ油 豚赤身ミンチ肉 赤ワイン セロリー にんにく にんじん 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 天塩 白こしょう
4	じゃがいも きゅうり にんじん ツナフレーク 天塩 白こしょう サラダビネガー 洋辛子 さとう ノンエッグマヨネーズ

No	食品名
1	精白米 おおむぎ
2	牛乳
3	いわし開き（鳥取県） 酒 こいくちしょうゆ しょうが カレー粉 でんぷん 白絞油
4	はくさい 水菜 うすくちしょうゆ 食塩 たくあん漬
5	サラダ油 糸こんにゃく うすくちしょうゆ にんじん 切干しだいこん 刻み油あげ だし用かつお節 みりん 三温糖

No	食品名
1	精白米 こいくちしょうゆ サラダ油 しょうが 牛小間切れ肉 酒 ごぼう さとう
2	牛乳
3	だし用かつお節 天塩 うすくちしょうゆ えのきたけ にんじん はくさい でんぷん 鶏卵 葉ねぎ
4	白玉だんご さとう こいくちしょうゆ でんぷん マフィンカップ

26/09/28（月）	
1	白ごはん
2	牛乳
3	ヤムニョムチキン
4	ごまキャベツ
5	冬瓜スープ

26/09/29（火）	
1	白ごはん
2	牛乳
3	カレー肉じゃが
4	ほうれん草の和え物
5	納豆みそ

26/09/30（水）	
1	白ごはん
2	牛乳
3	秋刀魚の塩焼き
4	ピーマンきんぴら
5	なめこの赤だし

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	鶏むね肉 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	キャベツ 食塩 ごま油 いりごま
5	だし用かつお節 しょうが とうがん はくさい にんじん 天塩 白こしょう うすくちしょうゆ でんぷん 葉ねぎ ごま油

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	サラダ油 鶏もも皮付肉 酒 糸こんにゃく こいくちしょうゆ 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 カレー粉 三温糖
4	ほうれん草 緑豆もやし うすくちしょうゆ
5	サラダ油 豚ミンチ肉 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
2	牛乳
3	さんま（北海道） 食塩 酒
4	サラダ油 さつま揚げカット つきこんにゃく こいくちしょうゆ 青ピーマン 穂先たけのこ にんじん 酒 こいくちしょうゆ さとう ごま油 一味唐辛子
5	削り節だしパック 木綿豆腐 刻み油あげ 緑豆もやし なめこ 赤みそ 葉ねぎ