

11月のきゅうしょくこんだて予定表

(平成27年度)(調理場)

日曜日	献立名	給食なし	おもに 血や肉・骨になるもの	おもに 体の調子を整えるもの	おもに 熱や力になるもの	その他	検査結果 (kg/Bq)セシウム134・137
2 (月)	ごはん、ぎゅうにゅう ぶたにくのしょうがやき やさしいため あぶらあげのみそしる		ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ、みそ	しょうが、キャベツ、たまねぎ もやし、にんじん、だいこん ほししいたけ	ごはん ごまあぶら じゃがいも	しょうゆ、酒 みりん 塩、コショウ かつおぶし	ND
4 (水)	☆おいしい県産食材こんだて☆ ぎゅうどん、ぎゅうにゅう わふうサラダ わかめのみそしる		ぎゅうにく(福島県産) ぎゅうにゅう わかめ、とうふ、みそ	たまねぎ、だいこん、キャベツ えだまめ、しょうが	ごはん こんにゃく、あぶら、さとう じゃがいも	酒、しょうゆ みりん、酢 かつおぶし	
5 (木)	コッペパン、ぎゅうにゅう とりにくのマーマレードに コールスローサラダ ミネストローネ		ぎゅうにゅう とりにく チーズ	にんにく、キャベツ、きゅうり たまねぎ、にんじん、パセリ トマト、マーマレード	コッペパン とうもろこし、オリーブオイル さとう、じゃがいも、マカロニ バター	しょうゆ、酢 スープストック 塩、コショウ	
6 (金)	☆いい歯の日こんだて☆ ごはん、ぎゅうにゅう ししゃもフライ かいそうサラダ こまつなのみそしる	幼稚園	ぎゅうにゅう ししゃも かいそうミックス とうふ、みそ	キャベツ、もやし、きゅうり にんじん、こまつな、だいこん	ごはん こむぎこ、パンこ、あぶら ごま、ごまあぶら、さとう	ソース、酢 しょうゆ かつおぶし	
9 (月)	調理場休み						
10 (火)	ごはん、ぎゅうにゅう あぶらあげのふくめに ごもくいため かぼちゃのみそしる		ぎゅうにゅう あぶらあげ ぶたにく みそ	キャベツ、にんじん、にら しょうが、ほししいたけ かぼちゃ、たまねぎ、だいこん	ごはん さとう マロニー、ごまあぶら	しょうゆ、みりん 酒 かつおぶし	ND
11 (水)	ごはん、ぎゅうにゅう とりにくのしちみやき ひじきのいために たまねぎのみそしる		ぎゅうにゅう とりにく ひじき、さつまあげ、だいず みそ	しょうが、にんにく、ごぼう ほししいたけ、たまねぎ もやし、にんじん	ごはん ごまあぶら じゃがいも、さとう、あぶら	みりん、しょうゆ 七味唐辛子 かつおぶし	
12 (木)	☆おいしい県産食材こんだて☆ しよくパン、ぎゅうにゅう ぎゅうにくのトマトソースに やさいスープ くだもの		ぎゅうにゅう ぎゅうにく(福島県産)	たまねぎ、ピーマン、キャベツ にんじん、パセリ りんご	しよくパン オリーブオイル じゃがいも	ソース、ケチャップ スープストック 塩、コショウ 赤ワイン	
13 (金)	ごはん、ぎゅうにゅう さんまのしおやき じゃがいものにも はくさいのみそしる		ぎゅうにゅう さんま あぶらあげ、みそ	にんじん、ごぼう、えだまめ ほししいたけ、はくさい もやし	ごはん じゃがいも、こんにゃく、あぶら さとう	塩、しょうゆ だしの素 かつおぶし	
16 (月)	ごはん、ぎゅうにゅう さばのソースに ごまふうみサラダ とうふのみそしる		ぎゅうにゅう さば とうふ、みそ	しょうが、キャベツ、にんじん もやし、だいこん	ごはん さとう ごま、ごまあぶら じゃがいも	しょうゆ、酢、酒 ウスターソース かつおぶし	
17 (火)	ちゅうかめん、ぎゅうにゅう あんかけラーメンのスープ インディアンポテト		ぎゅうにゅう エビ、いか とりにく	はくさい、もやし、にんじん にら、ほししいたけ たまねぎ、ピーマン	ちゅうかめん ごまあぶら、かたくりこ じゃがいも、あぶら	しょうゆ、酒 中華スープの素 塩、コショウ カレー粉	
18 (水)	ごはん、ぎゅうにゅう さけのりきゅうあげ だいこんのきんぴら さつまいものみそしる		ぎゅうにゅう さけ あぶらあげ、わかめ あおだいず、みそ	だいこん、にんじん ほししいたけ、はくさい ごぼう、ねぎ	ごはん さとう、ごま、かたくりこ あぶら さつまいも	しょうゆ、酒 みりん かつおぶし	
19 (木)	こくとうパン、ぎゅうにゅう ローストチキン コーンサラダ はくさいのクリームに		ぎゅうにゅう とりにく	しょうが、にんにく、キャベツ きゅうり、はくさい、たまねぎ にんじん	こくとうパン とうもろこし、オリーブオイル じゃがいも、マカロニ、バター こむぎこ	塩、コショウ 酒、酢 スープストック	
20 (金)	☆おいしい県産食材こんだて☆ ごはん、ぎゅうにゅう なっとう にくじゃが キャベツのみそしる		ぎゅうにゅう なっとう ぎゅうにく(福島県産) みそ	たまねぎ、にんじん、いんげん キャベツ、だいこん、こまつな	ごはん じゃがいも、あぶら、さとう こんにゃく	しょうゆ、酒 みりん かつおぶし	
24 (火)	とりそぼろごはん、ぎゅうにゅう ごまあえ とんじる		ぎゅうにゅう とりにく、おあだいず ぶたにく、みそ	にんじん、ごぼう ほししいたけ、しょうが キャベツ、ほうれんそう、もやし はくさい、だいこん、ねぎ	ごはん さつまいも、あぶら、さとう ごま	酒、しょうゆ かつおぶし	
25 (水)	ごはん、ぎゅうにゅう さんまのかばやき だいこんサラダ ちゅうかスープ		ぎゅうにゅう さんま	しょうが、だいこん、にんじん キャベツ、はくさい、もやし チンゲンサイ、ほししいたけ	ごはん かたくりこ、あぶら、さとう オリーブオイル マロニー、ごまあぶら	しょうゆ、酒 みりん、酢、塩 中華スープの素	
26 (木)	☆おいしい県産食材こんだて☆ コッペパン、ぎゅうにゅう、ジャム ビーフシチュー チーズサラダ		ぎゅうにゅう ぎゅうにく(福島県産) チーズ	たまねぎ、にんじん、トマト キャベツ、きゅうり	コッペパン、マーマレードジャム じゃがいも、オリーブオイル とうもろこし、さとう	塩、コショウ 赤ワイン、酢 レモン果汁 ケチャップ、ルウ	
27 (金)	ごはん、ぎゅうにゅう ぶたにくのアップルソース やさいのソテー じゃがいものみそしる		ぎゅうにゅう ぶたにく みそ	しょうが、たまねぎ、りんご キャベツ、にんじん、ピーマン だいこん、ねぎ	ごはん さとう とうもろこし、オリーブオイル じゃがいも	ソース、しょうゆ みりん、酒 塩、コショウ かつおぶし	
30 (月)	ごはん、ぎゅうにゅう とりにくのあげびたし キャベツとわかめのサラダ みそワントン	中妻小	ぎゅうにゅう とりにく わかめ なると、みそ	しょうが、キャベツ、もやし にんじん、えだまめ、はくさい たまねぎ、にら、ほししいたけ	ごはん かたくりこ、あぶら、さとう ごま ワントン	しょうゆ、酒 みりん、酢 かつおぶし	