

令和6年度 1月分中学校予定献立表(詳細)

No.2

		1月27日(月)		1月28日(火)		1月29日(水)		1月30日(木)		1月31日(金)		
牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206	
ご飯	精白米 水	95 105	ご飯	精白米 水	95 105	パン	スライス子供パン	80	ご飯	精白米 水	95 105	
豚汁	豚もも肉 人参 大根 こんにゃく ごぼう 小松菜 木綿豆腐 かつおだし 赤味噌 白味噌 酒 水	25 20 20 20 10 15 20 2 5.5 5.5 1 100	ハヤシライス	豚肩肉 じゃが芋 人参 玉葱 グリーンピース 角切チーズ 脱脂粉乳 レバーそぼろ にんにく 生姜 ハヤシルー カレールー(No.118) ウスターソース トマトケチャップ なたね油 三温糖 水	35 50 25 35 5 5 3 2.5 0.5 0.5 16 2 3 4 1 0.3 110	揚げ物	鶏むね肉 人参 玉葱 小松菜 コンソメ 食塩 黒こしょう 水 揚げ物 鮭の野菜カツ なたね白絞油	20 25 30 20 1.5 1 0.05 160 55 5.5	けんちん汁	生揚げ 里芋 人参 ごぼう 小松菜 かつおだし 醤油 食塩 酒 水	30 25 20 15 20 2 7 0.4 0.8 130	
焼物	さば文化干し	60	焼物	豆腐ナゲット(2個)	40	焼そば	蒸し中華麺 豚肩肉 キャベツ 人参 ウスターソース 焼きそばソース 中濃ソース 食塩 白こしょう なたね油	45 15 20 5 5 2.5 2.5 0.1 0.03 0.8	焼物	沖あみかき揚げ	60	
いかと里芋の煮物	いか 里芋 大根 醤油 みりん 三温糖 酒 和風だし 水	20 40 20 4 1.3 1.6 0.6 0.5 30	こんにゃくのピリ辛炒め	こんにゃく 椎茸 しめじ きくらげ ごま油 かつお節 醤油 みりん 一味唐辛子 なたね油	60 12 7 0.5 0.4 0.5 3 2 0.01 0.5	豚肉めといんげん	豚肩肉 さやいんげん 白滝 生姜 酒 醤油 なたね油	30 25 20 0.2 1 5 0.8	ヤンニョムチキン	鶏もも肉(澱粉付き) なたね白絞油 にんにく なたね油 トマトケチャップ 豆板醤 醤油 砂糖 酒 白炒りごま 水	70 7 0.6 0.5 6 0.2 2 1.8 1.4 0.6 2.5	
										サオニオン	玉葱 キャベツ きゅうり とうもろこし 塩中華ドレッシング(No.208)	25 20 20 5 7
										デザート	りんごゼリー	40