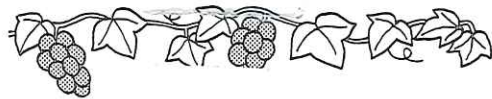


9月の献立表



建国幼・小・中・高等学校



日付	献立	主な材料名
9/1日(火)	ヤンニョンフィッシュ 太根の和風サラダ 味噌汁	骨なしホキ 土生姜 にんにく 白ごま キャベツ しらす 大根 胡瓜 花かつお 玉ねぎ うす揚げ 豆腐 青ねぎ
2日(水)	唐揚げ定食 根菜サラダ もやしのカレー風味炒め 中華スープ	鶏もも肉 にんにく 土生姜 卵 キャベツ 片栗粉 小麦粉 切干大根 人参 胡瓜 さつま芋 黒ごま 白ごま 太もやし カレー粉 玉葱 卵 わかめ(国) 青ねぎ
3日(木)	キムチ炒飯一口カツのせ 味噌汁	豚ロースカツ肉 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ 豚ミンチ 玉葱 人参 青ねぎ 卵 キムチ さつま芋 人参 大根 うす揚げ 小松菜
4日(金)	クッパ 野菜かき揚げ キムチ	鶏もも肉 豆もやし 大根 人参 水煮筍 干椎茸 卵 青ねぎ にんにく 土生姜 南瓜 玉葱 小麦粉 卵 キムチ
5日(土)	きつねうどん 炊込みご飯	細うどん 色板 すし揚げ わかめ(国) 青ねぎ 出し昆布 鶏肉 干椎茸 うす揚げ 人参 つきこんにやく
7日(月)	チキン南蛮タルタル添え イタリアンスパゲティー 味噌汁	鶏むね肉 片栗粉 卵 玉葱 人参 卵 パセリ(乾) キャベツ スパゲティー 人参 玉葱 ピーマン パプリカ(黄) わかめ(国) 大根 うす揚げ
8日(火)	木の葉丼 豚汁	玉葱 色板 うす揚げ 卵 青ねぎ 豚バラスライス 大根 人参 ごぼう(国) さつま芋 つきこんにやく(国) 青ねぎ
9日(水)	十六穀米 肉じゃがコロケ定食 三色ナムル ごぼうサラダ 味噌汁	十六穀米 じゃが芋 玉葱 人参 合挽ミンチ つきこん(国) 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ 太もやし 胡瓜 人参 白ごま 牛蒡(国) 人参 白ごま 豆腐 玉葱 青ねぎ
10日(木)	鶏の照り焼き マカロニサラダ 味噌汁	鶏もも肉 土生姜 キャベツ フレンチポテト マカロニ 胡瓜 人参 卵 南瓜 うす揚げ 玉葱 青ねぎ
11日(金)	ビビンバ 竹輪の磯辺揚げ ワカメスープ キムチ	牛ミンチ ぜんまい ほうれん草 人参 大根 胡瓜 豆もやし 卵 竹輪 小麦粉 卵 青のり粉 わかめ(国) 白ごま 出し昆布 キムチ
12日(土)	わかめうどん 天ぷら おにぎり	細うどん わかめ(国) 青ねぎ 色板蒲鉾 出し昆布 海老 鶏むね肉 南瓜 竹輪 卵 小麦粉 白ごま
14日(月)	ハヤシライスコールスローサラダ	牛肉 玉ねぎ しめじ じゃが芋 人参 ハヤシルー キャベツ パプリカ(赤) パプリカ(黄)
15日(火)	ブルコギ丼 味噌汁	豚肉 豚バラ肉 玉葱 なら 太もやし 干椎茸 白ごま 大根 うす揚げ 南瓜
16日(水)	カレーうどん じゃこ豆腐サラダ おにぎり	細うどん 牛肉 玉ねぎ 白ねぎ うす揚げ パーモントカレールー ジャワカレールー インドカレールー 豆腐 太もやし わかめ ちりめん 胡瓜 白ごま
17日(木)	チキンライス魚フライのせ コンソメスープ	ピーマン 鶏もも肉 玉葱 骨なしホキ 小麦粉 卵 パン粉 玉葱 卵 (乾)パセリ トマトホール缶 玉葱 キャベツ 青ねぎ
18日(金)	白身魚の唐揚げ 根菜と豚肉炒め のっぺい汁	骨なしホキ 小麦粉 片栗粉 土生姜 にんにく 卵 キャベツ レモン 豚ばら肉 さつま芋 ごぼう(国) 人参 板こんにやく 大根 人参 じゃが芋 うす揚げ 青ねぎ 片栗粉
19日(土)	焼きそば 味噌汁 おにぎり(わかめ)	焼きそば麺 豚ばら肉 キャベツ 人参 太もやし 青のり粉 花かつお ロールイカ 大根 うす揚げ わかめ御飯の素
23日(水)	他人丼 味噌汁	牛肉 玉葱 青ねぎ 卵 紅生姜 キャベツ わかめ(国) 南瓜
24日(木)	カレーライス イタリアンサラダ	牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 パーモントカレールー ジャワカレールー インドカレールー キャベツ 胡瓜 黄パプリカ サラダチーズ
25日(金)	肉団子の甘酢あんかけ フライドポテト 青梗菜のナムル かき玉スープ	豚ミンチ 玉ねぎ 卵 パン粉 玉ねぎ 人参 ピーマン 水煮筍 干し椎茸 にんにく キャベツ フレンチポテト 青梗菜 卵 青ねぎ
26日(土)	醤油ラーメン この炊込みご飯	中華そば 焼豚 太もやし 青ねぎ 醤油ラーメンスープ えのき茸 本しめじ 舞茸 うす揚げ 人参 (冷)むき枝豆
28日(月)	ロースカツライス 野菜スープ	むきえび 玉葱 人参 ピーマン 合挽ミンチ カレー粉 バター 豚ロースカツ肉 小麦粉 卵 パン粉 玉葱 ハヤシルー ビーフシチュールー スパゲティー キャベツ 人参
29日(火)	キムチチゲ れんこんの挟み揚げ	豚肉 白菜 玉ねぎ なら 大根 えのき茸 豆腐 白菜キムチ 土生姜 にんにく 金平れんこん 鶏ももミンチ 玉葱 土生姜 卵 小麦粉 卵 パン粉 白ごま
30日(水)	五目うどん 鶏の唐揚げ おにぎり(鮭)	細うどん すし揚げ 豚ばら肉 白菜 玉葱 人参 干椎茸 青ねぎ 出し昆布 鶏もも肉 にんにく 土生姜 卵 小麦粉 片栗粉 キャベツ 骨なし鮭 白ごま

都合により献立が変更になる場合があります。