8月・9月の献立表

建国幼・小・中・高等学校

日付	献立	主な材料名
28日(木)	カレーライス グリーンサラダ	豚肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 バーモントカレールゥ ジャワカレールゥ インドカレールゥ キャベツ 胡瓜 パプリカ(赤・黄)
29日(金)	十六穀米 さばの塩焼き ひじきの五目煮 小松菜のナムル スープ キムチ	十六穀米 塩さば 大蒜 ひじき 人参 つきこんにゃく(圓) うす揚げ 煮込みちくわ 小松菜 太もやし 白ごま ベーコン 白菜 本しめじ 青ねぎ キムチ
9/1日(月)	木の葉丼 さつま芋&ピーマンの天ぷら ミニうどん	色板かまぼこ うす揚げ 玉ねぎ 干ししいたけ 卵 青ねぎ さつま芋 ピーマン 小麦粉 卵 細うどん 鶏むね肉 ほうれん草 人参 出し昆布
2日(火)	ヤンニョムチキン 金平ごぼう もやしのカレー醤油和え 味噌汁	鶏もも肉 土生姜 にんにく 片栗粉 白ごま キャベツ ごぼう(国) 人参 白ごま 太もやし ピーマン カレー粉 おつゆ麩 わかめ(国) 青ねぎ
3日(水)	さつま芋ご飯 さわらのごま漬け焼き 煮物 きのこのマリネ 味噌汁 キムチ	さつま芋 骨無しさわら ごま(白・黒) 大蒜 大根 板こんにゃく(国) 煮込みちくわ 玉ねぎ 本しめじ えのき茸 しいたけ 人参 豆腐 うす揚げ 青ねぎ キムチ
4日(木)	豚肉生姜焼き なすの揚げびたし 胡瓜と蒸し鶏の塩だれ和え すまし汁	豚肉 玉ねぎ ピーマン 人参 キャベツ 土生姜 なす 花かつお 胡瓜 鶏むね肉 白ごま そうめん 花麩 青ねぎ
5日(金)	甘酢肉団子 キャベツのじゃこ炒め れんこんのひじき和え 味噌汁	豚ミンチ 玉ねぎ 卵 パン粉 玉ねぎ 人参 ピーマン 水煮たけのこ きくらげ にんにく 片栗粉 キャベツ ちりめんじゃこ 金平れんこん 胡瓜 ひじき うす揚げ わかめ(国) 青ねぎ
6日(土)	キムチチゲ キムチロールカツ スイカ	豚肉 白菜 玉ねぎ ニラ 大根 えのき茸 豆腐 キムチ 豚ロース薄切り キムチ 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ スイカ
8日(月)	マーボー野菜 厚揚げ煮 白菜の塩吹き昆布和え たまごスープ	豚ミンチ 玉ねぎ じゃが芋 なす 人参 青ねぎ 片栗粉 厚揚げ 人参 白菜 塩吹き昆布 卵 わかめ(国)
9日(火)	ハヤシライス コーンサラダ	牛肉 玉ねぎ マッシュルーム缶 じゃが芋 人参 ハヤシルゥ キャベツ (冷)コーン パプリカ(赤) わかめ(国)
10日(水)	タン麺 ミニたまごチャーハン	中華そば 豚肉 キャベツ 玉ねぎ ニラ 太もやし 人参 きくらげ 卵 玉ねぎ 青ねぎ 人参 白ごま
11日(木)	二色鶏天 ピーマンの挽肉炒め 大根のおかか和え 味噌汁	鶏もも肉 青のり粉 黒ごま 小麦粉 卵 キャベツ 豚ミンチ 玉ねぎ ピーマン 大根 人参 花かつお 刻みのり 豆腐 わかめ(国) 青ねぎ
12日(金)	ひじき入りコロッケ こんにゃくとさつま揚げのピリ辛炒め マカロニサラダ 味噌汁	じゃが芋 玉ねぎ 牛ミンチ 豚ミンチ ひじき 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ つきこんにゃく(国) さつま揚げ (冷)コーン マカロニ 胡瓜 人参 卵 玉ねぎ うす揚げ 青ねぎ
16日(火)	回鍋肉 いか&かぼちゃの天ぷら れんこんのカレーマヨ和え すまし汁	豚肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン にんにく 土生姜 ロールイカ かぼちゃ 小麦粉 卵 金平れんこん 人参 カレー粉 そうめん 花麩 わかめ(国)
17日(水)	鶏のトマト煮込み フライドポテト 小松菜のナムル 味噌汁	鶏もも肉 小麦粉 玉ねぎ 本しめじ キャベツ ホールトマト缶 フライドポテト 小松菜 人参 白ごま 豆腐 おつゆ麩 青ねぎ
18日(木)	豚じゃが フライビーンズ キャベツのゆかり和え 味噌汁	豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 糸こんにゃく(国) (冷)グリンピース 水煮大豆 白ごま キャベツ ゆかり粉 大根 わかめ(国) 青ねぎ
19日(金)	ビビンバ ちくわの磯辺揚げ わかめスープ キムチ	牛ミンチ 豚ミンチ 水煮ぜんまい ほうれん草 人参 大根 胡瓜 豆もやし 卵 煮込みちくわ 小麦粉 卵 青のり粉 わかめ(国) 青ねぎ 白ごま キムチ
20日(土)	カレーうどん 野菜かき揚げ おにぎり	細うどん 豚肉 玉ねぎ 青ねぎ うす揚げ バーモントカレールゥ ジャワカレールゥ インドカレールゥ 片栗粉 かぼちゃ 玉ねぎ 人参 青ねぎ 小麦粉 卵 白ごま
22日(月)	鶏肉の幽庵焼 大根のそぼろあん もやしと胡瓜のぽん酢和え 味噌汁	鶏もも肉 レモン果汁 レモン キャベツ 鶏ももミンチ 大根 片栗粉 太もやし 胡瓜 人参 わかめ(国) 豆腐 うす揚げ 青ねぎ
24日(水)	白身魚フライ ベーコンとれんこんのソテー さつま芋のサラダ 味噌汁	骨なしホキ 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ ベーコン 金平れんこん さつま芋 人参 卵 (冷)グリンピース 花麩 わかめ(国) 青ねぎ
25日(木)	ミートソーススパゲティ 蒸し鶏のごまドレ和え オニオンスープ わかめおにぎり	スパゲティ 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 (冷)グリンピース 小麦粉 キャベツ 鶏むね肉 ごぼう(国) 人参 (冷)コーン 玉ねぎ パセリ粉 わかめご飯の素
26日(金)	牛肉と小松菜のオイスター炒め 含め煮 大根のさっぱり和え かき玉味噌汁	牛肉 小松菜 玉ねぎ 人参 水煮大豆 にんにく 高野豆腐 干ししいたけ 色板かまぼこ 大根 人参 卵 青ねぎ
29日(月)	たらの野菜あん バターコーン じゃこと揚げのサラダ 味噌汁	骨無したら 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 えのき茸 干ししいたけ 片栗粉 (冷)コーン 人参 バター うす揚げ 白菜 ちりめんじゃこ 花かつお そうめん わかめ(国) 青ねぎ
30日(火)	挽肉ガーリック炒飯 いか&じゃが芋の唐揚げ 和風ポトフ	牛ミンチ 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 (冷)コーン 青ねぎ バター にんにく ロールイカ じゃが芋 小麦粉 卵 ベーコン 大根 玉ねぎ 人参

都合により献立が変更になる場合があります。

こども園

8/30日(土)	ハンバーグ かぼちゃのバターソテー 大根の和風サラダ 味噌汁	牛ミンチ 豚ミンチ 玉ねぎ 卵 パン粉 キャベツ かぼちゃ バター 大根 人参 わかめ(国) 花かつお えのき茸 うす揚げ 青ねぎ

こども園

13日(土)	オムライス 豆腐サラダ スープ	鶏むね肉 玉ねぎ 本しめじ (冷)グリンピース 卵 豆腐 太もやし わかめ(国) 人参 ベーコン 白菜 (冷)コーン

こども園

27日(土)	お好み焼き 春雨サラダ 味噌汁	キャベツ 豚ミンチ むきえび 青ねぎ 天かす お好み焼き粉 卵 青のり粉 花かつお 春雨 きくらげ 人参 胡瓜 うす揚げ おつゆ麩 青ねぎ