## 令和2年 10月分 学校給食予定献立表

伊勢市中学校給食 世間調理場

,			<b></b>	2年 10月分 子仪稲食っ	广尼脉丛仪			尹勢市中 共	ュ学杉 共同部
	曜	料理名	血や肉をつくるもの	体の調子をよくするもの	力や体温となるもの	調味料	工术作"一	蛋白質	
Р	A		赤群	緑群	黄群		[kcal]	[%]	+
1 3	+	ひじきそぼろごはん, 牛乳	鶏肉, ひじき, 卵, 牛乳	ねぎ, しょうが, 人参	麦ごはん,ひまわり油,三温糖	しょうゆ,酒,みりん,塩	004	10.4	1,
1	<b>1</b>	お月見汁		人参,小松菜,しめじ	里芋,白玉だんご	しょうゆ,塩,かつお節,昆布	804	12.4	30.
L		ぶどうゼリー <b>☆十五夜献立</b> ☆		ぶどうゼリー				13. 4	
l		麦ごはん,しそふりかけ,牛乳	牛乳	しそふりかけ	麦ごはん		847		
	金	豆腐の揚げ煮	揚げ出し豆腐		ひまわり油, 三温糖	しょうゆ,みりん			
	<b>₩</b> F	蒸しキャベツ		キャベツ		塩、こしょう			ı,
		豚肉と野菜の生姜炒め	豚肉	しょうが, 人参, ピーマン, 玉ねぎ	ひまわり油, 三温糖, ごま	酒, しょうゆ, みりん			١
		麦ごはん,のり佃煮,牛乳	のり佃煮,牛乳	0 x 7 / 1, 7, 6 , c , 7 , 2, 48 C	麦ごはん	IB, 0 x 7 4, 47 770			+
				6			757	12.8	١
		すき焼き煮	豚肉,焼き豆腐	糸こんにゃく,人参,白菜,えのきたけ,白ねぎ	ひまわり油,三温糖	しょうゆ, みりん, 酒	757	12.8	
		切干大根のごま和え	油揚げ	切干大根,人参,きゅうり	三温糖,ごま	しょうゆ,塩			
		コッペパン, 牛乳	牛乳		コッペパン				
l.	火	ポトフ	鶏肉	人参, 玉ねぎ, キャベツ, セロリー	じゃが芋	ガラスープ, ローリエ, 塩, こしょう	774	15. 8	
		スパゲティサラダ	ツナ	レタス,人参,きゅうり	スパゲティ, 卵抜きマヨネーズ	塩、こしょう			
t	_	麦ごはん、牛乳	牛乳	- 7 - 1,7(2) ( 2 + 7 )	麦ごはん		771		
l		m 1 1 1 m m 1 1 1 m m		1-11-21 . 529 Lin wints ( + 2-) + 2-20		New Address and the State Address			
1	7.	豚肉と根菜のキムチ煮	豚肉,豆腐	にんにく, しょうが, 大根, ごぼう, 人参, キムチ, ねぎ	ひまわり油,ごま油	酒, ガラスープ, しょうゆ, 塩			
l		春雨の中華風サラダ	明	キャベツ, 人参, きゅうり	はるさめ, ひまわり油, 三温糖, ごま油, ごま	塩,酢,しょうゆ			
t		わかめごはん, 牛乳	わかめ,牛乳		麦ごはん				
8 :							823	14. 4	4 28
	木	鰯のたまりから揚げ	いわし		片栗粉,ひまわり油,三温糖	しょうゆ, 酒, みりん			
		蒸しキャベツ		キャベツ		塩、こしょう			
		さつま汁	鶏肉,みそ	しいたけ,人参,大根,ごぼう,ねぎ	さつまいも	かつお節			
Γ	П	ドライカレー, 牛乳	豚肉, 牛乳	にんにく、しょうが、玉ねぎ、人参、しめじ、ピーマン	麦ごはん、ひまわり油、薄力粉、三温糖	ガラスープ, ターメリック, ワイン, トマトケチャップ, カ	780	12. 6 15. 5	1
Į.	金	エフィルドー、十孔	mera, rati			レ一粉, しょうゆ, ウスターソース, 塩, こしょう			24
	_	ミルクスープ	ベーコン, 牛乳	玉ねぎ, 人参, ほうれん草, クリームコーン	じゃが芋, ひまわり油, コーンスター チ, 生クリーム	ワイン, ガラスープ, 塩, こしょう			J
H	-	麦ごはん,牛乳	<b>生</b> 藥		ナ, 生クリーム 麦ごはん				+
			牛乳	2 10 1. 10					27
	月	鶏肉のねぎソースかけ	鶏肉	しょうが, ねぎ	片栗粉, ひまわり油, 三温糖, ごま油	酒, しょうゆ, 酢			
ľ		蒸しキャベツ	<u> </u>	キャベツ		塩, こしょう			
	水	ひじき入り卵スープ	卵, ひじき	人参, 玉ねぎ, 小松菜	片栗粉	ガラスープ, しょうゆ, 塩, こしょう			
t		黒糖パン, 牛乳	牛乳		黒糖パン				
					ひまわり油, じゃが芋, 薄力粉, 三温	ロイン ガラスープ ローリエ トマトベースソース 1ト			١
ŀ	火	ビーンズシチュー	豚肉,いんげん豆,大豆	にんにく, セロリー, 玉ねぎ, 人参, トマトピューレ	糖,カラメル	ワイン, ガラスープ, ローリエ, トマトベースソース, しょうゆ, 塩, こしょう	852		
		ドレッシングサラダ		キャベツ, 人参, コーン, きゅうり	三温糖, ひまわり油	酢、塩、こしょう			١
Ť		麦ごはん,牛乳	牛乳		麦ごはん				
		鰆の西京焼き	さわら,みそ	しょうが	三温糖	酒, みりん			
	水	もやしとほうれん草のおかか		C 2 7 11.		ne, -7-7-70	786	16. 2	
ı	۸۲	和え	花かつお	ほうれん草, もやし	三温糖	しょうゆ,塩			
ı		きんぴらごぼう	竹輪	ごぼう,人参,こんにゃく,さやいんげん	ひまわり油, 三温糖, ごま	しょうゆ, みりん	ı		
$^{+}$				しょうが、しいたけ、もやし、玉ねぎ、人参、白菜、小松					+
1		秋のあんかけごはん,牛乳	鶏肉,牛乳	菜、しめじ	麦ごはん,ひまわり油,片栗粉	酒, しょうゆ, ガラスープ, 塩, こしょう	796	12. 7	
5 :		ふかし芋			さつまいも,ごま	塩			١
1		ヨーグルト	ヨーグルト		2 27 27				
+	金				de whith			12.7	+
ı		麦ごはん,牛乳	牛乳		麦ごはん				١
1		マーボー豆腐	豚肉,みそ,豆腐	にんにく, しょうが, 葉ねぎ, 玉ねぎ, 人参	ひまわり油,三温糖,片栗粉,ごま油	酒, とうがらし粉, しょうゆ, みりん	888		١
ı		ビーフンのごまソースサラダ		人参, キャベツ, コーン, しょうが	ビーフン,卵抜きマヨネーズ,ごま油,	酢, しょうゆ			
+	_				三温糖 <b>麦ごはん</b> , 薄力粉, パン粉, ひまわり				+
	月	ソースカツ丼, 牛乳 <b>食育の日</b>	豚肉, 牛乳	キャベツ	油,中ざら糖	塩, こしょう, ウスターソース, しょうゆ, みりん	881	13.0	13.0
	,,	ーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーーー	豆腐,油揚げ	ごぼう, 大根, 人参, <b>ねぎ</b>	ひまわり油, 片栗粉	かつお節, 昆布, しょうゆ, 塩	001	10.0	0.0
t		コッペパン, 牛乳	牛乳		コッペパン			+-	17. 0 33 16. 6 29
				1-11-2		water to the second			
l	de	鶏肉のマーマレード焼き	鶏肉	にんにく	マーマレード	ワイン, しょうゆ, 塩, こしょう	764	17.0	
ľ	,	ミニトマト		ミニトマト			764	11.0	
		キャロットスープ	ベーコン, 牛乳	人参, 玉ねぎ, パセリ	薄力粉,バター,ひまわり油,生クリー	ワイン, ガラスープ, 塩, こしょう			
+	_				A				
ı		麦ごはん, 牛乳	牛乳		麦ごはん		-		
ıI.	水	ぶりの照り焼き でん	ぶり	しょうが	三温糖, 片栗粉	酒, しょうゆ, みりん	794	16. 6	
ľ		のりごまキャベツ	のり	キャベツ	ごま,三温糖	しょうゆ	101		
1		僧兵汁	豚肉, 豆腐, みそ	にんにく, ごぼう, 白菜, 大根, 人参, こんにゃく, <b>ねぎ</b>	ひまわり油, 里芋	ガラスープ	ĺ		
1		<b>まずは) 4</b> 到 -	牛乳		麦ごはん				
t	木		鶏肉,卵	   玉ねぎ, 人参, <b>しいたけ, ねぎ</b>		酒,かつお節,昆布,しょうゆ,みりん	1		
l		親子煮	×31√4 , 7P	エペラ C , 八 W , レ V ' た V , 10 C		100, ハーベの間, 丸口に, レエフザ, ウリル		15.8	
	木		36 4B 1J		ひまわり油,三温糖	1 1 2 4 42	780	15.8	
	木	ひたし	油揚げ	白菜, ほうれん草	三温糖	しょうゆ,塩	780	15.8	
	木		油揚げ <b>しらす干し</b> , 花かつお, 昆布	白菜, ほうれん草		しょうゆ,塩 しょうゆ,みりん,酢	780	15.8	
	木	ひたし	しらす干し、花かつお、昆布	白菜、ほうれん草 にんにく、しょうが、セロリー、玉ねぎ、人参、りんご	三温糖 ごま,三温糖 麦ごはん,ひまわり油,じゃが芋,薄力	しょうゆ, みりん, 酢	780	15. 8	
		ひたし 手作り佃煮		白菜,ほうれん草	三温糖ごま、三温糖	しょうゆ, みりん, 酢		9. 4	
		ひたし 手作り佃煮 手作りビーフカレー,福神漬, 牛乳	しらす干し、花かつお、昆布	白菜、ほうれん草 にんにく、しょうが、セロリー、玉ねぎ、人参、りんご ビューレ、トマトビューレ、福神漬	三温糖 ごま,三温糖 麦ごはん,ひまわり油,じゃが芋,薄力	しょうゆ, みりん, 酢			
		ひたし 手作り佃煮 手作りビーフカレー,福神漬, 牛乳 蓮台寺柿入りフルーツポンチ	しらす干し, 花かつお, 昆布 牛肉, 牛乳	白菜、ほうれん草 にんにく、しょうが、セロリー、玉ねぎ、人参、りんご	三温糖 ごま、三温糖 麦ごはん、ひまわり油、じゃが芋、薄力 粉、カラメル	しょうゆ, みりん, 酢			
	金	ひたし 手作り佃煮 手作りビーフカレー,福神漬, 牛乳 連台寺柿入りフルーツポンチ 麦ごはん,牛乳	<b>しらす干し</b> , 花かつお, 昆布 牛肉, 牛乳 牛乳	白菜、ほうれん草 にんにく、しょうが、セロリー、玉ねぎ、人参、りんご ビューレ、トマトビューレ、福神漬 バイン缶、黄桃缶、みかん缶、りんご缶、連台寺柿	三温糖 ごま、三温糖 麦ごはん、ひまわり油、じゃが芋、薄力 粉、カラメル 麦ごはん	しょうゆ,みりん,酢 カレー粉,ワイン,ローリエ,ガラス一ブ,しょうゆ,ウス クーソース,オールスパイス,ガラムマサラ,塩,こしょう	915	9. 4	
3	金	ひたし 手作り佃煮 手作りピーフカレー,福神漬, 牛乳 連台寺柿入りフルーツボンチ 麦ごはん,牛乳 おでんの甘味噌かけ	しらす干し, 花かつお, 昆布 牛肉, 牛乳	白菜、ほうれん草  にんにく、しょうが、セロリー、玉ねぎ、人参、りんご ビューレ、トマトビューレ、福神漬 バイン缶、黄桃缶、みかん缶、りんご缶、連台寺柿  太根、こんにやく、人参	三温糖 ごま、三温糖 麦ごはん、ひまわり油、じゃが芋、薄力 粉、カラメル 麦ごはん 里芋、三温糖	しょうゆ, みりん, 酢 カレー粉, ワイン, ローリエ, ガラスーブ, しょうゆ, ウス ターソース, オールスパイス, ガラムマサラ, 塩, こしょう しょうゆ, かつお節, 昆布, 酒, みりん	915		
3	金	ひたし 手作り佃煮 手作りビーフカレー,福神漬, 牛乳 連台寺柿入りフルーツポンチ 麦ごはん,牛乳	<b>しらす干し</b> , 花かつお, 昆布 牛肉, 牛乳 牛乳	白菜、ほうれん草 にんにく、しょうが、セロリー、玉ねぎ、人参、りんご ビューレ、トマトビューレ、福神漬 バイン缶、黄桃缶、みかん缶、りんご缶、連台寺柿	三温糖 ごま、三温糖 麦ごはん、ひまわり油、じゃが芋、薄力 粉、カラメル 麦ごはん	しょうゆ,みりん,酢 カレー粉,ワイン,ローリエ,ガラス一ブ,しょうゆ,ウス クーソース,オールスパイス,ガラムマサラ,塩,こしょう	915	9. 4	
	金	ひたし 手作り佃煮 手作りピーフカレー,福神漬, 牛乳 連台寺柿入りフルーツボンチ 麦ごはん,牛乳 おでんの甘味噌かけ	<b>しらす干し</b> , 花かつお, 昆布 牛肉, 牛乳 牛乳	白菜、ほうれん草  にんにく、しょうが、セロリー、玉ねぎ、人参、りんご ビューレ、トマトビューレ、福神漬 バイン缶、黄桃缶、みかん缶、りんご缶、連台寺柿  太根、こんにやく、人参	三温糖 ごま、三温糖 麦ごはん、ひまわり油、じゃが芋、薄力 粉、カラメル 麦ごはん 里芋、三温糖	しょうゆ, みりん, 酢 カレー粉, ワイン, ローリエ, ガラスーブ, しょうゆ, ウス ターソース, オールスパイス, ガラムマサラ, 塩, こしょう しょうゆ, かつお節, 昆布, 酒, みりん	915	9. 4	
	金月	ひたし 手作り佃煮 手作りピーフカレー,福神漬, 牛乳 連台寺柿入りフルーツボンチ 麦ごはん,牛乳 おでんの甘味噌かけ ごまマヨネーズサラダ	<b>しらす干し</b> , 花かつお, 昆布 牛肉, 牛乳 牛乳 厚揚げ, みそ	白菜、ほうれん草  にんにく、しょうが、セロリー、玉ねぎ、人参、りんご ビューレ、トマトビューレ、福神漬 バイン缶、黄桃缶、みかん缶、りんご缶、連台寺柿  太根、こんにやく、人参	三温糖	しょうゆ, みりん, 酢 カレー粉, ワイン, ローリエ, ガラスーブ, しょうゆ, ウス ターソース, オールスパイス, ガラムマサラ, 塩, こしょう しょうゆ, かつお節, 昆布, 酒, みりん	915 816	9. 4	
	金	ひたし 手作り佃煮 手作りピーフカレー、福神漬、 牛乳 連台寺柿入りフルーツポンチ 麦ごはん、牛乳 おでんの甘味噌かけ ごまマヨネーズサラダ 小型コッペパン、牛乳 はんぺんの青のりフライ	しらす干し、花かつお、昆布       牛肉、牛乳       牛乳       厚揚げ、みそ       牛乳	白菜、ほうれん草  にんにく、しょうが、セロリー、玉ねぎ、人参、りんご ビューレ、トマトビューレ、福神漬  パイン缶、黄桃缶、みかん缶、りんご缶、連台寺柿  大根、こんにゃく、人参 キャベツ、ほうれん草、もやし、人参	三温糖	しょうゆ, みりん, 酢 カレー税, ワイン, ローリエ, ガラスープ, しょうゆ, ウスターソース, オールスパイス, ガラムマサラ, 塩、こしょうしょうゆ, かつお節, 昆布, 酒, みりんしょうゆ, 塩	915 816	9. 4	
	金月	ひたし 手作り佃煮 手作りピーフカレー、福神漬、 牛乳 連台寺柿入りフルーツポンチ 麦ごはん、牛乳 おでんの甘味噌かけ ごまマヨネーズサラダ 小型コッペパン、牛乳 はんぺんの青のりフライ 蒸しキャベツ	<b>しらす干し</b> , 花かつお, 昆布       牛肉, 牛乳       牛乳       はんべん, あおのり	白菜、ほうれん草  にんにく、しょうが、セロリー、玉ねぎ、人参、りんご ビューレ、トマトビューレ 福神漬  パイン缶、黄桃缶、みかん缶、りんご缶、連台寺柿  大根、こんにゃく、人参 キャベツ、ほうれん草、もやし、人参	三温糖	しょうゆ, みりん, 酢 カレー税, ワイン, ローリエ, ガラスープ, しょうゆ, ウスターソース, オールスパイス, ガラムマサラ, 塩、こしょうしょうめ, かつお節, 昆布, 酒, みりんしょうゆ, 塩	915 816	9. 4	
	金月	ひたし 手作り佃煮 手作りピーフカレー,福神漬, 牛乳 連台寺柿入りフルーツポンチ 麦ごはん,牛乳 おでんの甘味噌かけ ごまマヨネーズサラダ 小型コッペパン,牛乳 はんぺんの青のりフライ 蒸しキャベツ カレーうどん	<b>しらす干し</b> , 花かつお, 昆布       牛肉, 牛乳       牛乳       厚揚げ, みそ       牛乳       はんべん, あおのり       油揚げ, 豚肉	白菜、ほうれん草  にんにく、しょうが、セロリー、玉ねぎ、人参、りんご ビューレ、トマトビューレ、福神漬  パイン缶、黄桃缶、みかん缶、りんご缶、連台寺柿  大根、こんにゃく、人参 キャベツ、ほうれん草、もやし、人参	三温糖	しょうゆ, みりん, 酢 カレー税, ワイン, ローリエ, ガラスープ, しょうゆ, ウスターソース, オールスパイス, ガラムマサラ, 塩、こしょうしょうゆ, かつお節, 昆布, 酒, みりん	915 816	9. 4	
	金月火	ひたし 手作り佃煮 手作りピーフカレー,福神漬、 牛乳 連台寺柿入りフルーツポンチ 麦ごはん,牛乳 おでんの甘味噌かけ ごまマヨネーズサラダ 小型コッペパン,牛乳 はんぺんの青のりフライ 蒸しキャベツ カレーうどん 麦ごはん,牛乳	<b>しらす干し</b> , 花かつお, 昆布       牛肉, 牛乳       牛乳       厚揚げ, みそ       牛乳       はんべん, あおのり       油揚げ, 豚肉       牛乳	白菜、ほうれん草  にんにく、しょうが、セロリー、玉ねぎ、人参、りんご ビューレ、トマトビューレ 福神漬  パイン缶、黄桃缶、みかん缶、りんご缶、連台寺柿  大根、こんにゃく、人参 キャベツ、ほうれん草、もやし、人参	三温糖	しょうゆ, みりん, 酢 カレー税, ワイン, ローリエ, ガラスープ, しょうゆ, ウスターソース, オールスパイス, ガラムマサラ, 塩、こしょうしょうめ, かつお節, 昆布, 酒, みりんしょうゆ, 塩	915 816 794	9. 4	
	金月火	ひたし 手作り佃煮 手作りピーフカレー,福神漬, 牛乳 連台寺柿入りフルーツポンチ 麦ごはん,牛乳 おでんの甘味噌かけ ごまマヨネーズサラダ 小型コッペパン,牛乳 はんぺんの青のりフライ 蒸しキャベツ カレーうどん	<b>しらす干し</b> , 花かつお, 昆布       牛肉, 牛乳       牛乳       厚揚げ, みそ       牛乳       はんべん, あおのり       油揚げ, 豚肉	白菜、ほうれん草  にんにく、しょうが、セロリー、玉ねぎ、人参、りんご ビューレ、トマトビューレ 福神漬  パイン缶、黄桃缶、みかん缶、りんご缶、連台寺柿  大根、こんにゃく、人参 キャベツ、ほうれん草、もやし、人参	三温糖	しょうゆ, みりん, 酢 カレー税, ワイン, ローリエ, ガラスープ, しょうゆ, ウスターソース, オールスパイス, ガラムマサラ, 塩、こしょうしょうめ, かつお節, 昆布, 酒, みりんしょうゆ, 塩	915 816	9. 4	
	金月火	ひたし 手作り佃煮 手作りピーフカレー,福神漬、 牛乳 連台寺柿入りフルーツポンチ 麦ごはん,牛乳 おでんの甘味噌かけ ごまマヨネーズサラダ 小型コッペパン,牛乳 はんぺんの青のりフライ 蒸しキャベツ カレーうどん 麦ごはん,牛乳	<b>しらす干し</b> , 花かつお, 昆布       牛肉, 牛乳       牛乳       厚揚げ, みそ       牛乳       油揚げ, 豚肉       牛乳	白菜、ほうれん草  にんにく、しょうが、セロリー、玉ねぎ、人参、りんご ビューレ、トマトビューレ、福神漬  バイン缶、黄桃缶、みかん缶、りんご缶、連台寺柿  大根、こんにやく、人参 キャベツ、ほうれん草、もやし、人参  キャベツ 玉ねぎ、人参、ねぎ	三温糖	しょうゆ, みりん, 酵 カレー粉, ワイン, ローリエ, ガラスープ, しょうゆ, ウスクーソース, オールスパイス, ガラムマサラ, 塩、こしょうしょうゆ, かつお節, 昆布, 酒, みりんしょうゆ, 塩 塩、こしょう	915 816 794	9. 4	
	金月火水	ひたし 手作り佃煮  手作り佃煮  手作りピーフカレー、福神漬、 牛乳  連台寺柿入りフルーツボンチ 麦ごはん、牛乳 おでんの甘味噌かけ ごまマヨネーズサラダ 小型コッペパン、牛乳 はんべんの青のりフライ 蒸しキャベツ カレーうどん 麦ごはん、牛乳 鶏肉とじゃが芋の煮物 和風サラダ	<b>しらす干し</b> , 花かつお, 昆布       牛肉, 牛乳       牛乳       厚揚げ, みそ       牛乳       はんべん, あおのり       油揚げ, 豚肉       牛乳       鶏肉       かまぼこ	白菜、ほうれん草  にんにく、しょうが、セロリー、玉ねぎ、人参、りんご ビューレ、トマトビューレ、福神漬  バイン缶、黄桃缶、みかん缶、りんご缶、蓮台寺柿  大根、こんにゃく、人参 キャベツ、ほうれん草、もやし、人参  キャベツ 玉ねぎ、人参、ねぎ  玉ねぎ、人参、糸こんにゃく、さやいんげん キャベツ、人参、小松菜	三温糖	しょうゆ, みりん, 酢 カレー粉, ワイン, ローリエ, ガラスープ, しょうゆ, ウス クーソース, オールスパイス, ガラムマサラ, 塩、こしょう しょうゆ, かつお節, 昆布, 酒, みりん しょうゆ, 塩 塩こしょう しょうゆ, 塩, カレー粉, 酒, かつお節, ガラスープ しょうゆ, 塩、酒	915 816 794	9. 4	
	金月火水	びたし 手作り佃煮 手作りピーフカレー,福神漬, 牛乳 連台寺柿入りフルーツポンチ 麦ごはん,牛乳 おでんの甘味噌かけ ごまマヨネーズサラダ 小型コッペパン,牛乳 はんぺんの青のりフライ 蒸しキャベツ カレーうどん。 麦ごはん,牛乳 鶏肉とじゃが芋の煮物 和風サラダ 豚肉としめじのごはん,牛乳	<b>しらす干し</b> , 花かつお, 昆布       牛肉, 牛乳       牛乳       厚揚げ, みそ       牛乳       はんべん, あおのり       油揚げ, 豚肉       牛乳       鶏肉       かまぼこ       豚肉, 牛乳	白菜、ほうれん草  にんにく、しょうが、セロリー、玉ねぎ、人参、りんご ビューレ、トマトビューレ、福神漬  バイン缶、黄桃缶、みかん缶、りんご缶、蓮台寺柿  大根、こんにゃく、人参 キャベツ、ほうれん草、もやし、人参  キャベツ 玉ねぎ、人参、糸こんにゃく、さやいんげん キャベツ、人参、小松菜 しょうが、ごぼう、しめじ、人参	三温糖	しょうゆ, みりん, 酢 カレー粉, ワイン, ローリエ, ガラスープ, しょうゆ, ウス クーソース, オールスパイス, ガラムマサラ, 塩, こしょう しょうゆ, かつお節, 昆布, 酒, みりん しょうゆ, 塩 塩、こしょう しょうゆ, 塩, カレー粉, 酒, かつお節, ガラスープ しょうゆ, 塩, 酒	915 816 794 759	9. 4	
	金月火水木	びたし 手作り佃煮 手作り佃煮 手作りピーフカレー、福神漬、 牛乳 避台寺柿入りフルーツポンチ 麦ごはん、牛乳 おでんの甘味噌かけ ごまマヨネーズサラダ 小型コッペパン、牛乳 はんぺんの青のりフライ 蒸しキャベツ カレーうどん 麦ごはん、牛乳 鶏肉とじゃが芋の煮物 和風サラダ 豚肉としめじのごはん、牛乳 味噌汁	<b>しらす干し</b> , 花かつお, 昆布       牛肉, 牛乳       牛乳       厚揚げ, みそ       牛乳       はんべん, あおのり       油揚げ, 豚肉       牛乳       鶏肉       かまぼこ	白菜、ほうれん草  にんにく、しょうが、セロリー、玉ねぎ、人参、りんご ビューレ、トマトビューレ 福神漬  パイン缶、黄桃缶、みかん缶、りんご缶、連台寺柿  太根、こんにゃく、人参 キャベツ、ほうれん草、もやし、人参  キャベツ 玉ねぎ、人参、糸こんにゃく、さやいんげん キャベツ、人参、小松菜 しょうが、ごぼう、しめじ、人参  大根、白菜、ねぎ	三温糖	しょうゆ, みりん, 酢 カレー粉, ワイン, ローリエ, ガラスープ, しょうゆ, ウス クーソース, オールスパイス, ガラムマサラ, 塩、こしょう しょうゆ, かつお節, 昆布, 酒, みりん しょうゆ, 塩 塩こしょう しょうゆ, 塩, カレー粉, 酒, かつお節, ガラスープ しょうゆ, 塩、酒	915 816 794	9. 4	
	金月火水木	びたし 手作り佃煮  手作りピーフカレー、福神漬、 牛乳  塞台寺柿入りフルーツポンチ 麦ごはん、牛乳 おでんの甘味噌かけ ごまマヨネーズサラダ 小型コッペパン、牛乳 はんぺんの青のりフライ 蒸しキャベツ カレーうどん 麦ごはん、牛乳 鶏肉とじゃが芋の煮物 和風サラダ  豚肉としめじのごはん、牛乳 味噌汁	しらす干し、花かつお、昆布 牛肉、牛乳 牛乳 厚揚げ、みそ 牛乳 はんべん、あおのり 油揚げ、豚肉 牛乳 鶏肉 かまぼこ 豚肉、牛乳 豆腐、油揚げ、わかめ、みそ	白菜、ほうれん草  にんにく、しょうが、セロリー、玉ねぎ、人参、りんご ビューレ、トマトビューレ、福神漬  バイン缶、黄桃缶、みかん缶、りんご缶、蓮台寺柿  大根、こんにゃく、人参 キャベツ、ほうれん草、もやし、人参  キャベツ 玉ねぎ、人参、糸こんにゃく、さやいんげん キャベツ、人参、小松菜 しょうが、ごぼう、しめじ、人参	三温糖  ごま、三温糖  麦ごはん、ひまわり油、じゃが芋、薄力 粉、カラメル  麦ごはん  里芋、三温糖  卵抜きマヨネーズ、三温糖、ごま  小型コッペパン 薄力粉、パン粉、ひまわり油  うどん  麦ごはん  じゃが芋、ひまわり油、三温糖  太ごはん、ひまわり油、三温糖  太ごはん、ひまわり油、三温糖	しょうゆ, みりん, 酢 カレー粉, ワイン, ローリエ, ガラスープ, しょうゆ, ウス クーソース, オールスパイス, ガラムマサラ, 塩, こしょう しょうゆ, かつお節, 昆布, 酒, みりん しょうゆ, 塩 塩、こしょう しょうゆ, 塩, カレー粉, 酒, かつお節, ガラスープ しょうゆ, 塩, 酒	915 816 794 759	9. 4	
	金月火水木	びたし 手作り佃煮 手作り佃煮 手作りピーフカレー、福神漬、 牛乳 避台寺柿入りフルーツポンチ 麦ごはん、牛乳 おでんの甘味噌かけ ごまマヨネーズサラダ 小型コッペパン、牛乳 はんぺんの青のりフライ 蒸しキャベツ カレーうどん 麦ごはん、牛乳 鶏肉とじゃが芋の煮物 和風サラダ 豚肉としめじのごはん、牛乳 味噌汁	<b>しらす干し</b> , 花かつお, 昆布       牛肉, 牛乳       牛乳       厚揚げ, みそ       牛乳       はんべん, あおのり       油揚げ, 豚肉       牛乳       鶏肉       かまぼこ       豚肉, 牛乳	白菜、ほうれん草  にんにく、しょうが、セロリー、玉ねぎ、人参、りんご ビューレ、トマトビューレ 福神漬  パイン缶、黄桃缶、みかん缶、りんご缶、連台寺柿  太根、こんにゃく、人参 キャベツ、ほうれん草、もやし、人参  キャベツ 玉ねぎ、人参、糸こんにゃく、さやいんげん キャベツ、人参、小松菜 しょうが、ごぼう、しめじ、人参  大根、白菜、ねぎ	三温糖	しょうゆ, みりん, 酢 カレー粉, ワイン, ローリエ, ガラスープ, しょうゆ, ウス クーソース, オールスパイス, ガラムマサラ, 塩, こしょう しょうゆ, かつお節, 昆布, 酒, みりん しょうゆ, 塩 塩、こしょう しょうゆ, 塩, カレー粉, 酒, かつお節, ガラスープ しょうゆ, 塩, 酒	915 816 794 759	9. 4	
7 :	金 月 火 水 木	びたし 手作り佃煮  手作りピーフカレー、福神漬、 牛乳  塞台寺柿入りフルーツポンチ 麦ごはん、牛乳 おでんの甘味噌かけ ごまマヨネーズサラダ 小型コッペパン、牛乳 はんぺんの青のりフライ 蒸しキャベツ カレーうどん 麦ごはん、牛乳 鶏肉とじゃが芋の煮物 和風サラダ  豚肉としめじのごはん、牛乳 味噌汁	しらす干し、花かつお、昆布 牛肉、牛乳 牛乳 厚揚げ、みそ 牛乳 はんべん、あおのり 油揚げ、豚肉 牛乳 鶏肉 かまぼこ 豚肉、牛乳 豆腐、油揚げ、わかめ、みそ	白菜、ほうれん草  にんにく、しょうが、セロリー、玉ねぎ、人参、りんご ビューレ、トマトビューレ 福神漬  パイン缶、黄桃缶、みかん缶、りんご缶、連台寺柿  太根、こんにゃく、人参 キャベツ、ほうれん草、もやし、人参  キャベツ 玉ねぎ、人参、糸こんにゃく、さやいんげん キャベツ、人参、小松菜 しょうが、ごぼう、しめじ、人参  大根、白菜、ねぎ	三温糖  ごま、三温糖  麦ごはん、ひまわり油、じゃが芋、薄力 粉、カラメル  麦ごはん  里芋、三温糖  卵抜きマヨネーズ、三温糖、ごま  小型コッペパン 薄力粉、パン粉、ひまわり油  うどん  麦ごはん  じゃが芋、ひまわり油、三温糖  太ごはん、ひまわり油、三温糖  太ごはん、ひまわり油、三温糖	しょうゆ, みりん, 酢 カレー粉, ワイン, ローリエ, ガラスープ, しょうゆ, ウス クーソース, オールスパイス, ガラムマサラ, 塩, こしょう しょうゆ, かつお節, 昆布, 酒, みりん しょうゆ, 塩 塩、こしょう しょうゆ, 塩, カレー粉, 酒, かつお節, ガラスープ しょうゆ, 塩, 酒	915 816 794 759	9. 4 11. 0 14. 6	
3 : 66	金 月 火 水 木 金	びたし 手作り佃煮 手作りピーフカレー、福神漬、 牛乳 連台寺柿入りフルーツポンチ 麦ごはん、牛乳 おでんの甘味噌かけ ごまマヨネーズサラダ 小型コッペパン、牛乳 はんぺんの青のりフライ 蒸しキャベツ カレーうどん 麦ごはん、牛乳 鶏肉とじゃが芋の煮物 和風サラダ 豚肉としめじのごはん、牛乳 味噌汁 りんごゼリー 麦ごはん、牛乳 しいらの竜田揚げ	しらす干し、花かつお、昆布 牛肉、牛乳 牛乳 厚揚げ、みそ 牛乳 はんべん、あおのり 油揚げ、豚肉 牛乳 湯肉 かまぼこ 豚肉、牛乳 豆腐、油揚げ、わかめ、みそ 牛乳	白菜、ほうれん草  にんにく、しょうが、セロリー、玉ねぎ、人参、りんご ビューレ、トマトビューレ 福神漬  パイン缶、黄桃缶、みかん缶、りんご缶、連台寺柿  大根、こんにやく、人参 キャベツ 玉ねぎ、人参、ねぎ  玉ねぎ、人参、糸こんにゃく、さやいんげん キャベツ、人参、小松菜 しょうが、ごぼう、しめじ、人参  大根、白菜、ねぎ りんごゼリー	三温糖  ごま、三温糖  麦ごはん、ひまわり油、じゃが芋、薄力粉、カラメル  麦ごはん  里芋、三温糖  卵抜きマヨネーズ、三温糖、ごま  小型コッペパン  薄力粉、パン粉、ひまわり油  うどん  麦ごはん  じゃが芋、ひまわり油、三温糖  ひまわり油、三温糖  麦ごはん、ひまわり油、三温糖	しょうゆ, みりん, 酢 カレー税, ワイン, ローリエ, ガラスープ, しょうゆ, ウス クーソース, オールスパイス, ガラムマサラ, 塩、こしょう しょうゆ, かつお筋, 昆布, 酒, みりん しょうゆ, 塩 塩、こしょう しょうゆ, 塩、カレー税, 酒, かつお筋, ガラスープ しょうゆ, 塩。 満	915 816 794 759	9. 4	
3 : 6	金 月 火 水 木 金	びたし 手作り佃煮  手作りピーフカレー、福神漬、 牛乳  進台寺柿入りフルーツポンチ 麦ごはん、牛乳 おでんの甘味噌かけ ごまマヨネーズサラダ 小型コッペパン、牛乳 はんぺんの青のりフライ 蒸しキャベツ カレーうどん 麦ごはん、牛乳 鶏肉とじゃが芋の煮物 和風サラダ  豚肉としめじのごはん、牛乳 味噌汁 りんごゼリー 麦ごはん、牛乳	し <b>らす干し</b> , 花かつお, 昆布 牛肉, 牛乳 早鴉げ, みそ 牛乳 はんべん, あおのり 油揚げ, 豚肉 牛乳 鶏肉 かまぼこ 豚肉, 牛乳 豆腐, 油揚げ, わかめ, みそ 牛乳 しいら	白菜、ほうれん草 にんにく、しょうが、セロリー、玉ねぎ、人参、りんご ビューレ、トマトビューレ 福神漬 パイン缶、黄桃缶、みかん缶、りんご缶、蓮台寺柿 大根、こんにやく、人参 キャベツ、ほうれん草、もやし、人参 キャベツ 玉ねぎ、人参、ねぎ 玉ねぎ、人参、糸こんにゃく、さやいんげん キャベツ、人参、小砂菜 しょうが、ごぼう、しめじ、人参 大根、白菜、ねぎ	三温糖	しょうゆ, みりん, 酢 カレー税, ワイン, ローリエ, ガラスープ, しょうゆ, ウスクーソース, オールスパイス, ガラムマサラ, 塩、こしょうしょうゆ, かつお節, 昆布, 酒, みりんしょうゆ, 塩 塩、こしょうしょうゆ, 塩、カレー粉, 酒, かつお節, ガラスープしょうゆ, 塩、酒 高、みりん, しょうゆ	915 816 794 759	9. 4 11. 0 14. 6	

※諸事情により、やむを得ず献立を変更する場合があります。
※今月の「みえ地物一番給食の日」は21日、22日です。毎月19日は「食育の日」です。なお、太字は県内産及び伊勢市近郊産食材の予定です。
※給食で使用のお米は伊勢市内産です。パンに使用の小麦粉は30%が三重県産です。飲用牛乳は三重県産です。
※1日は十五夜にちなんだ「お月見献立」です。
※23日の中は国産牛肉の利用促進のために三重県農林水産網畜産課より提供されます。
※23日の事治・精は日産牛肉の利用促進のために三重県農林水産網畜産課より提供されます。
※23日の事治・精は伊勢市の勢田町、藤里町、旭町産などです。食育や地産地消の推進のために伊勢市農林水産課より提供されます。
※29日は十三夜です。献立の都合で30日を「お月見献立」にしました。





