② 逗子市立中学校給食メニュー表 10月 2016年

材料の購入の都合により、献立または食材の一部を変更することがあります 献立表の写真はイメージ写真です。

★アレルギ-等をお持ちの方へ 締め切りについて 給食の締切は、**1週間前の14時**です。

例:14日の締切り⇒7日の14時です。

M							
4 火	揚げ餃子	春雨サラダ ガーリックポテト 豆腐の味噌汁 かおりごはん 牛乳	締切 27 日	19 水	大学芋	小籠包(ショウロンポ-) 茹で野菜 切干し大根卵焼き カレーソフト麺 牛乳	締切 12 日
5 水	鶏のくわ焼き 三色あえ	ポテトサラダ ソーセージソテー 高野豆腐の味噌汁 ごはん 牛乳	締切 28 日	20 木	ルーロー飯	キャベツとツナの炒め おからのサラダ いかのかりん揚げ 牛乳	締切 13 日
6 木	チンジャオロースー焼きそば	焼売 茹で野菜 ポテトフライ 小松菜のじゃこ炒め物 南瓜の甘煮 牛乳	締切 29 日	21 金	鯵の素揚げ 煮おろし	キャベツのオイスターソース炒め もやしの辛子和え 豚汁 ごはん 焼きのり 牛乳	締切 14 日
了 金	肉団子の甘酢あん	味噌ポテト きゅうりの昆布和え わかめスープ ごはん 牛乳	締切 30 日	22 ±	セルフチキンサンド	スパゲッティナポリタン 青菜のソテー 南瓜のポタージュ 牛乳	締切 14 日
11 火	λη° ケ˙ ティ∧° λカト−レ	シャキシャキポテト 鶏のレモン煮 果物 牛乳	締切 4 日	25 火	魚のフライ	胡麻和え 三色漬け 納豆汁 わかめごはん 牛乳	締切 18 日
12 水	回鍋肉(木1)-0-)	さんまの梅煮 野菜の辛子和え ワンタンスープ ごはん 牛乳	締切 5 日	26 水	スパゲティミートソース	オムレツ コールスローサラダ リヨネーズポテト 牛乳	締切 19 日
13	魚の野菜あんかけ	じゃが芋の甘煮 切干し大根の加-炒め 玉ねぎの味噌汁 ご飯 ひじきの肉そぼろ 牛乳	締切 6 日	27 木	ひよこ豆のカレーライス	キャベツの重ね煮 茹で野菜 フルーツヨーグルト 福神漬 牛乳	締切 20 日
14 金	ハンバーグ 野菜添え 子市立中学 ※ 食2周	しらわかちゃん酢の物 お浸し 逗子キーマカレー 牛乳 年です!	締切 7 日	28 金	焼きリンゴ	鶏の揚げ煮 茹で野菜 切干大根のサラダ 大根の味噌汁 ひじきごはん 牛乳	締切 21 日
17 月	鶏の胡麻味噌焼き 野菜ソテー	炒り豆腐 昆布の炒め煮 えのきと白菜の味噌汁 ごはん 牛乳	締切 10 日	31 月	秋刀魚のかば焼き	野菜の味噌ドレッシング 南瓜のそぼろあん かきたま汁 ごはん きゅうり漬け ヨーグルト	締切 24 日
18	鮭のオーロラソースがけ 茹で野菜	ひじきのサラダ ジャーマンポテト キャロットライスのホワイトソースがけ ヨーグルト	締切 11 日				

B