

9月2日

9月3日

9月4日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【鶏肉のガーリック揚げ】		
	鶏モモ肉	45
	ガーリックパウダー	0.4
	食塩	0.1
	清酒(上撰)	1
	うすくちしょうゆ	0.8
	かたくり粉	5
	白絞油	4
【マカロニソテー】		
	マカロニ(ツイスト)	12
	無塩せきロースハム短冊	8
	にんじん	5
	たまねぎ	20
	カレー粉(辛くないカレー粉)	0.2
	食塩	0.1
	白こしょう	0.01
【野菜スープ】		
	IQFホークウインナー3mm斜めスライス	10
	キャベツ	16.66
	たまねぎ	12
	にんじん	8
	じゃがいも	20
	パセリ(乾)	0.2
	がらスープ(チキン)	2
	ヘルシーファーム 野菜ブイヨン	0.8
	白ワイン	1
	うすくちしょうゆ	1.2
	食塩	0.3
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3

【献立名】	食品名	1人分量
【ポークカレー】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
	豚モモ	30
	じゃがいも	40
	ソテーオニオン	20
	たまねぎ	20
	にんじん	12.5
	国産おろしにんにく	0.3
	国産おろししょうが	0.3
	給食用カレーフレーク	11
	ホルマト カット3kgパウチ	5
	トマトケチャップ	3
	ウスターソース	0.7
	こいくちしょうゆ	0.7
	赤ワイン	0.5
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
	カレー粉	0.07
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
【牛乳】		
	牛乳	1
【ツナサラダ】		
	ライトツナ油漬缶詰R	10
	キャベツ	18
	国産小松菜カット	10
	きゅうり	10
	ホールコーン缶(スーパーソフト)	5
	ノンエッグマヨネーズタイプ	6
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
【マスカット】		
	シャインマスカット(2粒入)	1

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【豚肉のスタミナ炒め】		
	豚モモ	50
	たまねぎ	15
	国産おろししょうが	0.3
	国産おろしにんにく	0.3
	こいくちしょうゆ	2
	清酒(上撰)	0.8
	三温糖	0.6
	本みりん	0.5
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
	すりごま	1.55
	ごま(いり)	0.55
【野菜炒め】		
	無塩せきバラコンスライス	5
	キャベツ	16
	りょくとうもやし	15
	国産小松菜カット	12
	にんじん	5
	こいくちしょうゆ	0.5
	清酒(上撰)	0.3
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
【豆腐とたまねぎのみそ汁】		
	国産カット油揚げ	5
	たまねぎ	18
	鉄豆腐 Fe-1000(国産)	20
	カットわかめ	0.6
	いりこ 未選別	0.8
	花かつお	1.2
	合わせみそ	8

9月9日

[illegible]

9月14日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【鶏肉のレモン煮】		
	鶏胸肉	10
	鶏モモ肉	40
	清酒(上撰)	0.5
	うすくちしょうゆ	0.5
	かたくり粉	7
	白絞油	6
	ポッカレモン100	2
	こいくちしょうゆ	2
	上白糖	1.2
	清酒(上撰)	0.5
	水	2
【茎わかめの炒め煮】		
	カットさつま揚げ	5
	冷 細切りくきわかめ	10
	突きこんにゃく(白)	15
	国産ささがきごぼう	10
	にんじん	5
	こいくちしょうゆ	2
	うすくちしょうゆ	0.2
	清酒(上撰)	0.5
	本みりん	0.5
	三温糖	0.8
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
【豆腐のみそ汁】		
	鉄豆腐 Fe-1000(国産)	22
	たまねぎ	15
	冷凍ほぐしエノキ茸	5
	中ねぎ	2
	いりこ 未選別	0.8
	花かつお	14.2
	合わせみそ	8

9月15日

9月16日

9月17日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【豚肉のみそ焼き】		
	豚モモ	50
	たまねぎ	20
	合わせみそ	3
	こいくちしょうゆ	1
	清酒(上撰)	1
	本みりん	1
	三温糖	1
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
【ごま昆布あえ】		
	カットほうれん草	25
	りよくとうもやし	17
	にんじん	8
	塩昆布	1.2
	こいくちしょうゆ	0.5
	食塩	0.1
	すりごま	1
	ごま(いり)	0.5
【五目汁】		
	鶏モモ肉	8
	プチ半月スライス竹輪	5
	だいこん	15
	にんじん	5
	国産ささがきごぼう	3
	椎茸国産細切スライス	0.2
	中ねぎ	3
	だし昆布	0.8
	花かつお	1.2
	食塩	0.3
	うすくちしょうゆ	2.2
	本みりん	0.3
	サラダ油(ペットボトル)	0.2

【献立名】	食品名	1人分量
【親子丼】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
	鶏モモ肉	30
	たまねぎ	30
	いちょう切蒲鉾 スライス2.5	5
	椎茸国産細切スライス	0.2
	凍結全卵	15
	鉄分強化 ソフトいり玉子	15
	中ねぎ	2
	混合だし(本枯れ節 昆布)	10
	食塩	0.3
	うすくちしょうゆ	3
	かたくり粉	1
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
【牛乳】		
	牛乳	1
【キャベツとわかめの酢の物】		
	キャベツ	20
	りよくとうもやし	15
	きゅうり	12
	にんじん	4
	カットわかめ	0.5
	穀物酢	2.5
	うすくちしょうゆ	1.5
	上白糖	1.2
	食塩	0.1
【はんぺんのすまし汁】		
	はんぺんおわん種(白)	15
	たまねぎ	12
	冷凍ほぐしエノキ茸	5
	ねぎ	3
	だし昆布	0.8
	花かつお	1.2
	食塩	0.1
	うすくちしょうゆ	1.5
	清酒(上撰)	0.5

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【春巻き】		
	春巻Fe(米粉入り)	1
	白絞油	5
【チンゲンサイのソテー】		
	豚モモ	15
	りよくとうもやし	18
	キャベツ	10
	冷凍チンゲンサイ	8
	うすくちしょうゆ	0.5
	清酒(上撰)	0.3
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
【鶏団子のスープ】		
	桜島どり肉団子(Ca Fe)	20
	たまねぎ	15
	たけのこ(水煮缶詰)	5
	きくらげ(スライス)	0.3
	中ねぎ	2
	がらスープ(チキン)	3
	ヘルシーファーム 野菜ブイヨン	0.8
	うすくちしょうゆ	2
	清酒(上撰)	0.5
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3

9月25日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	
【牛乳】		
	牛乳	1
【鶏肉のねぎ塩焼き】		
	鶏モモ肉	55
	たまねぎ	5
	中ねぎ	1.5
	ソルトブレうま塩	5
	うすくちしょうゆ	0.4
	食塩	0.02
	すりごま	0.6
【磯和え】		
	キャベツ	17
	国産小松菜カット	16
	りょくとうもやし	15
	にんじん	5
	きざみのり	0.5
	こいくちしょうゆ	1
	うすくちしょうゆ	0.3
	三温糖	0.4
	本みりん	0.3
	食塩	0.1
【月見汁】		
	鶏モモ肉	8
	冷凍白玉餅	20
	(冷) 里芋	10
	だいこん	10
	国産ささがきごぼう	4
	にんじん	4
	中ねぎ	2
	だし昆布	0.8
	削りぶし	1.2
	食塩	0.1
	うすくちしょうゆ	1.8
	清酒(上撰)	
【お月見デザート】		
	お月見大福(鉄 Ca)	1

9月28日

9月29日

9月30日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【竹輪の磯辺揚げ】		
	竹輪	0.5
	薄力粉	8
	清酒(上撰)	1
	あおさ	0.2
	白絞油	3
【ひじきの炒め煮】		
	鶏モモ肉	10
	干ひじき	2.2
	突きこんにゃく(白)	12
	にんじん	5
	国産ささがきごぼう	5
	冷凍枝豆むき身	5
	こいくちしょうゆ	1.7
	うすくちしょうゆ	0.6
	三温糖	0.8
	本みりん	0.7
	清酒(上撰)	0.35
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
【魚そうめんのすまし汁】		
	魚そうめん	10
	細切り蒲鉾 天着IQF	5
	たまねぎ	12
	椎茸国産細切スライス	0.5
	中ねぎ	2
	だし昆布	0.8
	削りぶし	1.2
	食塩	0.3
	うすくちしょうゆ	2.2
	本みりん	0.4

【献立名】	食品名	1人分量
【食パン】		
	食パン1枚	1
【牛乳】		
	牛乳	1
【ナポリタン】		
	スパゲッティ(ミニ)	28
	サラダ油(ペットボトル)	0.5
	IQFホークウィンナー3mm斜めスライス	10
	たまねぎ	25
	ソテーオニオン	12
	にんじん	12.5
	青ピーマン	5
	国産おろしにんにく	0.3
	トマトピューレ	10
	トマトケチャップ	10
	赤ワイン	1.5
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.01
	中濃ソース(レストラン用)	1.5
	サラダ油(ペットボトル)	0.2
【ツナポテトサラダ】		
	ライトツナ油漬缶詰R	8
	じゃがいも	38
	きゅうり	12
	にんじん	5
	ホールコーン缶(スーパー・スイート)	5
	冷凍枝豆むき身	5
	ノンエッグマヨネーズタイプ	8
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
【いちご&マーガリン】		
	いちご&マーガリン	1
	いちごジャム	

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	206
【焼き肉】		
	牛モモ肉	50
	たまねぎ	20
	たまねぎ	5
	国産おろしにんにく	1
	国産おろししょうが	1
	りんごピューレ	0.5
	こいくちしょうゆ	1
	清酒(上撰)	0.5
	三温糖	0.2
	トマトケチャップ	0.2
【ナムル】		
	りよくとうもやし	16
	キャベツ	16
	カットほうれん草	16
	にんじん	5
	ドレッシング韓国ナムル	4
	すりごま	0.6
	食塩	0.1
【わかめスープ】		
	カットわかめ	0.8
	たまねぎ	12
	冷凍ほぐしエノキ茸	7
	国産小松菜カット	8
	がらスープ(チキン)	2
	ヘルシーファーム 野菜ブイヨン	0.8
	うすくちしょうゆ	2
	清酒(上撰)	0.3
	食塩	0.3
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3

9月2日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【豚肉のスタミナ炒め】		
	豚モモ	50
	たまねぎ	15
	国産おろししょうが	0.3
	国産おろしにんにく	0.3
	こいくちしょうゆ	2
	清酒(上撰)	0.8
	三温糖	0.6
	本みりん	0.5
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
	すりごま	1.55
	ごま(いり)	0.55
【野菜炒め】		
	無塩せきパラー-コンスライス	5
	キャベツ	16
	りよくとうもやし	15
	国産小松菜カット	12
	にんじん	5
	こいくちしょうゆ	0.5
	清酒(上撰)	0.3
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
【豆腐とたまねぎのみそ汁】		
	国産カット油揚げ	5
	たまねぎ	18
	鉄豆腐 Fe-1000(国産)	20
	カットわかめ	0.6
	いりこ 未選別	0.8
	花かつお	1.2
	合わせみそ	8

9月3日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【鶏肉のガーリック揚げ】		
	鶏モモ肉	45
	ガーリックパウダー	0.4
	食塩	0.1
	清酒(上撰)	1
	うすくちしょうゆ	0.8
	かたくり粉	5
	白絞油	4
【マカロニソテー】		
	マカロニ(ツイスト)	12
	無塩せきロースハム短冊	8
	にんじん	5
	たまねぎ	20
	カレー粉(辛くないカレーアロマ)	0.2
	食塩	0.1
	白こしょう	0.01
【野菜スープ】		
	IQFホークウインナー3mm斜めスライス	10
	キャベツ	16.66
	たまねぎ	12
	にんじん	8
	じゃがいも	20
	パセリ(乾)	0.2
	がらスープ(チキン)	2
	ヘルシーファーム 野菜ブイヨン	0.8
	白ワイン	1
	うすくちしょうゆ	1.2
	食塩	0.3
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3

9月4日

【献立名】	食品名	1人分量
【ポークカレー】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
	豚モモ	30
	じゃがいも	40
	ソテーオニオン	20
	たまねぎ	20
	にんじん	12.5
	国産おろしにんにく	0.3
	国産おろししょうが	0.3
	給食用カレーフレーク	11
	ホルトマト カット3kgパウチ	5
	トマトケチャップ	3
	ウスターソース	0.7
	こいくちしょうゆ	0.7
	赤ワイン	0.5
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
	カレー粉	0.07
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
【牛乳】		
	牛乳	1
【ツナサラダ】		
	ライトツナ油漬チャンクR	10
	キャベツ	18
	国産小松菜カット	10
	きゅうり	10
	ホルコンカーネル(スーパーソフト)	5
	ノンエッグマヨネーズタイプ	6
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
【マスカット】		
	シャインマスカット(2粒入)	1

9月9日

[illegible]

9月10日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【鶏肉のレモン煮】		
	鶏胸肉	10
	鶏モモ肉	40
	清酒(上撰)	0.5
	うすくちしょうゆ	0.5
	かたくり粉	7
	白絞油	6
	ポッカレモン100	2
	こいくちしょうゆ	2
	上白糖	1.2
	清酒(上撰)	0.5
	水	2
【茎わかめの炒め煮】		
	カットさつま揚げ	5
	冷 細切りくきわかめ	10
	突きこんにやく(白)	15
	国産ささがきごぼう	10
	にんじん	5
	こいくちしょうゆ	2
	うすくちしょうゆ	0.2
	清酒(上撰)	0.5
	本みりん	0.5
	三温糖	0.8
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
【豆腐のみそ汁】		
	鉄豆腐 Fe-1000(国産)	22
	たまねぎ	15
	冷凍ほぐしエノキ茸	5
	中ねぎ	2
	いりこ 未選別	0.8
	花かつお	14.2
	合わせみそ	8

9月11日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【鶏肉とじゃがいもの煮物】		
	鶏モモ肉	40
	じゃがいも	40
	たまねぎ	30
	突きこんにやく(黒)	12
	にんじん	8.93
	凍り豆腐(乾)	4
	干し椎茸	0.5
	こいくちしょうゆ	3.7
	うすくちしょうゆ	1.8
	本みりん	1.8
	清酒(上撰)	1.8
	三温糖	1.8
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
【梅しらすあえ】		
	しらす干し(半乾燥品)	1.45
	キャベツ	20
	りよくとうもやし	15
	きゅうり	15
	乾燥カリカリ梅(国産100%)	0.25
	ねり梅	0.5
	こいくちしょうゆ	2
	本みりん	0.5
	上白糖	1
	食塩	0.1

9月14日

【献立名】	食品名	1人分量
【焼きおにぎり】		
	直火焼きおにぎり	1
【牛乳】		
	牛乳	1
【焼きそば】		
	ソース焼きそば	40
	焼きそば用中華麺	30
	むきえび(バラ)	8
	豚モモ	35
	細切り蒲鉾 天着IQF	8
	りよくとうもやし	20
	キャベツ	18
	たまねぎ	16
	にんじん	5
	あおのり	0.1
	焼きそば粉末ソース	0.1
	ウスターソース	0.2
	こいくちしょうゆ	0.3
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
	清酒(上撰)	0.5
	サラダ油(ペットボトル)	0.5
【フルーツあえ】		
	みかん缶(果肉)	30
	ミックスフルーツ 冷凍	25
	すいか	10
	カットゼリー(サイダー風)	25
	上白糖	2.5
	水	10
	食塩	0.01

9月17日

【献立名】	食品名	1人分量
[親子丼]		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
	鶏モモ肉	30
	たまねぎ	30
	いちょう切蒲鉾 スライス2.5	5
	椎茸国産細切スライス	0.2
	凍結全卵	15
	鉄分強化 ソフトいり玉子	15
	中ねぎ	2
	混合だし(本枯れ節 昆布)	10
	食塩	0.3
	うすくちしょうゆ	3
	かたくり粉	1
	サラダ油(ﾊﾞｯﾄﾙ)	0.3
[牛乳]		
	牛乳	1
[きゃべつとわかめの酢の物]		
	キャベツ	20
	りょくとうもやし	15
	きゅうり	12
	にんじん	4
	カットわかめ	0.5
	穀物酢	2.5
	うすくちしょうゆ	1.5
	上白糖	1.2
	食塩	0.1
[はんぺんのすまし汁]		
	はんぺんおわん種(白)	15
	たまねぎ	12
	冷凍ほぐしエノキ茸	5
	ねぎ	3
	だし昆布	0.8
	花かつお	1.2
	食塩	0.1
	うすくちしょうゆ	1.5
	清酒(上撰)	0.5

9月18日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	
【牛乳】		
	牛乳	1
【鶏肉のねぎ塩焼き】		
	鶏モモ肉	55
	たまねぎ	5
	中ねぎ	1.5
	ハオイルドレうま塩	5
	うすくちしょうゆ	0.4
	食塩	0.02
	すりごま	0.6
【磯和え】		
	キャベツ	17
	国産小松菜カット	16
	りよくとうもやし	15
	にんじん	5
	きざみのり	0.5
	こいくちしょうゆ	1
	うすくちしょうゆ	0.3
	三温糖	0.4
	本みりん	0.3
	食塩	0.1
【月見汁】		
	鶏モモ肉	8
	冷凍白玉餅	20
	(冷)里芋	10
	だいこん	10
	国産ささがきごぼう	4
	にんじん	4
	中ねぎ	2
	だし昆布	0.8
	削りぶし	1.2
	食塩	0.1
	うすくちしょうゆ	1.8
	清酒(上撰)	

9月24日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【さんまのしょうが煮】		
	さんま生姜煮	1
【五目きんぴら】		
	プチさつま揚げスライス	5
	スライスれんこん	10
	国産ささがきごぼう	10
	突きこんにゃく(黒)	10
	冷凍大豆(県内産)	5
	にんじん	4
	こいくちしょうゆ	1
	三温糖	0.5
	清酒(上撰)	0.5
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
	ごま(いり)	1.5
【さつまいもとねぎのみそ汁】		
	鶏モモ肉	5
	さつまいも	30
	たまねぎ	20
	根深ねぎ	5
	葉ねぎ	2
	花かつお	3
	合わせみそ	8

9月25日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	206
【麻婆じゃがいも】		
	豚ひき肉	25
	じゃがいも	60
	まめプラスM(ミンチ)	5
	たまねぎ	20
	ソテーオニオン	22
	たけのこ(水煮缶詰)	5
	根深ねぎ	3
	国産おろししょうが	0.5
	国産おろしにんにく	0.5
	椎茸国産細切スライス	0.5
	がらスープ(チキン)	3
	調合赤出みそ	4
	合わせみそ	3
	こいくちしょうゆ	3
	清酒(上撰)	1
	本みりん	0.6
	上白糖	0.5
	食塩	0.1
	トウバンジャン	0.05
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
	ごま油	0.2
	かたくり粉	1.5
【バンバンジー】		
	チキンスみ水煮無添加	10
	りよくとうもやし	17
	きゅうり	15
	にんじん	5
	ホールコーン(スーパーソフト)	5
	切干大根(国産)	2
	棒々鶏ドレッシング	4
	食塩	0.1
	すりごま	2
【お月見デザート】		
	お月見大福(鉄 Ca)	1

9月28日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	206
【焼き肉】		
	牛モモ肉	50
	たまねぎ	20
	たまねぎ	5
	国産おろしにんにく	1
	国産おろししょうが	1
	りんごピューレ	0.5
	こいくちしょうゆ	1
	清酒(上撰)	0.5
	三温糖	0.2
	トマトケチャップ	0.2
【ナムル】		
	りょくとうもやし	16
	キャベツ	16
	カットほうれん草	16
	にんじん	5
	ドレッシング韓国ナムル	4
	すりごま	0.6
	食塩	0.1
【わかめスープ】		
	カットわかめ	0.8
	たまねぎ	12
	冷凍ほぐしエノキ茸	7
	国産小松菜カット	8
	がらスープ(チキン)	2
	ヘルシーファーム 野菜ブイヨン	0.8
	うすくちしょうゆ	2
	清酒(上撰)	0.3
	食塩	0.3
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3

9月29日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【竹輪の磯辺揚げ】		
	竹輪	0.5
	薄力粉	8
	清酒(上撰)	1
	あおさ	0.2
	白絞油	3
【ひじきの炒め煮】		
	鶏モモ肉	10
	干ひじき	2.2
	突きこんにゃく(白)	12
	にんじん	5
	国産ささがきごぼう	5
	冷凍枝豆むき身	5
	こいくちしょうゆ	1.7
	うすくちしょうゆ	0.6
	三温糖	0.8
	本みりん	0.7
	清酒(上撰)	0.35
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
【魚そうめんのすまし汁】		
	魚そうめん	10
	細切り蒲鉾 天着IQF	5
	たまねぎ	12
	椎茸国産細切スライス	0.5
	中ねぎ	2
	だし昆布	0.8
	削りぶし	1.2
	食塩	0.3
	うすくちしょうゆ	2.2
	本みりん	0.4

9月30日

【献立名】	食品名	1人分量
【食パン】		
	食パン1枚	1
【牛乳】		
	牛乳	1
【ナポリタン】		
	スパゲッティ(ミニ)	28
	サラダ油(ペットボトル)	0.5
	IQFホークウインナー3mm斜めスライス	10
	たまねぎ	25
	ソテーオニオン	12
	にんじん	12.5
	青ピーマン	5
	国産おろしにんにく	0.3
	トマトピューレ	10
	トマトケチャップ	10
	赤ワイン	1.5
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.01
	中濃ソース(レストラン用)	1.5
	サラダ油(ペットボトル)	0.2
【ツナポテトサラダ】		
	ライトツナ油漬チャンクR	8
	じゃがいも	38
	きゅうり	12
	にんじん	5
	ホルコンカーネル(スーパーソフト)	5
	冷凍枝豆むき身	5
	ノンエッグマヨネーズタイプ	8
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
【いちご&マーガリン】		
	いちご&マーガリン	1
	いちごジャム	

9月2日

【献立名】	食品名	1人分量
【ポークカレー】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
	豚モモ	30
	じゃがいも	40
	ソテーオニオン	20
	たまねぎ	20
	にんじん	12.5
	国産おろしにんにく	0.3
	国産おろししょうが	0.3
	給食用カレーフレーク	11
	ホルトマト カット3kgパック	5
	トマトケチャップ	3
	ウスターソース	0.7
	こいくちしょうゆ	0.7
	赤ワイン	0.5
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
	カレー粉	0.07
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
【牛乳】		
	牛乳	1
【ツナサラダ】		
	ライトツナ油漬缶詰R	10
	キャベツ	18
	国産小松菜カット	10
	きゅうり	10
	ホールコーンネール(スーパーサイズ)	5
	ノンエッグマヨネーズタイプ	6
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
【マスカット】		
	シャインマスカット(2粒入)	1

9月3日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【豚肉のスタミナ炒め】		
	豚モモ	50
	たまねぎ	15
	国産おろししょうが	0.3
	国産おろしにんにく	0.3
	こいくちしょうゆ	2
	清酒(上撰)	0.8
	三温糖	0.6
	本みりん	0.5
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
	すりごま	1.55
	ごま(いり)	0.55
【野菜炒め】		
	無塩せきパラーベ-コンスライス	5
	キャベツ	16
	りよくとうもやし	15
	国産小松菜カット	12
	にんじん	5
	こいくちしょうゆ	0.5
	清酒(上撰)	0.3
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
【豆腐とたまねぎのみそ汁】		
	国産カット油揚げ	5
	たまねぎ	18
	鉄豆腐 Fe-1000(国産)	20
	カットわかめ	0.6
	いりこ 未選別	0.8
	花かつお	1.2
	合わせみそ	8

9月4日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【鶏肉のガーリック揚げ】		
	鶏モモ肉	45
	ガーリックパウダー	0.4
	食塩	0.1
	清酒(上撰)	1
	うすくちしょうゆ	0.8
	かたくり粉	5
	白絞油	4
【マカロニソテー】		
	マカロニ(ツイスト)	12
	無塩せきロースハム短冊	8
	にんじん	5
	たまねぎ	20
	カレー粉(辛くないカレー aroma)	0.2
	食塩	0.1
	白こしょう	0.01
【野菜スープ】		
	IQFホークウインター3mm斜めスライス	10
	キャベツ	16.66
	たまねぎ	12
	にんじん	8
	じゃがいも	20
	パセリ(乾)	0.2
	がらスープ(チキン)	2
	ヘルシーファーム 野菜ブイヨン	0.8
	白ワイン	1
	うすくちしょうゆ	1.2
	食塩	0.3
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3

9月10日

【献立名】	食品名	1人分量
【焼きおにぎり】		
	直火焼きおにぎり	1
【牛乳】		
	牛乳	1
【焼きそば】		
	ソース焼きそば	40
	焼きそば用中華麺	30
	むきえび(バラ)	8
	豚モモ	35
	細切り蒲鉾 天着IQF	8
	りよくとうもやし	20
	キャベツ	18
	たまねぎ	16
	にんじん	5
	あおのり	0.1
	焼きそば粉末ソース	0.1
	ウスターソース	0.2
	こいくちしょうゆ	0.3
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
	清酒(上撰)	0.5
	サラダ油(ペットボトル)	0.5
【フルーツあえ】		
	みかん缶(果肉)	30
	ミックスフルーツ 冷凍	25
	すいか	10
	カットベリー(サイダー風)	25
	上白糖	2.5
	水	10
	食塩	0.01

9月11日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【鶏肉のレモン煮】		
	鶏胸肉	10
	鶏モモ肉	40
	清酒(上撰)	0.5
	うすくちしょうゆ	0.5
	かたくり粉	7
	白絞油	6
	ポッカレモン100	2
	こいくちしょうゆ	2
	上白糖	1.2
	清酒(上撰)	0.5
	水	2
【茎わかめの炒め煮】		
	カットさつま揚げ	5
	冷 細切りくきわかめ	10
	突きこんにゃく(白)	15
	国産ささがきごぼう	10
	にんじん	5
	こいくちしょうゆ	2
	うすくちしょうゆ	0.2
	清酒(上撰)	0.5
	本みりん	0.5
	三温糖	0.8
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
【豆腐のみそ汁】		
	鉄豆腐 Fe-1000(国産)	22
	たまねぎ	15
	冷凍ほぐしエノキ茸	5
	中ねぎ	2
	いりこ 未選別	0.8
	花かつお	14.2
	合わせみそ	8

9月14日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【鶏肉とじゃがいもの煮物】		
	鶏モモ肉	40
	じゃがいも	40
	たまねぎ	30
	突きこんにゃく(黒)	12
	にんじん	8.93
	凍り豆腐(乾)	4
	干し椎茸	0.5
	こいくちしょうゆ	3.7
	うすくちしょうゆ	1.8
	本みりん	1.8
	清酒(上撰)	1.8
	三温糖	1.8
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
【梅しらすあえ】		
	しらす干し(半乾燥品)	1.45
	キャベツ	20
	りよくとうもやし	15
	きゅうり	15
	乾燥カリカリ梅(国産100%)	0.25
	ねり梅	0.5
	こいくちしょうゆ	2
	本みりん	0.5
	上白糖	1
	食塩	0.1

9月15日

【献立名】	食品名	1人分量
【親子丼】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
	鶏モモ肉	30
	たまねぎ	30
	いちよう切蒲鉾 スライス2.5	5
	椎茸国産細切スライス	0.2
	凍結全卵	15
	鉄分強化 ソフトいり玉子	15
	中ねぎ	2
	混合だし(本枯れ節 昆布)	10
	食塩	0.3
	うすくちしょうゆ	3
	かたくり粉	1
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
【牛乳】		
	牛乳	1
【きゃべつとわかめの酢の物】		
	キャベツ	20
	りよくとうもやし	15
	きゅうり	12
	にんじん	4
	カットわかめ	0.5
	穀物酢	2.5
	うすくちしょうゆ	1.5
	上白糖	1.2
	食塩	0.1
【はんぺんのすまし汁】		
	はんぺんおわん種(白)	15
	たまねぎ	12
	冷凍ほぐしエノキ茸	5
	ねぎ	3
	だし昆布	0.8
	花かつお	1.2
	食塩	0.1
	うすくちしょうゆ	1.5
	清酒(上撰)	0.5

9月16日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【春巻き】		
	春巻Fe(米粉入り)	1
	白絞油	5
【チンゲンサイのソテー】		
	豚モモ	15
	りよくとうもやし	18
	キャベツ	10
	冷凍チンゲンサイ	8
	うすくちしょうゆ	0.5
	清酒(上撰)	0.3
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
【鶏団子のスープ】		
	桜島どり肉団子(Ca Fe)	20
	たまねぎ	15
	たけのこ(水煮缶詰)	5
	きくらげ(スライス)	0.3
	中ねぎ	2
	がらスープ(チキン)	3
	ヘルシーファーム 野菜ブイヨン	0.8
	うすくちしょうゆ	2
	清酒(上撰)	0.5
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3

9月17日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【豚肉のみそ焼き】		
	豚モモ	50
	たまねぎ	20
	合わせみそ	3
	こいくちしょうゆ	1
	清酒(上撰)	1
	本みりん	1
	三温糖	1
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
【ごま昆布あえ】		
	カットほうれん草	25
	りよくとうもやし	17
	にんじん	8
	塩昆布	1.2
	こいくちしょうゆ	0.5
	食塩	0.1
	すりごま	1
	ごま(いり)	0.5
【五目汁】		
	鶏モモ肉	8
	プチ半月スライス竹輪	5
	だいこん	15
	にんじん	5
	国産ささがきごぼう	3
	椎茸国産細切スライス	0.2
	中ねぎ	3
	だし昆布	0.8
	花かつお	1.2
	食塩	0.3
	うすくちしょうゆ	2.2
	本みりん	0.3
	サラダ油(ペットボトル)	0.2

9月18日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	206
【麻婆じゃがいも】		
	豚ひき肉	25
	じゃがいも	60
	まめプラスM(ミンチ)	5
	たまねぎ	20
	ソテーオニオン	22
	たけのこ(水煮缶詰)	5
	根深ねぎ	3
	国産おろししょうが	0.5
	国産おろしにんにく	0.5
	椎茸国産細切スライス	0.5
	がらスープ(チキン)	3
	調合赤出みそ	4
	合わせみそ	3
	こいくちしょうゆ	3
	清酒(上撰)	1
	本みりん	0.6
	上白糖	0.5
	食塩	0.1
	トウバンジャン	0.05
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
	ごま油	0.2
	かたくり粉	1.5
【パンパンジー】		
	鶏ささみ水煮無添加	10
	りよくとうもやし	17
	きゅうり	15
	にんじん	5
	ホールコーン(スーパーソフト)	5
	切干大根(国産)	2
	棒々鶏ドレッシング	4
	食塩	0.1
	すりごま	2

9月24日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	
【牛乳】		
	牛乳	1
【鶏肉のねぎ塩焼き】		
	鶏モモ肉	55
	たまねぎ	5
	中ねぎ	1.5
	ソルトブレマ塩	5
	うすくちしょうゆ	0.4
	食塩	0.02
	すりごま	0.6
【磯和え】		
	キャベツ	17
	国産小松菜カット	16
	りよくとうもやし	15
	にんじん	5
	きざみのり	0.5
	こいくちしょうゆ	1
	うすくちしょうゆ	0.3
	三温糖	0.4
	本みりん	0.3
	食塩	0.1
【月見汁】		
	鶏モモ肉	8
	冷凍白玉餅	20
	(冷)里芋	10
	だいこん	10
	国産ささがきごぼう	4
	にんじん	4
	中ねぎ	2
	だし昆布	0.8
	削りぶし	1.2
	食塩	0.1
	うすくちしょうゆ	1.8
	清酒(上撰)	

9月25日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【さんまのしょうが煮】		
	さんま生姜煮	1
【五目きんぴら】		
	プチさつま揚げスライス	5
	スライスれんこん	10
	国産ささがきごぼう	10
	突きこんにゃく(黒)	10
	冷凍大豆(県内産)	5
	にんじん	4
	こいくちしょうゆ	1
	三温糖	0.5
	清酒(上撰)	0.5
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
	ごま(いり)	1.5
【さつまいもとねぎのみそ汁】		
	鶏モモ肉	5
	さつまいも	30
	たまねぎ	20
	根深ねぎ	5
	葉ねぎ	2
	花かつお	3
	合わせみそ	8
【お月見デザート】		
	お月見大福(鉄 Ca)	1

9月28日

9月29日

9月30日

【献立名】	食品名	1人分量
【食パン】		
	食パン1枚	1
【牛乳】		
	牛乳	1
【ナポリタン】		
	スパゲッティ(ミニ)	28
	サラダ油(ペットボトル)	0.5
	IQFポークウィンナー3mm斜めスライス	10
	たまねぎ	25
	ソテーオニオン	12
	にんじん	12.5
	青ピーマン	5
	国産おろしにんにく	0.3
	トマトピューレ	10
	トマトケチャップ	10
	赤ワイン	1.5
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.01
	中濃ソース(レストラン用)	1.5
	サラダ油(ペットボトル)	0.2
【ツナポテトサラダ】		
	ライトオイル漬チキン	8
	じゃがいも	38
	きゅうり	12
	にんじん	5
	ホールコーン・ネール(スーパー・スイート)	5
	冷凍枝豆むき身	5
	ノンエッグマヨネーズタイプ	8
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
【いちご&マーガリン】		
	いちご&マーガリン	1
	いちごジャム	

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	206
【焼き肉】		
	牛モモ肉	50
	たまねぎ	20
	たまねぎ	5
	国産おろしにんにく	1
	国産おろししょうが	1
	りんごピューレ	0.5
	こいくちしょうゆ	1
	清酒(上撰)	0.5
	三温糖	0.2
	トマトケチャップ	0.2
【ナムル】		
	りよくとうもやし	16
	キャベツ	16
	カットほうれん草	16
	にんじん	5
	ドレッシング韓国ナムル	4
	すりごま	0.6
	食塩	0.1
【わかめスープ】		
	カットわかめ	0.8
	たまねぎ	12
	冷凍ほぐしエノキ茸	7
	国産小松菜カット	8
	がらスープ(チキン)	2
	ヘルシーファーム 野菜ブイヨン	0.8
	うすくちしょうゆ	2
	清酒(上撰)	0.3
	食塩	0.3
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【竹輪の磯辺揚げ】		
	竹輪	0.5
	薄力粉	8
	清酒(上撰)	1
	あおさ	0.2
	白絞油	3
【ひじきの炒め煮】		
	鶏モモ肉	10
	干ひじき	2.2
	突きこんにゃく(白)	12
	にんじん	5
	国産ささがきごぼう	5
	冷凍枝豆むき身	5
	こいくちしょうゆ	1.7
	うすくちしょうゆ	0.6
	三温糖	0.8
	本みりん	0.7
	清酒(上撰)	0.35
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
【魚そうめんのすまし汁】		
	魚そうめん	10
	細切り蒲鉾 天着IQF	5
	たまねぎ	12
	椎茸国産細切スライス	0.5
	中ねぎ	2
	だし昆布	0.8
	削りぶし	1.2
	食塩	0.3
	うすくちしょうゆ	2.2
	本みりん	0.4