

10月1日

10月2日

10月5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
【白身魚のムニエル】		
	ホキ	1
	食塩	0.1
	白ワイン	1
	薄力粉	4
	バター(有塩)	2.5
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3
【トマトソース】		
	無塩せきパラー-コンスライス	8
	たまねぎ	15
	・ホルマト カット3kgパック	8
	にんじん	5
	・トマトケチャップ	5
	食塩	
	こしょう混合	
	ウスターソース	3
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3
【ABCスープ】		
	IQFホークウインナー3mm斜めスライス	8
	アルファベットマカロニ	6
	たまねぎ	18
	にんじん	5
	ホールコンカーネル(スーパースイート)	7
	カットほうれん草	15
	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	1
	食塩	0.3
	こしょう混合	0.01
	白ワイン	1
	・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	206
【根菜の煮物】		
	豚モモ	25
	ミニ絹厚揚げ	20
	にんじん	15
	乱切れんこん	25
	冷凍 乱切りごぼう	10
	だいこん	20
	(冷) 乱切り里芋	20
	三角こんにゃく	8
	こいくちしょうゆ	3
	清酒(上撰)	0.8
	本みりん	0.5
	三温糖	0.4
	・サラダ油(ペットボトル)	0.5
【きのこ野菜のおかかあえ】		
	おさかなソーセージ シュレット	8
	冷凍ほぐしエノキ茸	5
	冷凍ほぐししめじ カット	3
	・ドレッシングかんきつ	0.3
	キャベツ	25
	きゅうり	20
	にんじん	3
	りよくとうもやし	10
	かつお節(碎片)	1.5
	三温糖	0.5
	こいくちしょうゆ	2
【1食そぼろ】		
	鶏そぼろCa	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
【とり天】		
	鶏胸肉	1
	うすくちしょうゆ	1.2
	清酒(上撰)	1
	食塩	0.1
	薄力粉	9
	かたくり粉	2.5
	・白絞油	5
【かぼすあえ】		
	キャベツ	25
	りよくとうもやし	20
	きゅうり	10
	にんじん	5
	かぼす果汁(100%)	0.5
	穀物酢	1
	うすくちしょうゆ	1.5
	上白糖	0.8
	食塩	0.1
【だんご汁】		
	鶏モモ肉	5
	清酒(上撰)	0.3
	やせうま風平麺	10
	にんじん	5
	だいこん	15
	はくさい	20
	・板こんにゃく	8
	いりこ 未選別	1
	花かつお	1
	こいくちしょうゆ	1.5
	食塩	0.3
	・サラダ油(ペットボトル)	0.4

10月8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
[鶏肉のコンソレークフライ]		
	鶏胸肉	1
	国産おろしにんにく	0.3
	白ワイン	1
	食塩	0.1
	うすくちしょうゆ	0.3
	薄力粉	5
	コーンフレーク	9
	・白絞油	5
[ほうれんそうのソテー]		
	無塩せきパラー-コンスライス	5
	りよくとうもやし	8
	キャベツ	12
	カットほうれん草	20
	にんじん	5
	こいくちしょうゆ	0.3
	白ワイン	1
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
	・サラダ油（ヘットボトル）	0.3
[白菜のスープ]		
	鶏モモ肉	15
	はくさい	20
	たまねぎ	10
	にんじん	5
	・サラダ油（ヘットボトル）	0.3
	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	1
	白ワイン	1
	食塩	0.3
	こしょう混合	0.01

10月9日

10月13日

10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
【鶏肉のごまみそ焼き】		
	鶏モモ肉	1
	ソテーオニオン	8
	ねぎ	5
	すりごま	0.5
	ごま(ねり)	1
	佐賀県産米味噌(佐賀県産)	2
	清酒(上撰)	1.5
	本みりん	2
	水	
【小松菜のおかかあえ】		
	国産小松菜カット	15
	にんじん	5
	キャベツ	16
	りよくとうもやし	15
	かつお節(碎片)	1
	上白糖	0.4
	うすくちしょうゆ	0.3
	こいくちしょうゆ	1
	本みりん	0.3
	食塩	0.1
【ほうれん草のすまし汁】		
	・細切り蒲鉾 天着IQF	8
	カットほうれん草	8
	鉄豆腐 Fe-1000(国産)	10
	たまねぎ	8
	冷凍ほぐしエノキ茸	5
	だし昆布	1
	花かつお	1
	うすくちしょうゆ	1.5
	清酒(上撰)	0.5
	食塩	0.2

【献立名】	食品名	1人分量
【ピタパン】		
	ピタパン	1
【牛乳】		
	牛乳	1
【白身魚のがーリック揚げ】		
	白身魚角切り(たら)	50
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
	国産おろしにんにく	0.4
	白ワイン	1
	かたくり粉	3
	薄力粉	2
	・白絞油	6
【キャベツのサラダ】		
	キャベツ	18
	きゅうり	2
	・ライトオリーブオイル	12
	カットほうれん草	10
	冷凍枝豆むき身	6
	・ノンエッグマヨネーズタイプ	6
	穀物酢	0.5
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
【ラタトゥユ】		
	なす	15
	かぼちゃ	15
	ダイスカボチャ(20mm)	15
	たまねぎ	20
	にんじん	15
	青ピーマン	5
	赤パプリカ	5
	・ホルムト カット3kgパック	15
	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
	・トマトケチャップ	3
	食塩	0.3
	こいくちしょうゆ	0.3
	赤ワイン	0.3
	・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
【麻婆豆腐】		
	豚ひき肉	30
	便利とうふ サイコロカット	70
	たまねぎ	15
	ソテーオニオン	10
	たけのこ(水煮缶詰)	3
	椎茸国産細切スライス	0.5
	根深ねぎ	3
	国産おろしにんにく	0.3
	国産おろししょうが	0.3
	がらスープ(チキン)	3
	調合赤出みそ	4
	佐賀県産米味噌(佐賀県産)	2
	こいくちしょうゆ	2.5
	清酒(上撰)	1
	本みりん	0.6
	三温糖	0.3
	食塩	0.1
	・豆板醤	0.08
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3
	かたくり粉	1.5
	水	
【ビーフンスープ】		
	豚モモ	10
	むきえび(バラ)	8
	ビーフン	6
	にんじん	8
	たまねぎ	10
	冷凍チンゲンサイ	10
	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	1
	清酒(上撰)	0.6
	食塩	0.5
	こしょう混合	0.02
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3

10月15日

10月16日

10月19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
【ハンバーグ デミグラスソース】		
	牛ひき肉	30
	豚ひき肉	25
	ソテーオニオン	15
	まめプラスM(ミンチ)	5
	パン粉	1
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
	赤ワイン	0.6
	マイルドデミグラスソース	5
	・トマトケチャップ	2
	ウスターソース	0.2
	こいくちしょうゆ	0.2
	三温糖	0.4
	かたくり粉	0.3
	水	8
【コーンポテト】		
	じゃがいも	55
	ホールコーンカール(スーパースイート)	10
	食塩	0.3
	こしょう混合	0.01
【野菜スープ】		
	無塩せきパラーコンスライス	5
	キャベツ	10
	たまねぎ	12
	にんじん	8
	カットほうれん草	8
	冷凍ほぐししめじ カット	5
	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
【ジャンバラヤ】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
	IQFホークウイナ-3mm斜めスライス	15
	鶏モモ肉	15
	たまねぎ	25
	にんじん	10
	赤パプリカ	3
	セロリ	0.5
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3
	がらスープ(チキン)	1
	ガーリックパウダー	0.1
	・カレー粉	0.15
	パプリカ(粉)	0.1
	トマトピューレ	5
	・トマトケチャップ	3
	中濃ソース(レストラン用)	1
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.03
【牛乳】		
	牛乳	1
【チキンスープ】		
	鶏モモ肉	30
	キャベツ	20
	たまねぎ	12
	にんじん	8
	じゃがいも	10
	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	0.8
	食塩	0.3
	こしょう混合	0.01
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3
【アメリカンミニドック】		
	弁当ミニドック	1
	・白絞油	3
	・トマトケチャップ	3
	中濃ソース(レストラン用)	1
	三温糖	0.2

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
【牛乳】		
	牛乳	1
【いわしの梅煮】		
	いわし梅煮	1
【もやしのじゃこ炒め】		
	りよくとうもやし	30
	えだまめ(冷凍)	15
	にんじん	8
	しらす干し(半乾燥品)	2.5
	・サラダ油(ペットボトル)	0.4
	ごま油	0.2
	こいくちしょうゆ	0.8
	食塩	0.3
【さつま汁】		
	鶏モモ肉	8
	さつまいも	20
	・板こんにゃく	8
	だいこん	10
	国産ささがきごぼう	5
	にんじん	5
	中ねぎ	3
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3
	花かつお	1
	いりこ 未選別	1
	合わせみそ	8

10月20日

10月21日

10月22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
【焼きぎょうざ】		
ギョーザ25		2
・サラダ油(ペットボトル)		1.5
【ちんげんさいの酢の物】		
冷凍チンゲンサイ		20
プチ半月スライス竹輪		5
にんじん		8
りょくとうもやし		15
きゅうり		10
穀物酢		1.5
うすくちしょうゆ		1.5
上白糖		0.5
食塩		0.1
すりごま		0.55
【春雨と卵のスープ】		
鶏モモ肉		10
凍結卵		20
緑豆はるさめ		5
たまねぎ		15
りょくとうもやし		12
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		0.7
清酒(上撰)		1.5
食塩		0.3
こしょう混合		0.01
かたくり粉		0.2
・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
【かつおフライ】		
かつおフライ		1
・白絞油		5
【ごぼうのソテー】		
無塩せきロースハム短冊		8
冷凍 千切ごぼう		20
突きこんにゃく(黒)		15
にんじん		8
冷凍枝豆むき身		5
こいくちしょうゆ		2
すりごま		1
清酒(上撰)		0.6
本みりん		0.4
三温糖		0.6
・サラダ油(ペットボトル)		0.3
【キャベツとベーコンのスープ】		
無塩せきバラベーコンスライス		10
キャベツ		15
にんじん		5
たまねぎ		20
じゃがいも		30
国産小松菜カット		5
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
食塩		0.4
うすくちしょうゆ		0.5
・サラダ油(ペットボトル)		0.4

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
水稻穀粒(精白米)		80
【牛乳】		
牛乳		1
【じゃがいものそぼろ煮】		
鶏ひき肉		25
国産おろししょうが		0.3
じゃがいも		40
絹厚揚げ		40
たまねぎ		24
にんじん		12
冷凍枝豆むき身		6
突きこんにゃく(黒)		12.5
こいくちしょうゆ		2.5
うすくちしょうゆ		1
三温糖		0.5
本みりん		0.5
・サラダ油(ペットボトル)		0.3
【れんこん金平】		
カットさつま揚げ		3
豚モモ		8
スライスれんこん		25
きくらげ(スライス)		0.8
にんじん		8
こいくちしょうゆ		1
三温糖		0.5
本みりん		0.5
清酒(上撰)		0.5
ごま油		0.3
ごま(いり)		0.5
すりごま		1.5

10月23日

10月26日

10月27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
【鯖の照り焼き】		
	さば	1
	国産おろししょうが	0.2
	国産おろしにんにく	0.1
	清酒(上撰)	0.3
	食塩	0.06
	こいくちしょうゆ	2
	うすくちしょうゆ	0.8
	本みりん	1.5
	三温糖	1
	かたくり粉	0.25
【もやしのドレッシング和え】		
	りょうとうもやし	25
	にんじん	8
	冷凍枝豆むき身	6
	きゅうり	15
	干ひじき	1.2
	すりごま	1
	笑顔でランチドレ 香りごま	6
【海苔入り麺のすまし汁】		
	海苔うどん	8
	・細切り蒲鉾 天着IQF	5
	たまねぎ	12
	冷凍ほぐしエノキ茸	5
	中ねぎ	3
	だし昆布	1
	かつお節(碎片)	1
	清酒(上撰)	1
	食塩	0.2
	うすくちしょうゆ	1.8

【献立名】	食品名	1人分量
【チキンボールカレー】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
	桜島どり肉団子(Ca・Fe)	40
	たまねぎ	30
	ソテーオニオン	12
	じゃがいも	40
	にんじん	12
	国産おろしにんにく	0.3
	国産おろししょうが	0.2
	カレールー(フレーク)	5
	給食用カレーフレーク	6
	北海道シュレッドチーズ	0.5
	・ホルマト カット3kgパック	5
	・トマトケチャップ	2
	・カレー粉	0.2
	赤ワイン	1
	ウスターソース	0.8
	こいくちしょうゆ	0.4
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3
【牛乳】		
	牛乳	1
【ビーンズツナサラダ】		
	・ライトツナ油漬チャンクR	20
	国産ミックスビーンズ(大豆他)	10
	キャベツ	20
	きゅうり	8
	ホールコーン缶(スーパー・スイート)	5
	・ノンエッグマヨネーズタイプ	6
	うすくちしょうゆ	0.3
	穀物酢	0.2
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01

【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
【竹輪のカレー揚げ】		
	竹輪	0.5
	薄力粉	8
	清酒(上撰)	1
	カレー粉(辛くないカレーアロマ)	0.3
	黒ごま	0.4
	・白絞油	3
【ひじきの炒め煮】		
	鶏モモ肉	15
	国産カット油揚げ	2
	干ひじき	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	1.5
	うすくちしょうゆ	0.5
	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
【麴のすまし汁】		
	おわら麴	2
	冷凍ほぐしエノキ茸	5
	・いちよう切蒲鉾 スライス2.5	8
	魚そうめん	5
	カットわかめ	0.8
	だし昆布	1
	花かつお	1
	うすくちしょうゆ	2.5
	食塩	0.25
	清酒(上撰)	0.9

10月30日

[illegible]

10月1日

10月2日

10月5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
【とり天】		
	鶏胸肉	1
	うすくちしょうゆ	1.2
	清酒(上撰)	1
	食塩	0.1
	薄力粉	9
	かたくり粉	2.5
	・白絞油	5
【かぼすあえ】		
	キャベツ	25
	りょくとうもやし	20
	きゅうり	10
	にんじん	5
	かぼす果汁(100%)	0.5
	穀物酢	1
	うすくちしょうゆ	1.5
	上白糖	0.8
	食塩	0.1
【だんご汁】		
	鶏モモ肉	5
	清酒(上撰)	0.3
	やせうま風平麺	10
	にんじん	5
	だいこん	15
	はくさい	20
	・板こんにゃく	8
	いりこ 未選別	1
	花かつお	1
	こいくちしょうゆ	1.5
	食塩	0.3
	・サラダ油(ペットボトル)	0.4

【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
【白身魚のムニエル】		
	ホキ	1
	食塩	0.1
	白ワイン	1
	薄力粉	4
	バター(有塩)	2.5
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3
【トマトソース】		
	無塩せきパペーコンスライス	8
	たまねぎ	15
	・ホールトマト カット3kgパック	8
	にんじん	5
	・トマトケチャップ	5
	食塩	
	こしょう混合	
	ウスターソース	3
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3
【ABCスープ】		
	IQFホークウインナー3mm斜めスライス	8
	アルファベットマカロニ	6
	たまねぎ	18
	にんじん	5
	ホールコーン(スーパースイート)	7
	カットほうれん草	15
	がらすープ(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	1
	食塩	0.3
	こしょう混合	0.01
	白ワイン	1
	・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	206
【根菜の煮物】		
	豚モモ	25
	ミニ絹厚揚げ	20
	にんじん	15
	乱切れんこん	25
	冷凍 乱切りごぼう	10
	だいこん	20
	(冷) 乱切り里芋	20
	三角こんにゃく	8
	こいくちしょうゆ	3
	清酒(上撰)	0.8
	本みりん	0.5
	三温糖	0.4
	・サラダ油(ペットボトル)	0.5
【きのこ野菜のおかかあえ】		
	おさかなソーセージ シュレット	8
	冷凍ほぐしエノキ茸	5
	冷凍ほぐししめじ カット	3
	・ドレッシングかんきつ	0.3
	キャベツ	25
	きゅうり	20
	にんじん	3
	りょくとうもやし	10
	かつお節(碎片)	1.5
	三温糖	0.5
	こいくちしょうゆ	2
【1食そぼろ】		
	鶏そぼろCa	1

10月6日

10月7日

10月8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
[鶏肉のコンソークフライ]		
	鶏胸肉	1
	国産おろしにんにく	0.3
	白ワイン	1
	食塩	0.1
	うすくちしょうゆ	0.3
	薄力粉	5
	コーンフレーク	9
	・白絞油	5
[ほうれんそうのソテー]		
	無塩せきパスタコンスライス	5
	りよくとうもやし	8
	キャベツ	12
	カットほうれん草	20
	にんじん	5
	こいくちしょうゆ	0.3
	白ワイン	1
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3
[白菜のスープ]		
	鶏モモ肉	15
	はくさい	20
	たまねぎ	10
	にんじん	5
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3
	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	1
	白ワイン	1
	食塩	0.3
	こしょう混合	0.01

【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
[鶏肉の照り焼き]		
	照り焼きチキン	1
[春雨の酢の物]		
	おさかなソーセージ シュレット	10
	カットほうれん草	12
	緑豆はるさめ	3
	キャベツ	18
	にんじん	5
	すりごま	1
	ごま(いり)	0.5
	穀物酢	1.5
	うすくちしょうゆ	1.5
	上白糖	0.6
	食塩	0.1
[なすの味噌汁]		
	なす	15
	国産冷凍厚揚げミニ(2g)	20
	たまねぎ	18
	冷凍ほぐしエノキ茸	8
	中ねぎ	3
	花かつお	1
	いりこ 未選別	1
	合わせみそ	8

【献立名】	食品名	1人分量
[長崎皿うどん]		
	揚げチャーメン40g	1
	豚モモ	20
	いか鹿の子切り(冷)	8
	むきえび(バラ)	10
	・細切り蒲鉾 天着IQF	10
	たけのこ(水煮缶詰)	7
	キャベツ	25
	りよくとうもやし	10
	たまねぎ	12
	にんじん	10
	きくらげ(スライス)	1
	中ねぎ	
	・サラダ油(ペットボトル)	0.6
	食塩	0.2
	ウスターソース	1
	鶏豚湯	0.8
	こしょう混合	0.01
	清酒(上撰)	1
	うすくちしょうゆ	3
	こいくちしょうゆ	1
	かたくり粉	1
[牛乳]		
	牛乳	1
[五目パオズ]		
	五目包子	3

10月9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
【麻婆豆腐】		
	豚ひき肉	30
	便利とうふ サイコロ状	70
	たまねぎ	15
	ソテーオニオン	10
	たけのこ(水煮缶詰)	3
	椎茸国産細切スライス	0.5
	根深ねぎ	3
	国産おろしにんにく	0.3
	国産おろししょうが	0.3
	がらスープ(チキン)	3
	調合赤出みそ	4
	佐賀県産米味噌(佐賀県産)	2
	こいくちしょうゆ	2.5
	清酒(上撰)	1
	本みりん	0.6
	三温糖	0.3
	食塩	0.1
	・豆板醤	0.08
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3
	かたくり粉	1.5
	水	
【ビーフンスープ】		
	豚モモ	10
	むきえび(バラ)	8
	ビーフン	6
	にんじん	8
	たまねぎ	10
	冷凍チンゲンサイ	10
	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	1
	清酒(上撰)	0.6
	食塩	0.5
	こしょう混合	0.02
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3

10月13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
【鶏肉のごまみそ焼き】		
	鶏モモ肉	1
	ソテーオニオン	8
	ねぎ	5
	すりごま	0.5
	ごま(ねり)	1
	佐賀県産米味噌(佐賀県産)	2
	清酒(上撰)	1.5
	本みりん	2
	水	
【小松菜のおかかあえ】		
	国産小松菜カット	15
	にんじん	5
	キャベツ	16
	りよくとうもやし	15
	かつお節(碎片)	1
	上白糖	0.4
	うすくちしょうゆ	0.3
	こいくちしょうゆ	1
	本みりん	0.3
	食塩	0.1
【ほうれん草のすまし汁】		
	・細切り蒲鉾 天着IQF	8
	カットほうれん草	8
	鉄豆腐 Fe-1000(国産)	10
	たまねぎ	8
	冷凍ほぐしエノキ茸	5
	だし昆布	1
	花かつお	1
	うすくちしょうゆ	1.5
	清酒(上撰)	0.5
	食塩	0.2

10月14日

【献立名】	食品名	1人分量
【ピタパン】		
	ピタパン	1
【牛乳】		
	牛乳	1
【白身魚のガーリック揚げ】		
	白身魚角切り(たら)	50
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
	国産おろしにんにく	0.4
	白ワイン	1
	かたくり粉	3
	薄力粉	2
	・白絞油	6
【キャベツのサラダ】		
	キャベツ	18
	きゅうり	2
	・ライトツヤ油漬チャンクR	12
	カットほうれん草	10
	冷凍枝豆むき身	6
	・ノンエッグマヨネーズタイプ	6
	穀物酢	0.5
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
【ラタトゥユ】		
	なす	15
	かぼちゃ	15
	ダイスカボチャ(20mm)	15
	たまねぎ	20
	にんじん	15
	青ピーマン	5
	赤パプリカ	5
	・ホルマト カット3kgパウチ	15
	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
	・トマトケチャップ	3
	食塩	0.3
	こいくちしょうゆ	0.3
	赤ワイン	0.3
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3

10月19日

【献立名】	食品名	1人分量
[ジャンバラヤ]		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
	IQFホウキウイナ-3mm斜めスライス	15
	鶏モモ肉	15
	たまねぎ	25
	にんじん	10
	赤パプリカ	3
	セロリ	0.5
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3
	がらスープ(チキン)	1
	ガーリックパウダー	0.1
	・カレー粉	0.15
	パプリカ(粉)	0.1
	トマトピューレ	5
	・トマトケチャップ	3
	中濃ソース(レストラン用)	1
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.03
[牛乳]		
	牛乳	1
[チキンスープ]		
	鶏モモ肉	30
	キャベツ	20
	たまねぎ	12
	にんじん	8
	じゃがいも	10
	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	0.8
	食塩	0.3
	こしょう混合	0.01
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3
[アメリカンミニドック]		
	弁当ミニドック	1
	・白絞油	3
	・トマトケチャップ	3
	中濃ソース(レストラン用)	1
	三温糖	0.2

10月22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
[かつおフライ]		
	かつおフライ	1
	・白絞油	5
[ごぼうのソテー]		
	無塩せきロースハム短冊	8
	冷凍 千切ごぼう	20
	突きこんにやく（黒）	15
	にんじん	8
	冷凍枝豆むき身	5
	こいくちしょうゆ	2
	すりごま	1
	清酒（上撰）	0.6
	本みりん	0.4
	三温糖	0.6
	・サラダ油（ペットボトル）	0.3
[キャベツとベーコンのスープ]		
	無塩せきバラベーコンスライス	10
	キャベツ	15
	にんじん	5
	たまねぎ	20
	じゃがいも	30
	国産小松菜カット	5
	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
	食塩	0.4
	うすくちしょうゆ	0.5
	・サラダ油（ペットボトル）	0.4

10月23日

10月26日

10月27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
【竹輪のカレー揚げ】		
	竹輪	0.5
	薄力粉	8
	清酒(上撰)	1
	カレー粉(辛くないカレー粉)	0.3
	黒ごま	0.4
	・白絞油	3
【ひじきの炒め煮】		
	鶏モモ肉	15
	国産カット油揚げ	2
	干ひじき	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	1.5
	うすくちしょうゆ	0.5
	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
【麩のすまし汁】		
	おわら麩	2
	冷凍ほぐしエノキ茸	5
	・いちよう切蒲鉾 スライス2.5	8
	魚そうめん	5
	カットわかめ	0.8
	だし昆布	1
	花かつお	1
	うすくちしょうゆ	2.5
	食塩	0.25
	清酒(上撰)	0.9

【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
【鯖の照り焼き】		
	さば	1
	国産おろししょうが	0.2
	国産おろしにんにく	0.1
	清酒(上撰)	0.3
	食塩	0.06
	こいくちしょうゆ	2
	うすくちしょうゆ	0.8
	本みりん	1.5
	三温糖	1
	かたくり粉	0.25
【もやしのドレッシング和え】		
	りよくとうもやし	25
	にんじん	8
	冷凍枝豆むき身	6
	きゅうり	15
	干ひじき	1.2
	すりごま	1
	笑顔でうすくちしょうゆ 香りごま	6
【海苔入り麺のすまし汁】		
	海苔うどん	8
	・細切り蒲鉾 天着IQF	5
	たまねぎ	12
	冷凍ほぐしエノキ茸	5
	中ねぎ	3
	だし昆布	1
	かつお節(碎片)	1
	清酒(上撰)	1
	食塩	0.2
	うすくちしょうゆ	1.8

【献立名】	食品名	1人分量
【チキンボールカレー】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
	桜島どり肉団子(Ca・Fe)	40
	たまねぎ	30
	ソテーオニオン	12
	じゃがいも	40
	にんじん	12
	国産おろしにんにく	0.3
	国産おろししょうが	0.2
	カレールー(フレーク)	5
	給食用カレーフレーク	6
	北海道シュレッドチーズ	0.5
	・ホルマト カット3kgパック	5
	・トマトケチャップ	2
	・カレー粉	0.2
	赤ワイン	1
	ウスターソース	0.8
	こいくちしょうゆ	0.4
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3
【牛乳】		
	牛乳	1
【ビーンズツナサラダ】		
	・ライトオイル漬チキンR	20
	国産ミックスビーンズ(大豆他)	10
	キャベツ	20
	きゅうり	8
	ホールコンカンネル(スーパーソフト)	5
	・ノンエッグマヨネーズタイプ	6
	うすくちしょうゆ	0.3
	穀物酢	0.2
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01

10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	1
【鮭の塩焼き】		
	さけ	1
	食塩	0.2
	ポッカレモン100	0.5
	清酒(上撰)	1
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3
【きんぴらごぼう】		
	豚モモ	5
	冷凍 千切ごぼう	20
	にんじん	6
	冷凍枝豆むき身	3
	突きこんにやく(黒)	6
	ごま(いり)	1.5
	・サラダ油(ペットボトル)	0.5
	こいくちしょうゆ	1.5
	三温糖	0.3
	清酒(上撰)	0.5
	本みりん	0.5
	食塩	0.1
【冬野菜のみそ汁】		
	だいこん	15
	乱切れんこん	5
	さつまいも	25
	鉄豆腐 Fe-1000(国産)	15
	国産カット油揚げ	3
	中ねぎ	2
	いりこ 未選別	1
	佐賀県産米味噌(佐賀県産)	2
	調合赤出みそ	6

10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
【じゃが芋と厚揚げの煮物】		
	鶏モモ肉	40
	じゃがいも	40
	たまねぎ	25
	・板こんにやく	10
	にんじん	8
	絹厚揚げ	20
	新あさひこや豆腐1/20	2.5
	干し椎茸	0.5
	こいくちしょうゆ	3.5
	うすくちしょうゆ	2
	本みりん	1.8
	三温糖	1
	清酒(上撰)	1.5
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3
【アーモンド和え】		
	カットほうれん草	25
	りよくとうもやし	20
	キャベツ	15
	にんじん	3
	アーモンド(ロースト・粉)	1.5
	アーモンド(ロースト・ダース)	0.5
	こいくちしょうゆ	2
	三温糖	0.5
	食塩	0.1

10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
【チリコンカン】		
	豚ひき肉	30
	国産大豆(クラッシュタイプ)	12
	たまねぎ	15
	ソテーオニオン	20
	冷凍大豆(県内産)	8
	・ミックスビーンズ(ガルパソグー他)	10
	じゃがいも	25
	にんじん	12
	・ホルトマート カット3kgパック	6
	国産おろしにんにく	0.3
	・サラダ油(ペットボトル)	0.5
	・トマトケチャップ	12
	トマトソース	2
	三温糖	0.8
	ウスターソース	0.5
	赤ワイン	1.2
	こいくちしょうゆ	0.5
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3
【マカロニサラダ】		
	マカロニ(エルボ)	10
	無塩せきロースハム短冊	5
	キャベツ	18
	にんじん	5
	きゅうり	8
	ホルンカーネル(スーパー・スイート)	5
	青じそドレッシング	2
	・ノンエッグマヨネーズタイプ	3
	すりごま	0.5
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01

10月1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
【根菜の煮物】		
	豚モモ	25
	ミニ絹厚揚げ	20
	にんじん	15
	乱切れんこん	25
	冷凍 乱切りごぼう	10
	だいこん	20
	(冷) 乱切り里芋	20
	三角こんにゃく	8
	こいくちしょうゆ	3
	清酒(上撰)	0.8
	本みりん	0.5
	三温糖	0.4
	・サラダ油(ペットボトル)	0.5
【きのこ野菜のおかかあえ】		
	おさかなソーセージ シュレット	8
	冷凍ほぐしエノキ茸	5
	冷凍ほぐししめじ カット	3
	・ドレッシングかんきつ	0.3
	キャベツ	25
	きゅうり	20
	にんじん	3
	りよくとうもやし	10
	かつお節(碎片)	1.5
	三温糖	0.5
	こいくちしょうゆ	2
【1食そぼろ】		
	鶏そぼろCa	1

10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
【とり天】		
	鶏胸肉	1
	うすくちしょうゆ	1.2
	清酒(上撰)	1
	食塩	0.1
	薄力粉	9
	かたくり粉	2.5
	・白絞油	5
【かぼすあえ】		
	キャベツ	25
	りよくとうもやし	20
	きゅうり	10
	にんじん	5
	かぼす果汁(100%)	0.5
	穀物酢	1
	うすくちしょうゆ	1.5
	上白糖	0.8
	食塩	0.1
【だんご汁】		
	鶏モモ肉	5
	清酒(上撰)	0.3
	やせうま風平麺	10
	にんじん	5
	だいこん	15
	はくさい	20
	・板こんにゃく	8
	いりこ 未選別	1
	花かつお	1
	こいくちしょうゆ	1.5
	食塩	0.3
	・サラダ油(ペットボトル)	0.4

10月5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
【白身魚のムニエル】		
	ホキ	1
	食塩	0.1
	白ワイン	1
	薄力粉	4
	バター(有塩)	2.5
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3
【トマトソース】		
	無塩せきパヴァーコンスライス	8
	たまねぎ	15
	・ホルマト カット3kgパウチ	8
	にんじん	5
	・トマトケチャップ	5
	食塩	
	こしょう混合	
	ウスターソース	3
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3
【ABCスープ】		
	IQFホークウインナー3mm斜めスライス	8
	アルファベットマカロニ	6
	たまねぎ	18
	にんじん	5
	ホルコンカーネル(スーパーソフト)	7
	カットほうれん草	15
	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	1
	食塩	0.3
	こしょう混合	0.01
	白ワイン	1
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3

10月8日

[illegible]

10月9日

【献立名】	食品名	1人分量
【ピタパン】		
	ピタパン	1
【牛乳】		
	牛乳	1
【白身魚のが-リック揚げ】		
	白身魚角切り(たら)	50
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
	国産おろしにんにく	0.4
	白ワイン	1
	かたくり粉	3
	薄力粉	2
	・白絞油	6
【キャベツのサラダ】		
	キャベツ	18
	きゅうり	2
	・ライトサラダ油漬チンリ	12
	カットほうれん草	10
	冷凍枝豆むき身	6
	・ノンエッグマヨネーズタイプ	6
	穀物酢	0.5
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
【ラタトゥユ】		
	なす	15
	かぼちゃ	15
	ダイスカボチャ(20mm)	15
	たまねぎ	20
	にんじん	15
	青ピーマン	5
	赤パプリカ	5
	・ホルマト カット3kgパック	15
	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
	・トマトケチャップ	3
	食塩	0.3
	こいくちしょうゆ	0.3
	赤ワイン	0.3
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3

10月13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
【麻婆豆腐】		
	豚ひき肉	30
	便利とうふ サイコロ切	70
	たまねぎ	15
	ソテーオニオン	10
	たけのこ(水煮缶詰)	3
	椎茸国産細切スライス	0.5
	根深ねぎ	3
	国産おろしにんにく	0.3
	国産おろししょうが	0.3
	がらスープ(チキン)	3
	調合赤出みそ	4
	佐賀県産米味噌(佐賀県産)	2
	こいくちしょうゆ	2.5
	清酒(上撰)	1
	本みりん	0.6
	三温糖	0.3
	食塩	0.1
	・豆板醤	0.08
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3
	かたくり粉	1.5
	水	
【ビーフンスープ】		
	豚モモ	10
	むきえび(バラ)	8
	ビーフン	6
	にんじん	8
	たまねぎ	10
	冷凍チンゲンサイ	10
	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	1
	清酒(上撰)	0.6
	食塩	0.5
	こしょう混合	0.02
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3

10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
【鶏肉のごまみそ焼き】		
	鶏モモ肉	1
	ソテーオニオン	8
	ねぎ	5
	すりごま	0.5
	ごま(ねり)	1
	佐賀県産米味噌(佐賀県産)	2
	清酒(上撰)	1.5
	本みりん	2
	水	
【小松菜のおかかあえ】		
	国産小松菜カット	15
	にんじん	5
	キャベツ	16
	りよくとうもろし	15
	かつお節(碎片)	1
	上白糖	0.4
	うすくちしょうゆ	0.3
	こいくちしょうゆ	1
	本みりん	0.3
	食塩	0.1
【ほうれん草のすまし汁】		
	・細切り蒲鉾 天着IQF	8
	カットほうれん草	8
	鉄豆腐 Fe-1000(国産)	10
	たまねぎ	8
	冷凍ほぐしエノキ茸	5
	だし昆布	1
	花かつお	1
	うすくちしょうゆ	1.5
	清酒(上撰)	0.5
	食塩	0.2

10月15日

【献立名】	食品名	1人分量
【ジャンバラヤ】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
	IQFホークウイナー3mm斜めスライス	15
	鶏モモ肉	15
	たまねぎ	25
	にんじん	10
	赤パプリカ	3
	セロリ	0.5
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3
	がらスープ(チキン)	1
	ガーリックパウダー	0.1
	・カレー粉	0.15
	パプリカ(粉)	0.1
	トマトピューレ	5
	・トマトケチャップ	3
	中濃ソース(レストラン用)	1
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.03
【牛乳】		
	牛乳	1
【チキンスープ】		
	鶏モモ肉	30
	キャベツ	20
	たまねぎ	12
	にんじん	8
	じゃがいも	10
	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	0.8
	食塩	0.3
	こしょう混合	0.01
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3
【アメリカンミニドック】		
	弁当ミニドック	1
	・白絞油	3
	・トマトケチャップ	3
	中濃ソース(レストラン用)	1
	三温糖	0.2

10月16日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
【牛乳】		
	牛乳	1
【いわしの梅煮】		
	いわし梅煮	1
【もやしのじゃこ炒め】		
	りよくとうもやし	30
	えだまめ(冷凍)	15
	にんじん	8
	しらす干し(半乾燥品)	2.5
	・サラダ油(ペットボトル)	0.4
	ごま油	0.2
	こいくちしょうゆ	0.8
	食塩	0.3
【さつま汁】		
	鶏モモ肉	8
	さつまいも	20
	・板こんにゃく	8
	だいこん	10
	国産ささがきごぼう	5
	にんじん	5
	中ねぎ	3
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3
	花かつお	1
	いりこ 未選別	1
	合わせみそ	8

10月19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
【ハンバーグ デミグラスソース】		
	牛ひき肉	30
	豚ひき肉	25
	ソテーオニオン	15
	まめプラスM(ミンチ)	5
	パン粉	1
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
	赤ワイン	0.6
	マイルドデミグラスソース	5
	・トマトケチャップ	2
	ウスターソース	0.2
	こいくちしょうゆ	0.2
	三温糖	0.4
	かたくり粉	0.3
	水	8
【コーンポテト】		
	じゃがいも	55
	ホールコーンカーネル(スーパーサイズ)	10
	食塩	0.3
	こしょう混合	0.01
【野菜スープ】		
	無塩せきバラバースライス	5
	キャベツ	10
	たまねぎ	12
	にんじん	8
	カットほうれん草	8
	冷凍ほぐししめじ カット	5
	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

10月20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
【かつおフライ】		
	かつおフライ	1
	・白絞油	5
【ごぼうのソテー】		
	無塩せきロースハム短冊	8
	冷凍 千切ごぼう	20
	突きこんにゃく(黒)	15
	にんじん	8
	冷凍枝豆むき身	5
	こいくちしょうゆ	2
	すりごま	1
	清酒(上撰)	0.6
	本みりん	0.4
	三温糖	0.6
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3
【キャベツとベーコンのスープ】		
	無塩せきバラベーコンスライス	10
	キャベツ	15
	にんじん	5
	たまねぎ	20
	じゃがいも	30
	国産小松菜カット	5
	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
	食塩	0.4
	うすくちしょうゆ	0.5
	・サラダ油(ペットボトル)	0.4

10月21日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
【牛乳】		
	牛乳	1
【じゃがいものそぼろ煮】		
	鶏ひき肉	25
	国産おろししょうが	0.3
	じゃがいも	40
	絹厚揚げ	40
	たまねぎ	24
	にんじん	12
	冷凍枝豆むき身	6
	突きこんにゃく(黒)	12.5
	こいくちしょうゆ	2.5
	うすくちしょうゆ	1
	三温糖	0.5
	本みりん	0.5
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3
【れんこん金平】		
	カットさつま揚げ	3
	豚モモ	8
	スライスれんこん	25
	きくらげ(スライス)	0.8
	にんじん	8
	こいくちしょうゆ	1
	三温糖	0.5
	本みりん	0.5
	清酒(上撰)	0.5
	ごま油	0.3
	ごま(いり)	0.5
	すりごま	1.5

10月22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
【焼きぎょうざ】		
	ギョーザ25	2
	・サラダ油(ペットボトル)	1.5
【ちんげんさいの酢の物】		
	冷凍チンゲンサイ	20
	プチ半月スライス竹輪	5
	にんじん	8
	りよくとうもやし	15
	きゅうり	10
	穀物酢	1.5
	うすくちしょうゆ	1.5
	上白糖	0.5
	食塩	0.1
	すりごま	0.55
【春雨と卵のスープ】		
	鶏モモ肉	10
	凍結卵	20
	緑豆はるさめ	5
	たまねぎ	15
	りよくとうもやし	12
	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	0.7
	清酒(上撰)	1.5
	食塩	0.3
	こしょう混合	0.01
	かたくり粉	0.2
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3

10月23日

10月26日

10月27日

【献立名】	食品名	1人分量
【チキンボールカレー】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
	桜島どり肉団子(Ca・Fe)	40
	たまねぎ	30
	ソテーオニオン	12
	じゃがいも	40
	にんじん	12
	国産おろしにんにく	0.3
	国産おろししょうが	0.2
	カレールー(フレーク)	5
	給食用カレーフレーク	6
	北海道シュレッドチーズ	0.5
	・ホルトマト カット3kgパック	5
	・トマトケチャップ	2
	・カレー粉	0.2
	赤ワイン	1
	ウスターソース	0.8
	こいくちしょうゆ	0.4
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3
【牛乳】		
	牛乳	1
【ビーンズツナサラダ】		
	・ライトオイル漬チンリ	20
	国産ミックスビーンズ(大豆他)	10
	キャベツ	20
	きゅうり	8
	ホールコーン(スーパー・スイート)	5
	・ノンエッグマヨネーズタイプ	6
	うすくちしょうゆ	0.3
	穀物酢	0.2
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01

【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
【竹輪のカレー揚げ】		
	竹輪	0.5
	薄力粉	8
	清酒(上撰)	1
	カレー粉(辛くないカレーアロマ)	0.3
	黒ごま	0.4
	・白絞油	3
【ひじきの炒め煮】		
	鶏モモ肉	15
	国産カット油揚げ	2
	干ひじき	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	1.5
	うすくちしょうゆ	0.5
	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
【麴のすまし汁】		
	おわら麴	2
	冷凍ほぐしエノキ茸	5
	・いちよう切蒲鉾 スライス2.5	8
	魚そうめん	5
	カットわかめ	0.8
	だし昆布	1
	花かつお	1
	うすくちしょうゆ	2.5
	食塩	0.25
	清酒(上撰)	0.9

【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
【鯖の照り焼き】		
	さば	1
	国産おろししょうが	0.2
	国産おろしにんにく	0.1
	清酒(上撰)	0.3
	食塩	0.06
	こいくちしょうゆ	2
	うすくちしょうゆ	0.8
	本みりん	1.5
	三温糖	1
	かたくり粉	0.25
【もやしのドレッシング和え】		
	りよくとうもやし	25
	にんじん	8
	冷凍枝豆むき身	6
	きゅうり	15
	干ひじき	1.2
	すりごま	1
	笑顔でランチドレ 香りごま	6
【海苔入り麺のすまし汁】		
	海苔うどん	8
	・細切り蒲鉾 天着IQF	5
	たまねぎ	12
	冷凍ほぐしエノキ茸	5
	中ねぎ	3
	だし昆布	1
	かつお節(碎片)	1
	清酒(上撰)	1
	食塩	0.2
	うすくちしょうゆ	1.8

10月28日

10月29日

10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
【チリコンカン】		
	豚ひき肉	30
	国産大豆(クラッシュタイプ)	12
	たまねぎ	15
	ソテーオニオン	20
	冷凍大豆(県内産)	8
	・ミックスピーシーズ(カルパソングー他)	10
	じゃがいも	25
	にんじん	12
	・ホルムトカット3kgパック	6
	国産おろしにんにく	0.3
	・サラダ油(ペットボトル)	0.5
	・トマトケチャップ	12
	トマトソース	2
	三温糖	0.8
	ウスターソース	0.5
	赤ワイン	1.2
	こいくちしょうゆ	0.5
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3
【マカロニサラダ】		
	マカロニ(エルボ)	10
	無塩せきロースハム短冊	5
	キャベツ	18
	にんじん	5
	きゅうり	8
	ホールコーン(スーパースイート)	5
	青じそドレッシング	2
	・ノンエッグマヨネーズタイプ	3
	すりごま	0.5
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01

【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
【鮭の塩焼き】		
	さけ	1
	食塩	0.2
	ポッカレモン100	0.5
	清酒(上撰)	1
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3
【きんぴらごぼう】		
	豚モモ	5
	冷凍千切ごぼう	20
	にんじん	6
	冷凍枝豆むき身	3
	突きこんにやく(黒)	6
	ごま(いり)	1.5
	・サラダ油(ペットボトル)	0.5
	こいくちしょうゆ	1.5
	三温糖	0.3
	清酒(上撰)	0.5
	本みりん	0.5
	食塩	0.1
【冬野菜のみそ汁】		
	だいこん	15
	乱切れんこん	5
	さつまいも	25
	鉄豆腐 Fe-1000(国産)	15
	国産カット油揚げ	3
	中ねぎ	2
	いりこ 未選別	1
	佐賀県産米味噌(佐賀県産)	2
	調合赤出みそ	6

【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
【じゃが芋と厚揚げの煮物】		
	鶏モモ肉	40
	じゃがいも	40
	たまねぎ	25
	・板こんにやく	10
	にんじん	8
	絹厚揚げ	20
	新あさひこや豆腐1/20	2.5
	干し椎茸	0.5
	こいくちしょうゆ	3.5
	うすくちしょうゆ	2
	本みりん	1.8
	三温糖	1
	清酒(上撰)	1.5
	・サラダ油(ペットボトル)	0.3
【アーモンド和え】		
	カットほうれん草	25
	りょくとうもやし	20
	キャベツ	15
	にんじん	3
	アーモンド(ロースト・粉)	1.5
	アーモンド(ロースト・ダイス)	0.5
	こいくちしょうゆ	2
	三温糖	0.5
	食塩	0.1