

	東 側	(東)	共同調理場								(西)	西 側	
1 日 (金) 15日 金曜	牛 乳 ライスボールパン50g 温野菜(ブ・人) 和風ドレッシング 大根のスープ	焼							揚				牛 乳 青菜のひじき炒め みそ汁 (油・根菜・こんにやく)
			皮付きポテトのチーズ焼き						平方産米ごはん イカの南蛮ソースかけ				
		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗				
						炒め物							
		ポテト	温野菜		スープ	イカ		ごはん	汁				

	東 側	(東)	共同調理場				(西)	西 側	
4 日 (月)	牛 乳		振替休日					牛 乳	
日 火曜		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗
5 日 (火)	牛 乳 ツイストパン80g 春雨の炒め物 白菜とえのきたけのスープ	揚	魚のノルウェーソース				焼	牛 乳 上尾市産米ごはん 鶏肉の照り焼き	小松菜とワカメのごま酢(炒め) みそ汁(水・葱・麩) 彩の国納豆
6日 水曜		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗
		春雨 魚			スープ	ごま酢 鶏肉		ごはん	汁
6 日 (水)	牛 乳 温野菜(キャ・人) 辛子ドレッシング 福神漬	釜	平方産米ごはん カレー				揚	牛 乳 ツイストパン80g 春雨の炒め物 白菜とえのきたけのスープ	
7日 木曜		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗
		福神漬 ごはん	温野菜	カレー		春雨 魚			スープ
7 日 (木)	牛 乳 小松菜とワカメのごま酢(炒め) みそ汁(水・葱・麩) 彩の国納豆	焼	上尾市産米ごはん 鶏肉の照り焼き				釜	牛 乳 委託ごはん 温野菜(キャ・人) 辛子ドレッシング 福神漬	
5日 火曜		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗
		ごま酢 鶏肉		ごはん	汁	福神漬 ごはん	温野菜	カレー	
8 日 (金)	牛 乳 れんこんの炒め物 のらぼう菜のみそ汁	焼	【小中統一献立】 上尾市産米ごはん さば深谷ねぎ香り焼き				揚	牛 乳 はちみつパン80g ほうれん草とベーコンのソテー かぶのスープ	
11日 月曜		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗
		炒め物 さば		ごはん	汁	ソテー チキン			スープ

	東 側	共同調理場								西 側	
		(東)				(西)					
11 日 (月) 8日 金曜	牛 乳	揚					焼	【小中統一献立】			
	はちみつパン80g ほうれん草とベーコンのソテー かぶのスープ クラスソース	チキンカツ				上尾市産米ごはん さば深谷ねぎ香り焼き				牛 乳 れんこんの炒め物 のらぼう菜のみそ汁	
		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗		
		ソテー				炒め物					
		チキン			スープ	さば		ごはん	汁		
12 日 (火) 13日 水曜	牛 乳	釜					揚				
	春雨のスープ みかん	上尾市産米ごはん 大豆ミート入りマーボー豆腐				アップー緑茶揚げパン				牛 乳 ウインナーとコーンのソテー ニョッキのトマトスープ	
		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗		
		マーボー		ごはん	スープ	揚げパン	ソテー	スープ			
13 日 (水) 12日 火曜	牛 乳	揚	市内音楽会				焼	市内音楽会			
	ウインナーとコーンのソテー ニョッキのトマトスープ	アップー緑茶揚げパン				上尾市産米ごはん 大豆ミート入りマーボー豆腐				牛 乳 春雨のスープ みかん	
		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗		
		揚げパン	ソテー	スープ		マーボー		ごはん	スープ		
14 日 (木) 日曜	牛 乳	県民の日								牛 乳	
		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗		
15 日 (金) 1日 金曜	牛 乳	揚					焼				
	青菜のひじき炒め みそ汁 (油・根菜・こんにゃく)	上尾市産米ごはん イカの南蛮ソースかけ				皮付きポテトのチーズ焼き				牛 乳 ライスボールパン50g 温野菜(ブ・人) 和風ドレッシング 大根のスープ	
		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗		
		炒め物									
		イカ		ごはん	汁	ポテト	温野菜		スープ		

東側		共同調理場								西側			
		(東)				(西)							
18日 (月)	牛乳	焼	上尾市産米ごはん				揚	ヤンニョムポーク				牛乳	
	きんぴらごぼう みそ汁(玉・ほ・しめじ)		鶏肉の塩こうじ焼き									委託ごはん 野菜ソテー 豆腐と卵のスープ	
19日 火曜		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗				
		きんぴら 鶏肉			ごはん 汁	ソテー 鶏肉			ごはん スープ				
19日 (火)	牛乳	焼	ヤンニョムポーク				焼	上尾市産米ごはん				牛乳	
	委託ごはん 野菜ソテー 豆腐と卵のスープ							鶏肉の塩こうじ焼き				きんぴらごぼう みそ汁(玉・わ・しめじ)	
18日 月曜		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗				
		ソテー ポーク			ごはん スープ	きんぴら 鶏肉			ごはん 汁				
20日 (水)	牛乳	揚	揚げぎょうざ				焼	かて飯				牛乳	
	ホット中華麺 キムチみそラーメン スイートポテト							鯖の西京焼き				里芋のそぼろ煮 沢煮椀	
27日 水曜		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗				
		ポテト ぎょうざ			ラーメン	そぼろ煮 鯖			かて飯 汁				
21日 (木)	牛乳	揚	上尾市産米ごはん				釜	ボルシチ(豚)				牛乳	
	いんげんの炒め物 アッピー小松菜入りすいとん		魚の変わりソースかけ									バターコッペ80g 温野菜(も・に) 辛子ドレッシング すりおろしりんごゼリー	
22日 金曜		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗				
		炒め物 魚			ごはん すいとん	ボルシチ 温野菜							
22日 (金)	牛乳	釜	ボルシチ(豚)				揚	上尾市産米ごはん				牛乳	
	バターコッペ80g 温野菜(も・に) 辛子ドレッシング すりおろしりんごゼリー		魚の変わりソースかけ									いんげんの炒め物 アッピー小松菜入りすいとん	
21日 木曜		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗				
		ボルシチ 温野菜				炒め物 魚			ごはん すいとん				

		東側	共同調理場								西側	
		(東)									(西)	
25日 月曜	牛乳	揚	上尾市産米ごはん				焼	アリゾナチキン				牛乳
	豚肉と舞茸の炒め物 みそ汁(チン・玉) クラスソース		ゼリーフライ									黒パン80g もやしの炒め物 白菜スープ
		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗			
		炒め物				炒め物						
		フライ		ごはん	汁	チキン				スープ		
26日 火曜	牛乳	焼	上尾市産米ごはん				揚	アリゾナチキン				牛乳
	黒パン80g もやしの炒め物 白菜スープ		ゼリーフライ									豚肉と舞茸の炒め物 みそ汁(チン・玉) クラスソース
		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗			
		炒め物				炒め物						
		チキン			スープ	フライ		ごはん	汁			
27日 水曜	牛乳	焼	かて飯				揚	揚げぎょうざ				牛乳
	里芋のそぼろ煮 沢煮椀		鱈の西京焼き									ホット中華麺 キムチみそラーメン スイートポテト
		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗			
		炒め物				炒め物						
		そぼろ煮				ポテト						
		鱈		かて飯	汁	ぎょうざ		ラーメン				
28日 木曜	牛乳	揚	上尾市産米ごはん				焼	魚の和風マヨネーズ焼き				牛乳
	子どもパンスライス80g ブロッコリーのソテー ABCスープ パッケチャップ		メンチカツ									切り干し大根のスタミナ炒め 江戸菜のスープ
		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗			
		ソテー				炒め						
		メンチ			スープ	魚		ごはん	スープ			
29日 金曜	牛乳	焼	上尾市産米ごはん				揚	メンチカツ				牛乳
	切り干し大根のスタミナ炒め 江戸菜のスープ		魚の和風マヨネーズ焼き									子どもパンスライス80g ブロッコリーのソテー ABCスープ パッケチャップ
		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗			
		炒め				ソテー						
		魚		ごはん	スープ	メンチ			スープ			