（料理使用量より）

明細献立表

Ａコース
平成30年10月01日月曜日

料理名／食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米（70g）	80
精白米（80g）	80
精白米（90g）	80
精白米(強化米)	0.25
牛乳	
牛乳（200ml）（200ml）	206
クッパスープ	
炒め油(サラダ油)	0.5
豚もも(千切り)	20
合成清酒(料理酒)	1
キャベツ	20
人参	10
洗浄きくらげ	0.5
中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧ	2.5
食塩	1.48
混合こしょう	0.01
殺菌加工液卵	10
ねぎ	10
いりごま(白)	0.5
ごま油	0.8
春巻き	
春巻	40
油	2.8
三色ナムル	
こまつな	20
人参	10
もやし	30
ナムルドレッシング（クラス）	
ナムルドレッシング(ｸﾗｽ) (	5

Ａコース
平成30年10月02日火曜日

料理名／食品名	分量
子どもパン(乳)	
子どもパン　1個取り（40g	50
子どもパン　1個取り（50g	50
子どもパン　1個取り（60g	50
牛乳	
牛乳（200ml）（200ml）	206
オニオンスープ	
炒め油(サラダ油)	0.5
玉ねぎ	27
ソテーオニオン	5
コーン	10
食塩	0.85
混合こしょう	0.02
こいくちしょうゆ	1
コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	1.3
冷凍ほうれん草	10
ハンバーグデミソース	
ハンバーグ	60
オリーブ油	0.3
玉ねぎ	18
セロリー	1.5
デミグラスソース	10.6
三温糖	0.6
赤ワイン	0.7
トマトケチャップ	5.9
ウスターソース	3
水	5
ポテトのさっぱりサラダ	
じゃがいも	25
きゅうり（本庄）	10
キャベツ	20
たまねぎﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ(クラス)	
玉ねぎドレッシング(ｸﾗｽ) (	5

Ａコース
平成30年10月03日水曜日

料理名／食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米（70g）	80
精白米（80g）	80
精白米（90g）	80
精白米(強化米)	0.25
牛乳	
牛乳（200ml）（200ml）	206
水菜のすまし汁	
かつおだしパック	2
人参	10
冷凍豆腐ﾀﾞｲｽｶｯﾄ	20
こいくちしょうゆ	2
食塩	0.85
水菜（上里）	15
カットわかめ	0.5
ソイ丼の具	
ベーコン(短冊切り)	5
豚ひき肉	12
レバーそぼろﾚﾄﾙﾄ	3
人参	12
カレー粉	0.3
ゆで大豆(ドライパック)	15
国産大豆（クラッシュ）	10
カレールウ・日糧	2.2
水	7.5
こいくちしょうゆ	5
本みりん	3
合成清酒(料理酒)	3
三温糖	3.2
にら	2
小松菜サラダ	
人参	10
キャベツ	20
こまつな	20
香味塩ドレッシング(クラス)	
香味塩ドレッシング(ｸﾗｽ) (	5

Ａコース
平成30年10月04日木曜日

料理名／食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米（70g）	80
精白米（80g）	80
精白米（90g）	80
精白米(強化米)	0.25
牛乳	
牛乳（200ml）（200ml）	206
野菜椀	
かつおだしパック	2
人参	10
大根	20
ごぼう(洗い)	7
ねぎ	15
切りこんにゃく	15
冷凍カット油揚げ	5
麦みそ・ヤマキ	10
こいくちしょうゆ	0.6
ハムカツ	
プレスハム(ハムカツ用)	40
薄力粉 1等	5.8
水	8
パン粉	10
油	4
青菜とじゃこの炒め物	
ごま油	0.5
ちりめんじゃこ	3
コーン	5
キャベツ	10
冷凍こまつな	20
本みりん	1
こいくちしょうゆ	1.5

Ａコース
平成30年10月05日金曜日

料理名／食品名	分量
中華麺	
中華麺（70g）	80
中華麺（80g）	80
中華麺（90g）	80
牛乳	
牛乳（200ml）（200ml）	206
しょうゆラーメン	
炒め油(サラダ油)	0.5
豚もも(小間切れ)	15
おろししょうが	0.1
おろしにんにく	0.1
人参	10
もやし	17
ねぎ	15
中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧ	0.5
醤油ラーメンスープ・ｼｬﾝﾌ	8.6
食塩	0.4
混合こしょう	0.01
こいくちしょうゆ	5.8
にら	5
えびしゅうまい②	
えびシューマイ（18g）	36
フルーツ杏仁	
フルーツミックス	50
やわらか杏仁豆腐Fe	30

（料理使用量より）

明細献立表

Ａコース
平成30年10月09日火曜日

料理名／食品名	分量
フラワーロール	
フラワーロール (40g)	50
フラワーロール (50g)	50
フラワーロール (60g)	50
牛乳	
牛乳(200ml) (200ml)	206
クラムチャウダー	
炒め油(サラダ油)	0.3
ベーコン(短冊切り)	10
玉ねぎ	30
人参	10
冷凍あさり	15
キャベツ	20
白ワイン	2
コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	0.7
食塩	0.2
ローレル(粉末)	0.01
混合こしょう	0.02
シチューの素	13
調理用牛乳	15
鶏肉のマスタード焼き	
鶏もも切り身(皮付)	60
合成清酒(料理酒)	3
こいくちしょうゆ	2.6
オイスターソース	2.6
ごま油	0.6
マスタード(あらびき)	2.5
混合こしょう	0.02
花野菜サラダ	
冷凍ブロッコリー	30
冷凍カリフラワー	15
イタリアンドレッシング(クラス)	
イタリアンドレッシング(ｸﾗｽ	5

Ａコース
平成30年10月10日水曜日

料理名／食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米 (70g)	80
精白米 (80g)	80
精白米 (90g)	80
精白米(強化米)	0.25
牛乳	
牛乳(200ml) (200ml)	206
チンゲン菜と豆腐のスープ	
人参	10
玉ねぎ	20
コーン	5
スクール糸かまぼこ(ほぐし	10
冷凍豆腐ﾀﾞｲｽｶｯﾄ	20
食塩	0.6
混合こしょう	0.02
こいくちしょうゆ	1
中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧ	0.8
チンゲンサイ	20
揚げぎょうざ②	
餃子　(18g)	36
油	2.5
ビビンバごはんの具	
ごま油	0.45
豚ひき肉	27
合成清酒(料理酒)	0.8
おろししょうが	0.65
おろしにんにく	0.65
人参	6
ぜんまい水煮	5
はくさい キムチ	5.8
三温糖	2.6
こいくちしょうゆ	4.8
本みりん	1
豆板醤	0.06
冷凍ほうれん草	10
もやし	33
オイスターソース	0.7
いりごま(白)	1

Ａコース
平成30年10月11日木曜日

料理名／食品名	分量
茶飯	
精白米 (70g)	80
精白米 (80g)	80
精白米 (90g)	80
精白米(強化米)	0.25
茶めしの素	12
牛乳	
牛乳(200ml) (200ml)	206
なすと生揚げのみそ汁	
かつおだしパック	2
人参	5
なす	20
生揚げ	15
ねぎ	12
米みそ・中沢	5.5
麦みそ・ヤマキ	5.5
冷凍ほうれん草	12
五目厚焼き玉子	
五目厚焼きたまご	40
ひじきごはんの具	
炒め油(サラダ油)	0.5
鶏もも(小間切れ)	10
人参	5
ほしひじき	1.8
しらたき	5
三温糖	2.2
合成清酒(料理酒)	1
こいくちしょうゆ	2.9
本みりん	1.25
水	3
カットりんご	
カットりんご	40

Ａコース
平成30年10月12日金曜日

料理名／食品名	分量
地粉うどん	
地粉うどん (70g)	80
地粉うどん (80g)	80
地粉うどん (90g)	80
牛乳	
牛乳(200ml) (200ml)	206
カレーうどん	
炒め油(サラダ油)	0.5
豚もも(小間切れ)	10
人参	5
玉ねぎ	15
沖あみなると	7
冷凍ほうれん草	10
こいくちしょうゆ	7
本みりん	1.6
カレールウ・日糧	2
こくまろｶﾚｰﾌﾚｰｸﾌﾟﾛﾌﾞﾚﾝﾄ	8
でん粉(片栗粉)	2.2
顆粒和風だし・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	1
食塩	0.1
ししゃもフライ	
ししゃもフライ	30
油	1.4
海藻サラダ	
サラダこんにゃく	10
コーン	5
キャベツ	30
給食用海藻ミックス	0.5
カットわかめ	0.3
棒棒鶏ドレッシング(ｸﾗｽ)	
棒棒鶏ドレッシング(ｸﾗｽ)	5

Ａコース
平成30年10月15日月曜日

料理名／食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米 (70g)	80
精白米 (80g)	80
精白米 (90g)	80
精白米(強化米)	0.25
牛乳	
牛乳(200ml) (200ml)	206
けんちん汁	
炒め油(サラダ油)	0.5
人参	5
ごぼう(洗い)	6
大根	20
干ししいたけ スライス	0.5
切りこんにゃく	5
さといもスライス(チルド)	20
冷凍豆腐ﾀﾞｲｽｶｯﾄ	20
冷凍カット油揚げ	5
ねぎ	10
食塩	0.1
こいくちしょうゆ	6.2
顆粒和風だし・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	0.9
みそかつ	
鶏むね切り身(皮無)	40
薄力粉 1等	6
混合こしょう	0.04
水	10
パン粉	10
油	6
米みそ・中沢	5
こいくちしょうゆ	1.1
ウスターソース	3
三温糖	3
本みりん	0.2
合成清酒(料理酒)	0.15
顆粒和風だし・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	0.02
水	7
切干大根のサラダ	
切干大根	4
キャベツ	20
人参	7
和風ドレッシング(クラス)	
和風ドレッシング(ｸﾗｽ) 20	5

明細献立表

Ａコース
平成30年10月16日火曜日

料理名／食品名	分量
ツイストパン(乳)	
ツイストパン (40g)	50
ツイストパン (50g)	50
ツイストパン (60g)	50
牛乳	
牛乳（200ml）（200ml）	206
むぎのミネストローネ	
鶏むね(小間切れ)	7
ローレル(粉末)	0.01
おろしにんにく	0.3
玉ねぎ	20
人参	10
セロリー	2.5
トマトピューレー	4
トマト缶詰 ダイス	15
トマトケチャップ	3
三温糖	0.2
食塩	0.4
コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	1.4
混合こしょう	0.02
ゆでひよこまめ（ドライパッ	6
ゆで大豆(ドライパック)	4
むき枝豆　冷凍	4
おおむぎ精麦 押麦	5
チーズオムレツ	
チーズオムレツ	40
エリンギとほうれん草のソテー	
炒め油(サラダ油)	0.3
ベーコン(短冊切り)	10
カットエリンギ	15
冷凍ほうれん草	20
コーン	10
食塩	0.15
混合こしょう	0.01
コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	0.15

Ａコース
平成30年10月17日水曜日

料理名／食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米 (70g)	80
精白米 (80g)	80
精白米 (90g)	80
精白米(強化米)	0.25
牛乳	
牛乳（200ml）（200ml）	206
小松菜のすまし汁	
かつおだしパック	2
人参	10
冷凍豆腐ﾀﾞｲｽｶｯﾄ	20
こいくちしょうゆ	2
食塩	0.85
冷凍こまつな	20
カットえのき	7
メンチカツ	
メンチカツ	50
油	3.5
ツナじゃが	
炒め油(サラダ油)	0.5
シーチキンオイル無添加フレーク	16
合成清酒(料理酒)	0.4
人参	10
玉ねぎ	20
じゃがいも	55
顆粒和風だし・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	0.3
三温糖	2.88
こいくちしょうゆ	3
米みそ・中沢	2
冷凍カットいんげん	5
水	6

Ａコース
平成30年10月18日木曜日

料理名／食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米 (70g)	80
精白米 (80g)	80
精白米 (90g)	80
精白米(強化米)	0.25
牛乳	
牛乳（200ml）（200ml）	206
里芋のごま味噌汁	
かつおだしパック	2
人参	10
さといもスライス(チルド)	30
冷凍カット油揚げ	7
ねぎ	10
カットわかめ	0.3
麦みそ・ヤマキ	13
いりごま(白)	1
ほっけの塩焼き	
塩ほっけ	40
水菜のサラダ	
水菜（上里）	10
キャベツ	25
大根	15
たまねぎﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ(クラス)	
玉ねぎドレッシング(ｸﾗｽ) (	5

Ａコース
平成30年10月19日金曜日

料理名／食品名	分量
中華麺	
中華麺 (70g)	80
中華麺 (80g)	80
中華麺 (90g)	80
牛乳	
牛乳（200ml）（200ml）	206
ジャージャー麺	
炒め油(サラダ油)	1
おろししょうが	0.5
おろしにんにく	1
豚ひき肉	23
人参	20
玉ねぎ	38
干ししいたけ スライス	1
中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧ	1
三温糖	1.6
こいくちしょうゆ	6.2
本みりん	1.4
米みそ・中沢	8.9
甜麺醤	7.4
豆板醤	0.45
穀物酢	0.7
合成清酒(料理酒)	0.7
でん粉(片栗粉)	5
ウインナードッグ	
フランクソーセージ	30
ホットケーキミックス	10
水	10
油	3
中華野菜炒め	
炒め油(サラダ油)	0.3
ベーコン(短冊切り)	7.5
人参	5
玉ねぎ	7.5
コーン	5
キャベツ	25
ピーマン	3
中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧ	0.1
食塩	0.25
混合こしょう	0.01

Ａコース
平成30年10月22日月曜日

料理名／食品名	分量
麦ごはん	
精白米 (70g)	72
精白米 (80g)	72
精白米 (90g)	72
精白米(強化米)	0.25
大麦　麦ご飯用	8
牛乳	
牛乳（200ml）（200ml）	206
小江戸カレー	
炒め油(サラダ油)	0.8
豚もも(小間切れ)	25
赤ワイン	0.5
おろししょうが	0.4
おろしにんにく	0.4
玉ねぎ	25
人参	10
さつまいもいちょう切り	35
ソテーオニオン	6
チャツネ	1
アップルソース	2
中濃ソース	0.5
カレールウ・日糧	6
こくまろｶﾚｰﾌﾚｰｸﾌﾟﾛﾌﾞﾚﾝﾄ	11
冷凍ほうれん草	10
つくね①②　1～3年生1個　4～6年生2個	
加熱ﾚﾊﾞｰ入り白ごまつくね (20g)	20
グリーンサラダ	
キャベツ	20
冷凍ブロッコリー	25
きゅうり（本庄）	10
柑橘ドレッシング(クラス)	
かんきつドレッシング（クラ	5

明細献立表

Ａコース
平成30年10月23日火曜日

料理名／食品名	分量
ピタパン(ホブサ)	
ピタパン60g/80g (60g)	60
牛乳	
牛乳(200ml) (200ml)	206
野菜コンソメスープ	
ベーコン(短冊切り)	10
玉ねぎ	15
人参	10
じゃがいも	20
キャベツ	20
コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	1.3
食塩	0.7
混合こしょう	0.02
冷凍ほうれん草	5
タンドリーチキン	
鶏むね切り身(皮無)	60
カレー粉	0.6
おろしにんにく	0.1
トマトケチャップ	5.5
ウスターソース	2
食塩	0.3
混合こしょう	0.01
ﾉﾝｴｯｸﾞﾏﾖﾈｰｽﾞ(調理用)	8
ごぼうサラダ	
千切りごぼう(サラダ用)	25
人参	6
きゅうり(本庄)	8
ごまドレッシング(クラス)	
ごまドレッシング(ｸﾗｽ) (20	5
ヨーグルト	
ﾖｰｸﾞﾙﾄ・ｺｱｺｱﾌﾟﾗｽ (50g)	50

Ａコース
平成30年10月24日水曜日

料理名／食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米 (70g)	80
精白米 (80g)	80
精白米 (90g)	80
精白米(強化米)	0.25
牛乳	
牛乳(200ml) (200ml)	206
かきたま汁	
かつおだしパック	2
人参	10
玉ねぎ	15
カットえのき	10
冷凍豆腐ﾀﾞｲｽｶｯﾄ	15
合成清酒(料理酒)	0.2
こいくちしょうゆ	2.7
食塩	1.1
でん粉(片栗粉)	0.9
殺菌加工液卵	20
糸みつば	2
鯖の西京揚げ	
さば西京揚げ	40
油	2.5
筑前煮	
炒め油(サラダ油)	0.6
鶏もも(角切り)	15
合成清酒(料理酒)	0.7
乱切りごぼう	9
人参	15
三角こんにゃく	15
たけのこ水煮缶　一斗缶	7
干ししいたけ スライス	0.7
三温糖	2.5
本みりん	1
こいくちしょうゆ	4.8
さといも乱切り(チルド)	22
冷凍カットいんげん	5
顆粒和風だし・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	0.5
水	5

Ａコース
平成30年10月25日木曜日

料理名／食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米 (70g)	80
精白米 (80g)	80
精白米 (90g)	80
精白米(強化米)	0.25
牛乳	
牛乳(200ml) (200ml)	206
なめことベーコンのスープ	
ベーコン(短冊切り)	5
人参	7
コーン	10
なめこ	8
こまつな	15
中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧ	1.3
食塩	0.7
混合こしょう	0.01
にらまんじゅう①②	
にらまんじゅう (25g)	25
マーボー豆腐	
炒め油(サラダ油)	0.4
豚ひき肉	10
おろししょうが	0.1
おろしにんにく	0.1
人参	7
たけのこ水煮缶　一斗缶	5
干ししいたけ スライス	0.5
にら	2
ねぎ	5
中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧ	0.4
三温糖	0.7
こいくちしょうゆ	1.9
米みそ・中沢	2.5
豆板醤	0.2
水	16
冷凍豆腐ﾀﾞｲｽｶｯﾄ	40
でん粉(片栗粉)	0.6
ごま油	0.2
カットグレープフルーツ1/8	
カットグレープフルーツ 40	40

1～3年生1個　4～6年生2個

Ａコース
平成30年10月26日金曜日

料理名／食品名	分量
地粉うどん	
地粉うどん (70g)	80
地粉うどん (80g)	80
地粉うどん (90g)	80
牛乳	
牛乳(200ml) (200ml)	206
肉うどん	
炒め油(サラダ油)	0.5
豚もも(小間切れ)	20
おろししょうが	0.5
人参	8
沖あみなると	5
カットまいたけ	3
本みりん	1
こいくちしょうゆ	12
合成清酒(料理酒)	0.8
食塩	0.2
顆粒和風だし・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	0.5
ねぎ	8
にら	5
ちくわの磯辺揚げ	
焼ちくわ 1/4 25g	25
薄力粉 1等	6
でん粉(片栗粉)	0.4
あおのり	0.12
水	9.5
油	2.8
ごま和え	
人参	5
もやし	15
キャベツ	15
こまつな	10
いりごま(白)	3
こいくちしょうゆ	1.5
三温糖	0.8

Ａコース
平成30年10月29日月曜日

料理名／食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米 (70g)	80
精白米 (80g)	80
精白米 (90g)	80
精白米(強化米)	0.25
牛乳	
牛乳(200ml) (200ml)	206
ほうれん草のみそ汁	
かつおだしパック	2
人参	10
大根	20
カットえのき	10
冷凍ほうれん草	20
米みそ・中沢	5.5
麦みそ・ヤマキ	5.5
モウカの生姜焼き	
モウカ生姜醤油漬け	40
生揚げの煮物	
生揚げ	35
さつま揚げ(卵白抜)	12
三温糖	3
こいくちしょうゆ	4
顆粒和風だし・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	0.2
カレー粉	0.22
水	2.4
シークヮーサーゼリー	
シークヮ―サーゼリー	50

明細献立表

Ａコース
平成30年10月30日火曜日

料理名／食品名	分量
黒パン(乳)	
黒パン(1個取) (40g)	50
黒パン(1個取) (50g)	50
黒パン(1個取) (60g)	50
飲むヨーグルト	
飲むﾖｰｸﾞﾙﾄ (150ml)	150
パンプキンシチュー	
炒め油(サラダ油)	0.5
鶏むね(小間切れ)	10
玉ねぎ	20
人参	10
ダイスかぼちゃ	25
純パンプキン	25
コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	0.5
食塩	0.3
混合こしょう	0.02
シチューの素	13
調理用牛乳	20
ヘルシーローストチキン	
鶏むね切り身(皮無)	40
食塩	0.16
混合こしょう	0.01
赤ワイン	3.2
玉ねぎ	4
おろしにんにく	0.42
セロリー	0.8
こいくちしょうゆ	4.2
クルトンサラダ	
コーン	5
人参	5
キャベツ	40
クルトン	2
サウザンアイランドドレッシング(クラス)	
ｻｳｻﾞﾝｱｲﾗﾝﾄﾞﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ(ｸﾗ	5

Ａコース
平成30年10月31日水曜日

料理名／食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米 (70g)	80
精白米 (80g)	80
精白米 (90g)	80
精白米(強化米)	0.25
牛乳	
牛乳(200ml) (200ml)	206
里芋とえのきのみそ汁	
かつおだしパック	2
人参	8
カットえのき	10
さといもスライス(チルド)	20
米みそ・中沢	5.5
麦みそ・ヤマキ	5.5
冷凍こまつな	15
さんまのかば焼き	
さんま澱粉付(尾無し	40
油	2.8
三温糖	4
こいくちしょうゆ	5
合成清酒(料理酒)	1
本みりん	0.7
水	3
おろししょうが	0.7
切干大根の炒め煮	
炒め油(サラダ油)	0.3
人参	6
切干大根	4.5
冷凍あさり	5
合成清酒(料理酒)	0.5
冷凍カット油揚げ	7
三温糖	1.5
本みりん	0.5
こいくちしょうゆ	2.7
顆粒和風だし・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	0.06
水	4.5