明細献立表

Ａコース
平成３１年０２月０１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
広東麺	
ごま油	0.6
豚もも(小間切れ)	15
おろししょうが	0.5
合成清酒(料理酒)	1
人参	15
もやし	15
たけのこ水煮缶　ー斗缶	10
醤油ラーメンスープ・ｼｬﾝﾌ	10
こいくちしょうゆ	6.5
食塩	0.3
混合こしょう	0.02
チンゲンサイ	7
でん粉(片栗粉)	1.5
肉しゅうまい②	
豚肉しゅうまい（18g）	36
海藻サラダ	
サラダこんにゃく	10
コーン	3
キャベツ	30
給食用海藻ミックス	0.5
カットわかめ	0.3
ひじき	0.2
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３１年０２月０４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
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
ねぎ	10
米みそ・中沢	8
こいくちしょうゆ	2
いわしのかば焼き	
いわしの開き澱粉付き	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
切干大根のカレー炒め	
炒め油(サラダ油)	0.3
人参	6
切干大根	4.5
冷凍カット油揚げ	7
冷凍あさり	5
合成清酒(料理酒)	0.5
水	3.5
三温糖	1.5
本みりん	0.5
こいくちしょうゆ	2.7
カレー粉	0.2
福豆	
福豆	5

Ａコース
平成３１年０２月０５日火曜日

料理名／食品名	分量
コッペパン縦スライス(乳)	
コッペパン縦スライス（40g	50
コッペパン縦スライス（50g	50
コッペパン縦スライス（60g	50
牛乳	
牛乳（200ml）（200ml）	206
白菜のクリームスープ	
鶏もも(角切り)	8
玉ねぎ	20
人参	10
はくさい	30
冷凍あさり	7
白ワイン	2
食塩	0.6
コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	1
混合こしょう	0.02
調理用牛乳	20
シチューの素	10
パセリチップ	0.07
スティックハンバーグ	
FM　ホットドッグハンバー	50
オリーブ油	0.3
玉ねぎ	12
おろしにんにく	0.3
トマト缶詰 ダイス	13
トマトケチャップ	10
赤ワイン	0.6
三温糖	0.6
マスタード(あらびき)	1.4
ジャーマンポテト	
炒め油(サラダ油)	0.4
ベーコン(短冊切り)	9
コーン	5
じゃがいも	50
茹で塩	0.5
混合こしょう	0.01
食塩	0.2

Ａコース
平成３１年０２月０６日水曜日

料理名／食品名	分量
わかめごはん	
精白米（70g）	80
精白米（80g）	80
精白米（90g）	80
精白米(強化米)	0.25
わかめごはんの素	2.8
牛乳	
牛乳（200ml）（200ml）	206
長ねぎのみそ汁	
かつおだしパック	2
人参	5
冷凍カット油揚げ	7
ねぎ	20
冷凍ほうれん草	7
麦みそ・ヤマキ	5.5
米みそ・中沢	5.5
カレーコロッケ	
カレーポテトコロッケ	55
油	4.2
青菜とじゃこのお浸し	
揚げちりめん	3
人参	3
キャベツ	18
こまつな	25
ボトルしょうゆ	
ボトルしょうゆ	2.5

Ａコース
平成３１年０２月０７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
五目スープ	
ベーコン(短冊切り)	10
人参	10
干ししいたけ スライス	1
たけのこ水煮缶　ー斗缶	15
冷凍豆腐ﾀﾞｲｽｶｯﾄ	20
中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧ	1
食塩	0.7
こいくちしょうゆ	2
ねぎ	10
冷凍こまつな	10
でん粉(片栗粉)	0.8
わかさぎフリッター②	
わかさぎフリッター（11g）	22
油	1.54
豚キムチ	
ごま油	0.6
豚もも(小間切れ)	20
おろししょうが	0.4
おろしにんにく	0.4
合成清酒(料理酒)	1
玉ねぎ	20
はくさい	25
はくさい キムチ	15
三温糖	1
こいくちしょうゆ	0.6
冷凍にら（4cm）	5
いりごま(白)	0.4

明細献立表

Ａコース
平成３１年０２月０８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
きつねうどん	
かつおだしパック	2
豚もも(小間切れ)	12
人参	10
冷凍カット油揚げ	10
まいたけ	5
ねぎ	10
こいくちしょうゆ	12
食塩	0.25
本みりん	0.5
冷凍こまつな	12
黒糖蒸しパン	
蒸しパンミックス	17
プルーン 乾	2.8
赤ワイン	3
調理用牛乳	14.5
粉黒糖	7
殺菌凍結卵（ｲﾝｽﾀｴｯｸﾞ全	1.7
紙カップ（丸型）	1
彩り炒め	
炒め油(サラダ油)	0.4
ベーコン(短冊切り)	5
人参	10
玉ねぎ	12
キャベツ	40
ピーマン	7
食塩	0.17
混合こしょう	0.01
中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧ	1.1

Ａコース
平成３１年０２月１２日火曜日

料理名／食品名	分量
ライスボール(乳・卵)	
ライスボール (30g)	35
ライスボール (40g)	35
牛乳	
牛乳（200ml）（200ml）	206
ミネストローネ	
ベーコン(短冊切り)	5
セロリー	0.5
ローレル(粉末)	0.01
おろしにんにく	0.3
玉ねぎ	20
人参	10
じゃがいも	20
キャベツ	20
トマトピューレー	4
トマト缶詰 ダイス	14
トマトケチャップ	3
三温糖	0.3
食塩	0.5
コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	1
混合こしょう	0.02
マカロニ(シェル)	3
チキンマスタード焼き	
鶏もも切り身(皮付)	60
合成清酒(料理酒)	2.5
こいくちしょうゆ	2.2
オイスターソース	2.6
ごま油	0.5
マスタード(あらびき)	2.1
混合こしょう	0.02
ほうれん草のサラダ	
コーン	5
キャベツ	15
ほうれん草	20
きゅうり	10
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
いちごゼリー	
いちごゼリー	50

Ａコース
平成３１年０２月１３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
大根と生揚げのみそ汁	
かつおだしパック	2
人参	5
大根	30
冷凍あさり	7
生揚げ	12
ねぎ	10
米みそ・中沢	5.5
麦みそ・ヤマキ	5.5
こまつな	10
チーズはんぺんフライ	
チーズハンペンフライ	50
油	3.5
大豆の磯煮	
炒め油(サラダ油)	0.5
ひじき	1.3
人参	7
しらたき	13
干ししいたけ スライス	1
ゆで大豆(ドライパック)	15
三温糖	2.5
本みりん	1.8
こいくちしょうゆ	3.5
水	3

Ａコース
平成３１年０２月１４日木曜日

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
ポークカレー	
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	30
人参	10
じゃがいも	40
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
ハートのオムレツ	
星形プレーンオムレツ	25
ブロッコリーサラダ	
人参	3
地場産ブロッコリー(カット	40
サラダこんにゃく	10
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
ミルメーク（コーヒー）	
コーヒー牛乳の素 12.5g	12.5

Ａコース
平成３１年０２月１５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
塩ラーメン	
炒め油(サラダ油)	0.5
豚もも(小間切れ)	13
おろししょうが	0.3
おろしにんにく	0.3
人参	7
もやし	15
沖あみなると	8
コーン	10
ねぎ	7
塩ラーメンスープ・ｼｬﾝﾌｧﾝ	8
中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧ	0.5
食塩	0.5
混合こしょう	0.01
冷凍にら（4㎝）	5
揚げぎょうざ②	
餃子　(18g)	36
油	2.5
小松菜サラダ	
こまつな	20
キャベツ	20
人参	5
カットわかめ	0.2
シーチキンオイル無添加フ	8
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
カットいよかん	
カットいよかん	40

（料理使用量より）

明細献立表

Ａコース
平成３１年０２月１８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
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
ぶりの照り焼き	
ぶり照り焼き	40
じゃがいものそぼろ煮	
炒め油(サラダ油)	0.5
鶏ひき肉	15
合成清酒(料理酒)	0.7
玉ねぎ	15
じゃがいも	45
三温糖	1
本みりん	1
こいくちしょうゆ	3.3
冷凍カットいんげん	6
水	3.2

Ａコース
平成３１年０２月１９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
ポパイシチュー	
炒め油(サラダ油)	0.5
鶏もも(角切り)	20
玉ねぎ	30
人参	10
じゃがいも	30
ローレル(粉末)	0.01
食塩	0.6
混合こしょう	0.02
シチューの素	10
調理用牛乳	18
冷凍ほうれん草	10
大豆ナゲット②	
FM　大豆のナゲット	40
油	3
きゅうりサラダ	
コーン	5
地場産ブロッコリー(カット	15
きゅうり	35
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	5

Ａコース
平成３１年０２月２０日水曜日

料理名／食品名	分量
カレーピラフ	
精白米（70g）	80
精白米（80g）	80
精白米（90g）	80
精白米(強化米)	0.25
ドライカレーの素	9.6
飲むヨーグルト	
飲むﾖｰｸﾞﾙﾄ（150ml）	150
Nitte Englishスープ	
ベーコン(短冊切り)	10
玉ねぎ	20
人参	10
はくさい	25
マカロニ(ｱﾙﾌｧﾍﾞｯﾄ)	5.5
コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	1
食塩	0.9
混合こしょう	0.03
チキンチーズ焼き	
鶏むね切り身(皮無)	40
食塩	0.25
こいくちしょうゆ	0.7
混合こしょう	0.04
オリーブ油	2
おろしにんにく	0.03
とろけるチーズ	8
パン粉	1.5
紙カップ（丸型）	1
配缶時使用シート	1
スペシャルサラダ	
きゅうり	8
地場産ブロッコリー(カット	25
サラダこんにゃく	7
黄パプリカ（冷凍）	5
赤パプリカ（冷凍）	5
クルトン	2
柑橘ドレッシング(クラス)	
かんきつドレッシング（クラ	5

Ａコース
平成３１年０２月２１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
わかめスープ	
人参	12
もやし	20
ねぎ	10
中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧ	1.3
食塩	0.6
混合こしょう	0.02
合成清酒(料理酒)	1
こいくちしょうゆ	2
カットわかめ	0.5
五目パオズ①②	
五目包子(豆腐入り)	50
生揚げの中華煮	
炒め油(サラダ油)	0.55
豚もも(小間切れ)	15
おろししょうが	0.2
人参	10
干ししいたけ スライス	0.5
生揚げ	35
三温糖	1.7
こいくちしょうゆ	4.2
オイスターソース	0.55
キャベツ	30
でん粉(片栗粉)	1.1
ごま油	0.3

1～3年生1個　4～6年生2個

Ａコース
平成３１年０２月２２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
五目うどん	
かつおだしパック	2
豚もも(小間切れ)	12
人参	10
干ししいたけ スライス	0.5
沖あみなると	5
冷凍カット油揚げ	5
ねぎ	10
こいくちしょうゆ	13.5
本みりん	0.5
食塩	0.25
冷凍ほうれん草	12
大学芋②	
さつま芋乱切り 30g	60
油	4.2
三温糖	7
こいくちしょうゆ	1.5
黒ごま	0.4
でん粉(片栗粉)	0.75
水	6
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

（料理使用量より）

明細献立表

Ａコース
平成３１年０２月２５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
大根とあさりのみそ汁	
かつおだしパック	2
人参	5
大根	30
冷凍あさり	7
冷凍カット油揚げ	7
ねぎ	10
米みそ・中沢	5.5
麦みそ・ヤマキ	5.5
ひれかつ②	
豚ヒレ切り身（20g）	40
薄力粉 1等	7.5
混合こしょう	0.04
水	10
パン粉	10
油	7
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
パックソース5g	
パックソース(中濃)5g	5

Ａコース
平成３１年０２月２６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
牛乳	
牛乳（200ml）（200ml）	206
ポトフ	
豚もも(角切り)	30
人参	10
玉ねぎ	30
じゃがいも	60
キャベツ	30
ローレル(粉末)	0.01
コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	1.5
食塩	0.35
混合こしょう	0.03
グラタン（乳無し）	
FM　グラタン	40
ほうれん草とコーンのソテー	
オリーブ油	0.5
ベーコン(短冊切り)	5
コーン	12
ほうれん草	35
食塩	0.16
混合こしょう	0.01
コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	0.33

Ａコース
平成３１年０２月２７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	10
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	15
糸みつば	2
さわらのみそ風味焼き	
さわら切り身	40
食塩	0.08
混合こしょう	0.02
麦みそ・ヤマキ	1.7
ノンエッグマヨネーズ（調理	6.5
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
水	5

Ａコース
平成３１年０２月２８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
なめこ汁	
かつおだしパック	2
人参	10
ねぎ	10
なめこ	15
冷凍豆腐ﾀﾞｲｽｶｯﾄ	20
米みそ・中沢	10
冷凍ほうれん草	10
ソイ丼の具	
ベーコン(短冊切り)	6
豚ひき肉	14.4
レバーそぼろﾚﾄﾙﾄ	3.6
人参	14.4
カレー粉	0.36
ゆで大豆(ドライパック)	18
国産大豆（クラッシュ）	12
カレールウ・日糧	2.64
水	9
こいくちしょうゆ	6
本みりん	3.6
合成清酒(料理酒)	3.6
三温糖	3.84
しゅんぎく	6
ごぼうサラダ	
千切りごぼう（サラダ用）	25
人参	6
きゅうり	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