明細献立表

Ａコース
平成31年03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
ごまみそラーメン	
ごま油	0.5
豚ひき肉	20
おろししょうが	0.7
おろしにんにく	0.7
混合こしょう	0.02
人参	10
もやし	20
コーン	10
ねぎ	10
味噌ラーメンスープの素	6
米みそ・中沢	13
冷凍にら（4cm）	7
いりごま(白)	1
とうがらし	0.01
春巻き	
春巻	40
油	2.8
青菜とじゃこのサラダ	
揚げちりめん	3
人参	5
キャベツ	18
こまつな	25
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03月04日月曜日

料理名／食品名	分量
酢飯	
精白米（70g）	80
精白米（80g）	80
精白米（90g）	80
精白米(強化米)	0.25
酢飯の素	11.4
牛乳	
牛乳（200ml）（200ml）	206
菜の花のすまし汁	
かつおだしパック	3
人参	10
スクール糸かまぼこ(ほぐし	5
カットえのき	7
こいくちしょうゆ	3
食塩	0.9
冷凍菜の花	10
カットわかめ	0.5
イカスティック	
イカスティック	20
油	2.8
焼肉（手巻きの具）	
炒め油(サラダ油)	0.4
豚もも(小間切れ)	35
おろししょうが	0.4
おろしにんにく	0.3
合成清酒(料理酒)	0.25
三温糖	0.3
こいくちしょうゆ	1.6
玉ねぎ	25
人参	7
冷凍にら（4cm）	3
豆板醤	0.04
三温糖	0.3
こいくちしょうゆ	1.6
オイスターソース	1
スティック納豆	
彩の国　スティック納豆	20
焼きのり	
手巻きのり1/4 ５枚	5
ひなあられ	
ひなあられ（10g）	10

Ａコース
平成31年03月05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
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
じゃがいも	40
冷凍あさり	15
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
パセリチップ	0.03
ハンバーグトマトソース	
ハンバーグ	60
オリーブ油	0.25
玉ねぎ	13
おろしにんにく	0.24
トマト缶詰 ダイス	13
デミグラスソース	4
トマトケチャップ	5
赤ワイン	0.6
三温糖	0.26
花野菜サラダ	
冷凍ブロッコリー	30
冷凍カリフラワー	15
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03月06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	15
ねぎ	10
米みそ・中沢	5.5
麦みそ・ヤマキ	5.5
冷凍ほうれん草	10
コロッケ	
野菜コロッケ	50
油	3.5
彩り豚丼の具	
炒め油(サラダ油)	0.4
豚もも(小間切れ)	40
おろししょうが	0.5
合成清酒(料理酒)	2
こいくちしょうゆ	2
玉ねぎ	25
人参	10
ごぼう(洗い)	10
しらたき	15
三温糖	3.8
こいくちしょうゆ	6
冷凍グリンピース	4
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03月07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
チキンカレー	
炒め油(サラダ油)	0.5
鶏もも(小間切れ)	25
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
給食用ｶﾚｰﾌﾚｰｸ(ﾊｳｽ)	6
こくまろｶﾚｰﾌﾚｰｸﾌﾟﾛﾌﾞﾚﾝﾄ	11
オムレツ	
プレーンオムレツ	40
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
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

明細献立表

Ａコース
平成31年03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
肉うどん	
かつおだしパック	2.6
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
ねぎ	8
冷凍にら(4㎝)	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
上州きんぴら	
炒め油(サラダ油)	0.5
千切りごぼう	23
人参	10
切りこんにゃく	7
三温糖	1.8
本みりん	0.7
こいくちしょうゆ	3
冷凍カットいんげん	3
いりごま(白)	0.5
とうがらし	0.01
ごま油	0.2
カットデコポン	
カットデコポン	40

Ａコース
平成31年03月11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
飲むヨーグルト	
飲むﾖｰｸﾞﾙﾄ (150ml)	150
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	15
カットわかめ	0.5
もうかのカレー竜田	
もうかのカレー竜田	40
油	4
すき昆布の炒め煮	
炒め油(サラダ油)	0.5
人参	7
干ししいたけ スライス	0.8
冷凍カット油揚げ	5
焼ちくわ	7
三温糖	1.5
こいくちしょうゆ	3.1
本みりん	1.3
すき昆布	1.5
水	2.5

Ａコース
平成31年03月12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
ABCスープ	
ベーコン(短冊切り)	10
玉ねぎ	20
人参	10
キャベツ	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	0.02
ハーブチキン	
鶏もも切り身(皮無)	50
食塩	0.35
混合こしょう	0.02
オリーブ油	1
おろしにんにく	0.4
トマトケチャップ	4.5
マスタード(あらびき)	0.4
バジル(乾燥)チップ	0.07
オレガノ 乾燥 みじん切り	0.08
パセリチップ	0.01
チーズ入り小松菜サラダ	
人参	10
キャベツ	18
こまつな	18
サイコロチーズ	5
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
アセロラゼリー	
アセロラゼリーFe	50

Ａコース
平成31年03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
中華スープ	
人参	12
コーン	7
ねぎ	12
中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧ	1.8
食塩	0.45
合成清酒(料理酒)	1
こいくちしょうゆ	0.4
混合こしょう	0.01
チンゲンサイ	18
たこナゲット②	
たこナゲット	40
油	2.8
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31年03月14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
キャベツのみそ汁	
かつおだしパック	2
人参	10
冷凍あさり	5
冷凍カット油揚げ	5
カットわかめ	0.5
キャベツ	25
麦みそ・ヤマキ	5.5
米みそ・中沢	5.5
冷凍ほうれん草	10
さばの塩焼き	
塩さば切り身	40
じゃが芋の磯煮	
炒め油(サラダ油)	0.5
豚もも(小間切れ)	13
人参	10
玉ねぎ	13
ひじき	1.5
切りこんにゃく	10
じゃがいも	35
水	12
三温糖	2.5
合成清酒(料理酒)	0.4
こいくちしょうゆ	4
冷凍カットいんげん	3.2

明細献立表

Ａコース
平成31年03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
あさり塩ラーメン	
炒め油(サラダ油)	0.5
おろししょうが	0.3
おろしにんにく	0.3
人参	10
もやし	20
沖あみなると	7
冷凍あさり	17
ねぎ	10
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
にらまんじゅう①②	
にらまんじゅう（25g）	25
こんにゃくサラダ	
キャベツ	35
コーン	5
ほうれん草入りこんにゃく	10
人参入りこんにゃく	5
中華ドレッシング（ｸﾗｽ）	
中華ドレッシング(クラス)	5

1～3年生　1個
4～6年生　2個

Ａコース
平成31年03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
おふくろ汁	
かつおだしパック	2
人参	10
ねぎ	20
なめこ	10
冷凍豆腐ﾀﾞｲｽｶｯﾄ	20
米みそ・中沢	10
五目厚焼き玉子	
五目厚焼きたまご	40
かてめしの具	
炒め油(サラダ油)	0.5
鶏もも(小間切れ)	10
合成清酒(料理酒)	0.3
ごぼう(洗い)	15
人参	10
干ししいたけ スライス	0.7
切りこんにゃく	10
冷凍カット油揚げ	10
焼ちくわ	5
三温糖	2
本みりん	1
こいくちしょうゆ	4.5
水	0.3

Ａコース
平成31年03月19日火曜日

料理名／食品名	分量
バターロール(乳・卵)	
バターロール（40g）	50
バターロール（50g）	50
バターロール（60g）	50
牛乳	
牛乳（200ml）（200ml）	206
お豆のミネストローネ	
ベーコン(短冊切り)	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
じゃがいも	20
キャベツ	15
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	0.3
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
10種ミックス(豆と穀物)	8
マカロニ(シェル)	3
サーモンのバジル焼き	
さけ切り身	40
食塩	0.3
白ワイン	2.5
こいくちしょうゆ	1
オリーブ油	1.5
バジル(乾燥)チップ	0.1
混合こしょう	0.02
グリーンサラダ	
キャベツ	20
冷凍ブロッコリー	25
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03月20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
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
揚げえびしゅうまい②	
えびシューマイ	36
油	2.52
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
冷凍にら（4cm）	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
お祝いデザート	
お米のお祝いケーキ 35g	35

Ａコース
平成31年03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
沢煮椀	
かつおだしパック	2
豚もも(千切り)	10
千切りごぼう	10
人参	10
大根	10
干ししいたけ スライス	1
たけのこ水煮缶　一斗缶	10
スクール糸かまぼこ(ほぐし	10
合成清酒(料理酒)	1
こいくちしょうゆ	1.5
食塩	1
糸みつば	1
鶏肉の照り焼き	
鶏もも切り身(皮付)	60
おろししょうが	0.3
こいくちしょうゆ	6
本みりん	1
合成清酒(料理酒)	1
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	7
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
水	4.5