

A コース
令和 2 年 2 月 3 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
かつおだしパック	2
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
冷凍豆腐ダイスカット	25
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	0.8
ひじきの彩り炒め	
ベーコン(短冊切り)	5
人参	8
ひじき	1
しらたき	12
むき枝豆 冷凍	7
本みりん	1.5
三温糖	1.8
こいくちしょうゆ	3.6
水	5
福豆	
福豆	5

A コース
令和 2 年 2 月 4 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
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	0.05
鶏肉のマスタードソース焼き	
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
ほうれん草のサラダ	
人参	5
キャベツ	15
ほうれん草	20
きゅうり	5
シーチキンオイル無添加チャンク	8
たまねぎドレッシング(クラス)	
玉ねぎドレッシング(クラス)	5

A コース
令和 2 年 2 月 5 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
あさりと豆腐のみそ汁	
かつおだしパック	2
人参	15
カットえのき	10
冷凍あさり	15
冷凍豆腐ダイスカット	20
ねぎ	15
冷凍こまつな	15
米みそ・中沢	5.5
麦みそ・ヤマキ	5.5
野菜コロッケ	
野菜コロッケ	60
油	4.2
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
冷凍グリーンピース	4

A コース
令和 2 年 2 月 6 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
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
冷凍豆腐ダイスカット	20
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
鮭のペロリ焼き	
さけ切り身	40
おろししょうが	0.3
こいくちしょうゆ	0.5
合成清酒(料理酒)	4.5
麦みそ・ヤマキ	5
三温糖	1
ごま和え	
人参	8
キャベツ	25
こまつな	20
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
令和 2 年 2 月 7 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
かつおだしパック	2
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	7
カットまいたけ	5
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	10
冷凍にら	5
みそポテト②	
乱切りじゃがいも	40
薄力粉 1 等	7.8
でん粉(片栗粉)	0.4
食塩	0.08
水	9.7
油	2.4
麦みそ・ヤマキ	4
本みりん	3
三温糖	4.8
でん粉(片栗粉)	0.4
水	7
まめまめサラダ	
むき枝豆 冷凍	6
ゆで大豆(ドライパック)	6
ゆで金時豆(ドライパック)	2
人参	5
キャベツ	25
ごまドレッシング(クラス)	
ごまドレッシング(クラス) (20	5
いちごゼリー	
国産いちごゼリー	50

明細献立表

A コース
令和 2 年 2 月 10 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
わかめスープ	
炒め油(サラダ油)	0.3
鶏むね(小間切れ)	10
人参	10
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
こいくちしょうゆ	2
カットわかめ	0.5
チンゲンサイ	10
春巻き	
春巻き	40
油	2.8
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	7
干しいたけ 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	25
でん粉(片栗粉)	1.1
ごま油	0.3

A コース
令和 2 年 2 月 12 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
飲むヨーグルト	
飲むヨーグルト/アジトミルクPLU	150
ポークカレー	
炒め油(サラダ油)	0.8
豚もも(小間切れ)	18
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
給食用カレーフレーク(ハウス)	14.5
こくまろカレーフレーク(プロブレ	6
ハートのオムレツ	
ハート形プレーンオムレツ	25
青菜とじゃこのサラダ	
揚げちりめん	4
コーン	5
キャベツ	25
こまつな	25
和風ドレッシング(クラス)	
和風ドレッシング(クラス)	5

A コース
令和 2 年 2 月 13 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
冷凍豆腐ダイスカット	20
米みそ・中沢	10
冷凍ほうれん草	10
白身魚の南蛮漬け	
タラ澱粉付き	40
油	3.5
おろししょうが	0.5
三温糖	2.8
こいくちしょうゆ	3.5
穀物酢	3.5
ねぎ	5.5
とうがらし	0.01
水	10
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
水	4.5

A コース
令和 2 年 2 月 14 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	15
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	8.6
食塩	0.4
混合こしょう	0.01
こいくちしょうゆ	5.8
冷凍にら	5
ウインナードッグ	
フランクソーセージ(30g)	30
ホットケーキミックス	10
水	10
油	3
小松菜サラダ	
人参	10
キャベツ	25
こまつな	25
中華ドレッシング(クラス)	
中華ドレッシング(クラス)	5
カットいよかん	
カットいよかん	40

A コース
令和 2 年 2 月 17 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
小松菜のみそ汁	
かつおだしパック	2
人参	10
大根	20
カットえのき	10
冷凍カット油揚げ	10
こまつな	10
米みそ・中沢	5.5
麦みそ・ヤマキ	5.5
ぶりの照り焼き	
ぶり照り焼き	40
里芋のそぼろ煮	
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	13
さといも乱切り(チルド)	65
三温糖	2.8
こいくちしょうゆ	5
水	1.5
冷凍カットいんげん	1
でん粉(片栗粉)	0.5

Aコース
令和 2年 2月25日火曜日

料理名／食品名	分量
子どもパンスライス(乳)	
子供パンスライス (40g)	5
子供パンスライス (50g)	5
子供パンスライス (60g)	5
牛乳	
牛乳 (200ml) (200ml)	20
ABCスープ	
ベーコン(短冊切り)	
玉ねぎ	1
人参	
じゃがいも	1
キャベツ	2
マカロニ(アルファベット)	5
コンソメ・ヘルシーファーム	
食塩	0
混合こしょう	0.0
鶏のたれカツ	
鶏むね切り身(皮無)	4
薄力粉 1等	7
混合こしょう	0.0
水	1
パン粉	1
油	
こいくちしょうゆ	
三温糖	
本みりん	1
水	
グリーンサラダ	
キャベツ	3
ほうれん草	1
きゅうり	1
柑橘ドレッシング(クラス)	
かんきつドレッシング(クラ	
ヨーグルト	
ソフール 元気ヨーグルト	7

明細献立表

A コース
令和 2年 2月26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
ハンバーグ和風ソース	
ハンバーグ	60
水	3
ソテーオニオン	15
大根	10
おろししょうが	0.1
三温糖	1
こいくちしょうゆ	4.5
穀物酢	2.3
本みりん	1.5
でん粉(片栗粉)	1
花野菜サラダ	
冷凍ブロッコリー	30
地場産カリフラワー(カット)	20
ごまドレッシング(クラス)	
ごまドレッシング(クラス) (20	5

A コース
令和 2年 2月27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
炒め油(サラダ油)	1
人参	10
大根	20
ごぼう(洗い)	7
ねぎ	15
冷凍豆腐(アイスカット)	20
麦みそ・ヤマキ	10
こいくちしょうゆ	0.6
冷凍こまつな	10
五目厚焼き玉子	
五目厚焼きたまご	40
じゃが芋のカレー煮	
炒め油(サラダ油)	0.3
豚もも(小間切れ)	12
合成清酒(料理酒)	0.3
人参	10
玉ねぎ	15
切りこんにゃく	15
じゃがいも	35
水	12
三温糖	1
本みりん	0.6
こいくちしょうゆ	3.5
カレー粉	0.25
冷凍グリーンピース	1

A コース
令和 2年 2月28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
にら	7
いりごま(白)	1
とうがらし	0.01
揚げぎょうざ②	
ぎょうざ(18g)	36
油	2.5
パプリカサラダ	
キャベツ	35
ほうれん草	20
赤パプリカ(冷凍)	3
黄パプリカ(冷凍)	3
柑橘ドレッシング(クラス)	
かんきつドレッシング(クラ	5