明細献立表

Ａコース
令和 3年 1月 6日水曜日

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
もち麦　麦ごはん用	8
牛乳	
牛乳（200ml）（200ml）	206
ハヤシライス	
炒め油(サラダ油)	0.5
豚もも(小間切れ)	20
ローレル(粉末)	0.01
赤ワイン	1
玉ねぎ	25
人参	10
じゃがいも	40
冷凍グリンピース	2
ウスターソース	2
混合こしょう	0.02
三温糖	0.3
ハヤシルウ(日糧)	16
ハヤシフレーク（ハウス）	4.8
わかさぎフリッター②	
わかさぎフリッター（11g）	22
油	1.54
れんこんツナサラダ	
れんこん	30
キャベツ	20
きゅうり	7
シーチキンオイル無添加	5
フレンチドレッシング(クラス)	
フレンチドレッシング(ｸﾗｽ)	8

Ａコース
令和 3年 1月 7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
お芋のごまみそ汁	
かつおだしパック	2
人参	7
冷凍カット油揚げ	7
さといもスライス(チルド)	30
さつまいも	30
麦みそ・ヤマキ	5.6
米みそ・中沢	5.6
冷凍こまつな	10
いりごま(白)	1
ハンバーグ和風ソース	
ハンバーグ・ヤヨイ（60g）	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
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
令和 3年 1月 8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
かき玉うどん	
かつおだしパック	2
鶏もも(小間切れ)	15
人参	12
干ししいたけ スライス	0.5
沖あみなると	5
ねぎ	12
こいくちしょうゆ	13.5
本みりん	0.5
食塩	0.25
でん粉(片栗粉)	0.9
殺菌加工液卵	20
冷凍ほうれんそう	12
ゼリーフライ	
ゼリーフライ 50g	50
油	3.5
ウスターソース	2.5
中濃ソース	2.5
本みりん	2.5
水	1.85
白菜とハムのサラダ	
はくさい	43
人参	5
きゅうり	7
ハム（短冊切り）	10
和風ドレッシング(クラス)	
野菜いっぱいﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和	5

Ａコース
令和 3年 1月12日火曜日

料理名／食品名	分量
ソフトフランスパン	
ソフトフランスパン（40g）	45
ソフトフランスパン（50g）	45
牛乳	
牛乳（200ml）（200ml）	206
白菜のクリームスープ	
鶏むね(小間切れ)	15
玉ねぎ	20
人参	10
じゃがいも	20
コーン	10
はくさい	30
冷凍あさり	10
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	0.7
ほうれん草ﾁｰｽﾞｵﾑﾚﾂ	
国産ほうれん草ﾁｰｽﾞｵﾑﾚ	40
きゅうりサラダ	
サラダこんにゃく	10
冷凍ブロッコリー	20
きゅうり	30
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
チョコクリーム	
チョコレートパテ 15g　チョ	15

Ａコース
令和 3年 1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
五目スープ	
ベーコン(短冊切り)	5
人参	10
カットしめじ	4
たけのこ千切りﾚﾄﾙﾄ	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	7
チンゲンサイ	12
でん粉(片栗粉)	0.8
春巻き	
春巻き・鉄腕（40g）	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
カットしめじ	4
生揚げ（マック食品）	35
三温糖	1.2
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
カットいよかん	
カットいよかん 40g	40

明細献立表

Ａコース
令和 3年 1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
上里小松菜のみそ汁	
かつおだしパック	2
人参	10
カットえのき	10
こまつな	15
生揚げ	12
米みそ・中沢	5.5
麦みそ・ヤマキ	5.5
かんぱちの照り焼き	
かんぱちの照り焼き 50g	50
肉じゃが	
炒め油(サラダ油)	0.7
豚もも(小間切れ)	23
合成清酒(料理酒)	0.4
人参	7
玉ねぎ	18
じゃがいも	53
切りこんにゃく	18
三温糖	2.8
こいくちしょうゆ	5.4
冷凍カットいんげん	2
水	6

Ａコース
令和 3年 1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
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	10
醤油ラーメンスープ・ｼｬﾝﾂ	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	10
でん粉(片栗粉)	1.5
彩の国黒豚ねぎ塩まんじゅう①②	
彩の国黒豚ねぎ塩まんじ	50
フルーツヨーグルト和え	
フルーツミックス	70
プレーンヨーグルト(調理用	20

1～3年 1個
4～6年 2個

Ａコース
令和 3年 1月18日月曜日

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
飲むヨーグルト	
飲むﾖｰｸﾞﾙﾄ/ｱｼﾄﾞﾐﾙｸPLU	150
おでん煮込み	
角切昆布	2
人参	15
大根	18
じゃがいも	23
三角こんにゃく	14
たこボール	13
がんもどき	5
焼ちくわ	15
合成清酒(料理酒)	0.9
三温糖	0.15
こいくちしょうゆ	2.8
本みりん	0.35
食塩	0.2
かつおだしパック	2
和風スコッチエッグ①②	
和風スコッチエッグ	80
ごま和え	
人参	5
もやし	15
キャベツ	10
ほうれん草	15
いりごま(白)	3
1.8ボトルしょうゆ	1.5
三温糖 1kg	0.8

1～3年 1個
4～6年 2個

Ａコース
令和 3年 1月19日火曜日

料理名／食品名	分量
はちみつパン(乳)	
はちみつパン（40g）	50
はちみつパン（50g）	50
はちみつパン（60g）	50
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
深谷ねぎメンチカツ	
深谷ねぎメンチカツ 40g	40
油	2.7
和風ツナパスタ	
オリーブ油	0.4
おろしにんにく	0.2
豆板醤	0.05
シーチキンオイル無添加	15
冷凍こまつな	12
人参	7
カットエリンギ	7
スパゲティ(ハーフ)	15
炒め油(サラダ油)	0.25
茹で塩	0.25
コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	0.4
こいくちしょうゆ	2
食塩	0.1
混合こしょう	0.01
パックソース5g	
パックソース(中濃)5g	5

Ａコース
令和 3年 1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
だまこ汁	
炒め油(サラダ油)	0.5
鶏もも(小間切れ)	10
合成清酒(料理酒)	2
人参	5
ごぼう(洗い)	5
ねぎ	5
切りこんにゃく	10
だまこ餅	30
こまつな	10
米みそ・中沢	5.2
麦みそ・ヤマキ	5.2
かつおだしパック	2
鯖の香味焼き	
さば切り身 40g	40
玉ねぎ	8
おろしにんにく	0.3
三温糖	1.5
こいくちしょうゆ	2.4
穀物酢	0.9
すりごま(白)	2
ひじきのそぼろ煮	
炒め油(サラダ油)	0.4
おろししょうが	0.4
鶏ひき肉	15
ひじき	1.2
人参	15
むき枝豆　冷凍	2
こいくちしょうゆ	2.32
本みりん	0.8
三温糖	1.5
合成清酒(料理酒)	0.4
水	4.6
みかんゼリー	
国産みかんゼリー	40

明細献立表

Ａコース
令和 3年 1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
冬野菜カレー	
炒め油(サラダ油)	0.5
豚もも(小間切れ)	15
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	20
人参	10
じゃがいも	25
冷凍カリフラワー	15
ごぼう(洗い)	10
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)	10
こくまろｶﾚｰﾌﾚｰｸﾌﾟﾛﾌﾞﾚﾝ	7
かりかり大豆	
国産炒り大豆	10
揚げちりめん	3
三温糖	2.7
こいくちしょうゆ	1.2
合成清酒(料理酒)	0.3
炒め油(サラダ油)	0.5
秩父こんにゃくサラダ	
ほうれん草入りこんにゃく	10
人参入りこんにゃく	7
コーン	5
キャベツ	35
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
令和 3年 1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)	70
地粉うどん (80g)	70
地粉うどん (90g)	70
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)	15
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	10
たまごドーナツ	
たまごドーナツ (40g)	40
油	4
上里小松菜サラダ	
人参	5
キャベツ	20
こまつな	20
コーン	7
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

Ａコース
令和 3年 1月25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
すまし汁	
かつおだしパック	3
人参	10
梅ちらしかまぼこ	5
雪だるまちらしかまぼこ	3.8
カットえのき	7
こいくちしょうゆ	3
本みりん	0.5
食塩	0.9
糸みつば	2
カットわかめ	0.5
厚焼き玉子	
五目厚焼きたまご (40g)	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	1.3
本みりん	1
こいくちしょうゆ	4.5
コアコアヨーグルト	
ﾖｰｸﾞﾙﾄ・ｺｱｺｱﾌﾟﾗｽ (50g)	50

Ａコース
令和 3年 1月26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
本庄つみっこ	
かつおだしパック	2
豚もも(小間切れ)	15
人参	5
大根	10
ごぼう(洗い)	5
干ししいたけ スライス	0.6
ねぎ	5
冷凍すいとん	38
こいくちしょうゆ	7
冷凍こまつな	10
豆腐バーグ	
豆腐ハンバーグ　FM (50	50
こいくちしょうゆ	1.1
三温糖	1.6
水	5.8
でん粉(片栗粉)	0.33
地場産花野菜サラダ	
地場産ブロッコリー	30
地場産カリフラワー	15
きゅうり	10
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 3年 1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
わかめスープ	
人参	10
ねぎ	10
冷凍豆腐ﾀﾞｲｽｶｯﾄ	15
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	15
油淋鶏（ﾕｰﾘﾝﾁｰ）②	
鶏むね切り身(皮付)25/30	50
こいくちしょうゆ	0.6
合成清酒(料理酒)	1.25
でん粉(片栗粉)	9.5
油	3.5
ごま油	0.3
ねぎ	6.25
こいくちしょうゆ	3.75
三温糖	0.63
穀物酢	3.12
おろししょうが	0.3
中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧ	0.06
水	3.75
ほうれん草ともやしのナムル	
人参	5
もやし	25
ほうれん草	20
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
いちごゼリー	
ストロベリーフレッシュ (50	50

明細献立表

Ａコース
令和 3年 1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
上里おふくろ汁	
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
さけのペロリ焼き	
さけ切り身　40g/50g（40g	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
大根と鶏肉の煮物	
炒め油(サラダ油)	0.25
鶏もも(小間切れ)	30
合成清酒(料理酒)	1
おろししょうが	1
人参	5
大根	50
三温糖	2
本みりん	2
こいくちしょうゆ	4.8
でん粉(片栗粉)	0.4

Ａコース
令和 3年 1月29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	
冷凍餃子/OKｷﾞｮｰｻﾞ（18g	36
油	2.5
春雨サラダ	
カット緑豆はるさめ（サラダ	4
人参	7
キャベツ	30
きゅうり	7
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