（料理使用量より）

明細献立表

Ｂコース
平成30年11月01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
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

Ｂコース
平成30年11月02日金曜日

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	
ベーコン(短冊切り)	7
人参	10
ねぎ	10
中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧ	1.7
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	10
カットはるさめ(スープ用)	7
酢豚	
豚もも(角切り)	36
おろししょうが	1
こいくちしょうゆ	3
合成清酒(料理酒)	1
でん粉(片栗粉)	9
油	3
炒め油(サラダ油)	1
人参	15
玉ねぎ	20
干ししいたけ スライス	1
たけのこ水煮缶　一斗缶	15
三温糖	2.5
チキンブイヨン	2
穀物酢	1.6
トマトケチャップ	8
こいくちしょうゆ	4.5
水	6
ピーマン	3
でん粉(片栗粉)	0.6
わかめサラダ	
コーン	10
キャベツ	25
きゅうり	10
カットわかめ	0.7
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

Ｂコース
平成30年11月05日月曜日

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
サンマー麺	
炒め油(サラダ油)	0.5
豚もも(小間切れ)	18
おろししょうが	0.2
おろしにんにく	0.2
人参	5
玉ねぎ	15
キャベツ	20
中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧ	0.6
醤油ラーメンスープ・ｼｬﾝﾌ	4.3
食塩	0.4
混合こしょう	0.01
こいくちしょうゆ	6.9
でん粉(片栗粉)	2.5
冷凍にら（4cm）	5
揚げパオズ①②	
五目包子	50
油	5
三色ナムル	
ブロッコリー	30
人参	7
もやし	13
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

1～3年生1個　4～6年生2個

Ｂコース
平成30年11月06日火曜日

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
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
揚げ鶏のレモン風味	
鶏もも切り身(皮付)	40
合成清酒(料理酒)	0.8
食塩	0.24
混合こしょう	0.02
でん粉(片栗粉)	6.5
油	4
三温糖	5
こいくちしょうゆ	4
レモン 果汁	0.9
でん粉(片栗粉)	0.2
水	3.5
青菜とじゃこのお浸し	
揚げちりめん	3
人参	5
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

Ｂコース
平成30年11月07日水曜日

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
イタリアンスープ	
ベーコン(短冊切り)	10
玉ねぎ	20
人参	10
じゃがいも	25
コーン	10
トマト缶詰 ダイス	27
トマトケチャップ	3
コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	1
食塩	0.55
三温糖	0.1
混合こしょう	0.02
白身魚のバジルチーズ焼き	
メルルーサ	40
食塩	0.3
こいくちしょうゆ	0.7
混合こしょう	0.04
オリーブ油	1.5
おろしにんにく	0.03
白ワイン	0.3
バジル(乾燥)チップ	0.1
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
マカロニソテー	
オリーブ油	0.4
おろしにんにく	0.2
豆板醤	0.05
ハム（短冊切り）	5
冷凍ほうれん草	12
人参	7
カットしめじ	7
マカロニ（ツイスト）	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

明細献立表

Ｂコース
平成30年11月08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
えびかつ	
エビカツ	40
油	2.8
さといものそぼろ煮	
炒め油(サラダ油)	0.5
鶏ひき肉	12
合成清酒(料理酒)	0.7
玉ねぎ	13
さといも乱切り(チルド)	38
三温糖	2
こいくちしょうゆ	3.3
水	1.5
冷凍カットいんげん	7
パックソース5g	
パックソース(中濃)5g	5
カットりんご	
カットりんご	45

Ｂコース
平成30年11月09日金曜日

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)	11
こくまろｶﾚｰﾌﾚｰｸﾌﾟﾛﾌﾞﾚﾝﾄ	6
オムレツ	
プレーンオムレツ	40
ブロッコリーサラダ	
キャベツ	10
ブロッコリー	30
人参	5
柑橘ドレッシング(クラス)	
かんきつドレッシング（クラ	5

Ｂコース
平成30年11月12日月曜日

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
飲むヨーグルト	
飲むﾖｰｸﾞﾙﾄ（150ml）	150
きつねうどん	
かつおだしパック	2
豚もも(小間切れ)	10
人参	10
冷凍カット油揚げ	8
カットまいたけ	5
ねぎ	10
こいくちしょうゆ	12
食塩	0.25
本みりん	0.5
冷凍ほうれん草	10
ゼリーフライ	
ゼリーフライ	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
ソイビーンズサラダサラダ	
ゆで大豆(ドライパック)	8
ほしひじき	0.7
キャベツ	30
人参	5
サラダこんにゃく	5
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

Ｂコース
平成30年11月13日火曜日

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
旭っ子みそ汁	
大根	15
人参	8
冷凍豆腐ﾀﾞｲｽｶｯﾄ	15
なめこ	12
カットわかめ	0.3
ねぎ	7
かつおだしパック	1.95
米みそ・中沢	5
麦みそ・ヤマキ	5
さばの味噌煮	
さば切り身	40
おろししょうが	0.5
こいくちしょうゆ	1.5
三温糖	4.5
合成清酒(料理酒)	5.8
麦みそ・ヤマキ	7
ねぎ	3
彩り炒め	
炒め油(サラダ油)	0.4
ベーコン(短冊切り)	5
人参	8
玉ねぎ	12
キャベツ	35
ピーマン	7
食塩	0.2
混合こしょう	0.02
中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧ	1
みかんゼリー	
みかんゼリー	40

Ｂコース
平成30年11月15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
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
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
カレーコロッケ	
カレーコロッケ	55
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
冷凍グリンピース	4

明細献立表

Ｂコース
平成30年11月16日金曜日

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
ちゃんこ鍋	
鶏つくね	32
大根	20
はくさい	20
冷凍カット油揚げ	10
ねぎ	10
冷凍こまつな	10
こいくちしょうゆ	6.4
食塩	0.5
中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧ	1
子持ちししゃもフリッター①②	
子持ちししゃもフリッター	20
油	1.4
くきわかめのサラダ	
人参	7
キャベツ	30
くきわかめ	10
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

1～3年生1個　4～6年生2個

Ｂコース
平成30年11月19日月曜日

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
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㎝）	3
揚げぎょうざ②	
ぎょうざ	36
油	2.5
小松菜サラダ	
こまつな	20
キャベツ	20
コーン	6.5
シーチキンオイル無添加フ	10
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

Ｂコース
平成30年11月20日火曜日

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
本庄つみっこ	
かつおだしパック	2
豚もも(小間切れ)	12
人参	10
大根	10
ごぼう(洗い)	7
干ししいたけ スライス	1
ねぎ	10
冷凍すいとん	35
こいくちしょうゆ	7
こまつな	5
さわらの西京焼き	
さわらの西京焼き	40
大豆の磯煮	
炒め油(サラダ油)	0.5
ほしひじき	1.5
人参	7
しらたき	13
ゆで大豆(ドライパック)	18
三温糖	2.5
本みりん	1.8
こいくちしょうゆ	3.5
水	3

Ｂコース
平成30年11月21日水曜日

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
肉団子のスープ	
人参	10
玉ねぎ	20
はくさい	20
ミートボール	25
コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	1
食塩	0.8
混合こしょう	0.02
こいくちしょうゆ	1.2
冷凍こまつな	12
ポテトカップグラタン	
ポテトカップのグラタン（かぼちゃ）	60
海藻サラダ	
サラダこんにゃく	10
コーン	5
キャベツ	20
きゅうり	10
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

Ｂコース
平成30年11月22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
けんちん汁(みそ味)	
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
冷凍カット油揚げ	5
ねぎ	10
米みそ・中沢	8
こいくちしょうゆ	2
魚のから揚げ	
さば澱粉付き	40
油	2.8
こいくちしょうゆ	3
本みりん	1
三温糖	1.5
大根	10
水	10
ほうれん草のごま和え	
人参	5
もやし	10
キャベツ	10
ほうれん草	20
いりごま(白)	3
こいくちしょうゆ	1.5
三温糖	0.8
カットオレンジ	
カットオレンジ	40

明細献立表

Ｂコース
平成30年11月26日月曜日

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)	10
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	8
旬菜かき揚げ	
旬菜かき揚げ	50
油	3.5
上州きんぴら	
炒め油(サラダ油)	0.5
千切りごぼう	27
人参	12
切りこんにゃく	8
三温糖	2.16
本みりん	0.91
こいくちしょうゆ	3.6
冷凍カットいんげん	4
いりごま(白)	0.6
とうがらし	0.01
ごま油	0.24

Ｂコース
平成30年11月27日火曜日

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
たまごスープ	
人参	7
玉ねぎ	12
カットえのき	10
こまつな	10
コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	1.1
食塩	0.9
でん粉(片栗粉)	0.9
殺菌加工液卵	20
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
ポテトのサラダ	
じゃがいも	25
コーン	5
きゅうり	10
キャベツ	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
フルーツゼリー	
フルーツゼリー	60

Ｂコース
平成30年11月28日水曜日

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
ABCスープ	
ベーコン(短冊切り)	6
玉ねぎ	15
人参	8
じゃがいも	15
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	0.03
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
粒入りマスタード	0.4
パン粉	0
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
エリンギとほうれん草のソテー	
炒め油(サラダ油)	0.3
カットエリンギ	15
ほうれん草	35
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
チーズ	
チーズ（個袋）	5

Ｂコース
平成30年11月29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	25
なめこ	10
冷凍豆腐ﾀﾞｲｽｶｯﾄ	20
米みそ・中沢	10
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
水菜ともやしのサラダ	
水菜	10
人参	5
もやし	38
和風ドレッシング(クラス)	
和風ドレッシング(ｸﾗｽ) 20	5
パックソース5g	
パックソース(中濃)5g	5

Ｂコース
平成30年11月30日金曜日

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
玉ねぎのみそ汁	
かつおだしパック	2
玉ねぎ	40
人参	7
冷凍カット油揚げ	5
カットわかめ	0.5
麦みそ・ヤマキ	5.5
米みそ・中沢	5.5
さんまの旨味焼き	
さんまの旨味焼き	30
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