

明細献立表

Bコース
令和2年11月2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
田舎風うどん	
かつおだしパック	2
炒め油(サラダ油)	0.5
豚もも(小間切れ)	15
人参	7
ごぼう(洗い)	7
大根	10
カットまいたけ	7
ねぎ	10
とうがらし	0.01
冷凍カット油揚げ	5
こいくちしょうゆ	17
本みりん	0.5
いりごま(白)	0.7
冷凍ほうれん草	7
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
枝豆ひじきサラダ	
むき枝豆 冷凍	10
ひじき	1
キャベツ	35
人参	5
サラダこんにやく	5
和風ドレッシング(クラス)	
野菜いっぱいドレッシング(和)	5

Bコース
令和2年11月4日水曜日

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
オニオンスープ	
炒め油(サラダ油)	0.5
ベーコン(短冊切り)	7
玉ねぎ	25
ソテーオニオン(スライス)	5
食塩	0.85
混合こしょう	0.02
こいくちしょうゆ	1
コンソメ・ヘルシーファーム	1.3
冷凍ほうれん草	10
野菜コロッケ	
野菜コロッケ・モリタン 50g	50
油	3.5
コールスローサラダ	
コーン	10
人参	10
キャベツ	30
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
バックソース5g	
バックソース(中濃)5g	5

Bコース
令和2年11月5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
いちょう汁	
かつおだしパック	2
ゆで大豆(ドライパック)	10
冷凍豆腐ダイスカット	15
カットしめじ	7
人参	10
ごぼう(洗い)	7
大根	15
食塩	0.5
こいくちしょうゆ	3
鶏のたれかつ	
鶏むね切り身(皮無) 40g/	40
薄力粉 1等	7.5
混合こしょう	0.04
水	10
パン粉	10
油	7
こいくちしょうゆ	7
三温糖	4
本みりん	1.5
水	5
青菜とじゃこの炒め物	
ごま油	0.5
ちりめんじゃこ	3
コーン	5
キャベツ	25
こまつな	25
本みりん	1
こいくちしょうゆ	1.5
いりごま(白)	1
カットオレンジ	
カットオレンジ(40g/50g)	40

Bコース
令和2年11月6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
ほうれん草のみそ汁	
かつおだしパック	2
人参	10
生揚げ	10
ねぎ	10
カットえのき	7
ほうれん草	15
麦みそ・ヤマキ	5.5
米みそ・中沢	5.5
さばの塩焼き	
塩さば切り身 40g/50g (4)	40
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	1.3
本みりん	0.5
こいくちしょうゆ	2.7
水	4.5

Bコース
令和2年11月9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
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	20
ねぎ	15
中華スープの素・ヘルシーファーム	0.5
醤油ラーメンスープ・シャン	8.6
食塩	0.25
混合こしょう	0.01
こいくちしょうゆ	5.8
冷凍にら(4cm)	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
海藻サラダ	
サラダこんにやく	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
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

明細献立表

Bコース
令和 2年11月10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
鶏ごぼうスープ	
ごま油	0.5
鶏むね(小間切れ)	20
ごぼう(洗い)	10
人参	8
カットエリンギ	8
中華スープの素・ヘルシーファ	1.2
がらスープ チキン	5
こいくちしょうゆ	4
食塩	0.2
混合こしょう	0.01
チンゲンサイ	10
にらまんじゅう	
にらまんじゅう(25g)	25
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
干しいたけ スライス	0.5
生揚げ(マック食品)	30
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	25
でん粉(片栗粉)	1.1
ごま油	0.3

Bコース
令和 2年11月11日水曜日

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
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
トマトペースト	2
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(シエル)	3
鶏肉のマスタード焼き	
鶏もも切り身(皮付)60g/70g	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
クルトンサラダ	
コーン	5
人参	5
キャベツ	40
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(クラス)	5

Bコース
令和 2年11月12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
小松菜のすまし汁	
かつおだしパック	2
人参	10
冷凍豆腐ダイスカット	20
こいくちしょうゆ	2
食塩	0.85
こまつな	20
カットえのき	7
ぶりの竜田揚げ	
ぶりの竜田揚げ	50
油	2.5
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
干しいたけ スライス	1
ゆで大豆(ドライパック)	15
三温糖	1.5
本みりん	1.5
こいくちしょうゆ	3.5
水	3
フルーツキャラットゼリー	
フルーツキャラットゼリー(ベスト)	50

Bコース
令和 2年11月13日金曜日

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	7
冷凍カット油揚げ	7
ねぎ	18
冷凍ほうれん草	10
麦みそ・ヤマキ	5.5
米みそ・中沢	5.5
五目厚焼き玉子	
五目厚焼きたまご(40g)	40
じゃがいものカレー煮	
炒め油(サラダ油)	0.3
豚もも(小間切れ)	18
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	45
水	12
三温糖	1.2
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	1.5

Bコース
令和 2年11月16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
きのこうどん	
かつおだしパック	2
炒め油(サラダ油)	0.5
豚もも(小間切れ)	15
人参	10
干しいたけ スライス	1
カットしめじ	10
カットまいたけ	7
なめこ	7
冷凍カット油揚げ	6
とうがらし	0.01
こいくちしょうゆ	14
本みりん	0.5
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
ハムと大根のサラダ	
大根	30
キャベツ	10
きゅうり	5
ハム(短冊切り)	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

Bコース
令和2年11月25日水曜日

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
コーンスープ	
炒め油(サラダ油)	0.5
玉ねぎ	20
人参	10
コーン	10
じゃがいも	20
冷凍クリームコーン	22
シチューの素	10
調理用牛乳	20
コンソメ・ヘルシーファーム	0.5
食塩	0.2
混合こしょう	0.02
パセリチップ	0.04
ハーブチキン	
鶏もも切り身(皮無)50g/6l	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
バジル(乾燥)チップ	0.07
オレガノ 乾燥 みじん切	0.08
野菜のべベロンチーノ	
オリーブ油	0.4
おろしにんにく	0.2
豆板醤	0.05
ベーコン(短冊切り)	15
冷凍こまつな	12
人参	7
カットエリンギ	7
スパゲティ(ハーブ)	15
炒め油(サラダ油)	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
いちごジャム	
いちごジャム	15

Bコース
令和2年11月26日木曜日

料理名／食品名	分量
もち麦ごはん	
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 麦ご飯用	8
牛乳	
牛乳(200ml)(200ml)	206
小江戸カレー	
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	25
人参	10
さつまいも	35
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(ロアレン)	11
冷凍ほうれん草	10
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
グリーンサラダ	
キャベツ	20
地場産プロッコリー	25
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
令和2年11月27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
上里小松菜のみそ汁	
かつおだしパック	2
人参	10
大根	10
カットえのき	10
こまつな	15
米みそ・中沢	5.5
麦みそ・ヤマキ	5.5
里芋コロッケ	
さといもコロッケ(50g)	50
油	3.5
埼玉県産牛井の具	
炒め油(サラダ油)	0.4
牛もも 赤肉 和牛	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	27
しらたき	18
三温糖	3.5
こいくちしょうゆ	6
冷凍グリーンピース	5

Bコース
令和2年11月30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
玉子とじうどん	
かつおだしパック	2
鶏もも(小間切れ)	12
人参	12
干しいたけ 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
冷凍ほうれん草	8
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
ツナひじきサラダ	
ひじき	1
人参	5
キャベツ	25
シーチキンオイル無添加	10
和風ドレッシング(クラス)	
野菜いっぱいドレッシング(和)	5