明細献立表

Ｂコース
令和 2年12月 1日火曜日

料理名／食品名	分量
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
牛乳	
牛乳（200ml）（200ml）	206
中華スープ	
ベーコン(短冊切り)	7
人参	10
コーン	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
春巻き	
春巻き・鉄腕（40g）	40
油	2.8
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	5
干ししいたけ スライス	0.5
冷凍にら（5mm）	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

Ｂコース
令和 2年12月 2日水曜日

料理名／食品名	分量
コッペパンスライス	
コッペパン縦スライス（40g	50
コッペパン縦スライス（50g	50
コッペパン縦スライス（60g	50
牛乳	
牛乳（200ml）（200ml）	206
白菜のクリームスープ	
ベーコン(短冊切り)	7
玉ねぎ	20
人参	10
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
パセリチップ	0.07
ウインナーのトマトソース②	
ウインナー 20g/30g（20g）	40
オリーブ油	0.2
玉ねぎ	12
おろしにんにく	0.2
トマト缶詰 ダイス	11
デミグラスソース	2.5
トマトケチャップ	6
赤ワイン	0.5
コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	0.4
三温糖	0.25
地場産花野菜サラダ	
キャベツ	10
地場産ブロッコリー	30
地場産カリフラワー	15
ごまドレッシング(クラス)	
ごまドレッシング(ｸﾗｽ)（20	5

Ｂコース
令和 2年12月 3日木曜日

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
煮込みおでん	
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
スクールがんもどき	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
あじフリッター②	
あじフリッター(卵なし)（20	40
油	2.8
みかん	
みかん M 100g	100

Ｂコース
令和 2年12月 4日金曜日

料理名／食品名	分量
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
牛乳	
牛乳（200ml）（200ml）	206
春雨スープ	
人参	7
玉ねぎ	20
コーン	5
スクール糸かまぼこ(ほぐ	10
冷凍豆腐ﾀﾞｲｽｶｯﾄ	20
カットはるさめ(スープ用)	3
食塩	0.95
混合こしょう	0.01
こいくちしょうゆ	0.5
中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧ	1
チンゲンサイ	20
五目パオズ②	
五目パオズ 25g	50
豚キムチ	
ごま油	0.6
豚もも(小間切れ)	20
おろししょうが	0.4
おろしにんにく	0.4
合成清酒(料理酒)	1
玉ねぎ	20
はくさい	25
はくさい キムチ	15
三温糖	1
こいくちしょうゆ	0.6
冷凍にら（4cm）	5
いりごま(白)	0.4

Ｂコース
令和 2年12月 7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
もやしラーメン	
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	18
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・ｼｬﾝﾌ	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（4cm）	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
青菜とじゃこのサラダ	
揚げちりめん	3
きゅうり	8
キャベツ	18
こまつな	25
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

明細献立表

Ｂコース
令和 2年12月 8日火曜日

料理名／食品名	分量
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
牛乳	
牛乳（200ml）（200ml）	206
埼玉和牛のすきやき風煮	
炒め油(サラダ油)	0.5
牛もも 脂身つき 和牛	40
合成清酒(料理酒)	0.4
玉ねぎ	15
干ししいたけ スライス	1
しらたき	25
冷凍焼き豆腐	40
はくさい	40
ねぎ	15
三温糖	1.5
本みりん	1
こいくちしょうゆ	10
かつおだしパック	2
水	30
厚焼き玉子	
厚焼き玉子・焼き（40g）	40
3色サラダ	
キャベツ	35
人参	10
コーン	8
たまねぎﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ	
玉ねぎドレッシング(ｸﾗｽ)	5

Ｂコース
令和 2年12月 9日水曜日

料理名／食品名	分量
子どもパンスライス	
子供パンスライス（40g）	50
子供パンスライス（50g）	50
子供パンスライス（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
玉ねぎ	27
ベーコン(短冊切り)	10
ソテーオニオン（スライス）	5
コーン	10
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
白身魚フライ	
白身フライ 40g/50g（40g	40
油	4
ルオーテのトマト煮	
マカロニ（ホイール）	10
茹で塩	0.6
オリーブ油	0.6
おろしにんにく	0.08
ハム（短冊切り）	10
玉ねぎ	20
トマトケチャップ	8
トマト缶詰 ダイス	11
中濃ソース	0.7
赤ワイン	0.5
食塩	0.08
混合こしょう	0.01
コンソメ・ヘルシーﾌｧｰﾑ	0.4
パセリチップ	0.05
タルタルソース	
ノンエッグタルタルハーフ	8
ソフール元気	
ソフール　元気ヨーグルト	70

Ｂコース
令和 2年12月10日木曜日

料理名／食品名	分量
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
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
揚げ鶏のレモン風味	
鶏もも切り身(皮付)50g/60	50
合成清酒(料理酒)	1
食塩	0.3
混合こしょう	0.03
でん粉(片栗粉)	8
油	4
三温糖	6
こいくちしょうゆ	5
レモン 果汁	1.1
でん粉(片栗粉)	0.2
水	4
水菜のサラダ	
人参	10
もやし	30
水菜	15
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
令和 2年12月11日金曜日

料理名／食品名	分量
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
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	8
えのきたけ	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
ぶりの照り焼き	
ぶり照り焼き（40g）	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	5
合成清酒(料理酒)	0.5
冷凍カット油揚げ	7
三温糖	1
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12月14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
カレーうどん	
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)	10
人参	5
玉ねぎ	15
沖あみなると	7
冷凍ほうれん草	10
こいくちしょうゆ	7
本みりん	1.6
カレールウ・日糧	2
こくまろｶﾚｰﾌﾚｰｸﾌﾟﾛﾌﾞﾚﾝ	10
でん粉(片栗粉)	2.2
食塩	0.1
三温糖	0.1
チーズはんぺんフライ	
チーズはんぺんフライ50g	50
油	3.5
ごま和え	
人参	5
もやし	15
キャベツ	20
こまつな	10
いりごま(白)	3
ボトルしょうゆ	1.5
三温糖	0.8

明細献立表

Ｂコース
令和 2年12月15日火曜日

料理名／食品名	分量
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
牛乳	
牛乳（200ml）（200ml）	206
チンゲン菜と豆腐のスープ	
人参	10
玉ねぎ	20
コーン	5
スクール糸かまぼこ(ほぐ	10
冷凍豆腐ﾀﾞｲｽｶｯﾄ	20
食塩	0.6
混合こしょう	0.02
こいくちしょうゆ	1
中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧ	0.8
チンゲンサイ	20
揚げぎょうざ②	
冷凍餃子/OKｷﾞｮｰｻﾞ（18g	36
油	2.5
生揚げの中華煮	
炒め油(サラダ油)	0.55
豚もも(小間切れ)	10
おろししょうが	0.2
人参	7
干ししいたけ スライス	0.5
生揚げ(	30
三温糖	1
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

Ｂコース
令和 2年12月16日水曜日

料理名／食品名	分量
ツイストパン	
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
彩り団子のスープ	
人参	10
玉ねぎ	20
キャベツ	20
彩り団子	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	15
ヘルシーローストチキン	
鶏むね切り身(皮無) 40g/	40
食塩	0.16
混合こしょう	0.01
赤ワイン	3.2
玉ねぎ	4
おろしにんにく	0.42
セロリー	0.8
こいくちしょうゆ	4.2
チーズサラダ	
地場産ブロッコリー	30
キャベツ	20
きゅうり	8
サイコロチーズ	5
イタリアンドレッシング	
イタリアンドレッシング(ｸﾗ	5
甘夏ゼリー	
甘夏ゼリー	
	40

Ｂコース
令和 2年12月17日木曜日

料理名／食品名	分量
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
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
冷凍豆腐ﾀﾞｲｽｶｯﾄ	15
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
鯖のねぎみそ焼き	
さば切り身 40g	40
おろししょうが	0.5
こいくちしょうゆ	1.5
三温糖	4
合成清酒(料理酒)	5
麦みそ・ヤマキ	6
ねぎ	3
大根のあんかけ	
炒め油(サラダ油)	0.5
鶏ひき肉	30
大根	50
冷凍カットいんげん	5
三温糖	2
こいくちしょうゆ	5
でん粉(片栗粉)	0.3
水	3.5

Ｂコース
令和 2年12月18日金曜日

料理名／食品名	分量
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
牛乳	
牛乳（200ml）（200ml）	206
かぼちゃの豚汁	
炒め油(サラダ油)	0.4
かつおだしパック	2
豚もも(小間切れ)	15
人参	10
ごぼう(洗い)	8
切りこんにゃく	8
大根	12
冷凍豆腐ﾀﾞｲｽｶｯﾄ	10
ダイスかぼちゃ	25
ねぎ	10
麦みそ・ヤマキ	5
米みそ・中沢	5
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	5
こいくちしょうゆ	7
三温糖	3
本みりん	1.5
水	5
ねぎのナムル	
ねぎ	15
もやし	15
人参	2
ほうれん草	20
ハム（短冊切り）	7
ナムルドレッシング	
ナムルドレッシング(ｸﾗｽ)	5

Ｂコース
令和 2年12月21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
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
えびしゅうまい②	
えびシューマイ（18g）	36
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
キャベツ	35
中華ドレッシング（ｸﾗｽ）	
中華ドレッシング(クラス)	5

明細献立表

Ｂコース
令和 2年12月22日火曜日

料理名／食品名	分量
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
牛乳	
牛乳（200ml）（200ml）	206
野菜椀	
炒め油(サラダ油)	0.5
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
生揚げ	12
麦みそ・ヤマキ	10
こいくちしょうゆ	0.6
鶏肉のねぎ塩麹焼き	
鶏むね切り身(皮付) 40g/	40
液体塩こうじ・ハナマルキ	3.3
ねぎ	4
合成清酒(料理酒)	0.7
おろししょうが	1
おろしにんにく	0.5
ごま油	1
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
干ししいたけ スライス	1
ゆで大豆(ドライパック)	15
三温糖	1.3
本みりん	1.5
こいくちしょうゆ	3.5
水	3

Ｂコース
令和 2年12月23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
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
もみの木ハンバーグ	
もみの木ハンバーグ（40g	40
オリーブ油	0.6
玉ねぎ	7
薄力粉 1等	0.12
食塩	0.11
混合こしょう	0.01
調理用牛乳	6.7
ベシャメルソース	0.34
パセリチップ	0.05
エリンギとほうれん草のソテー	
炒め油(サラダ油)	0.3
ハム(短冊切り)	10
カットエリンギ	15
冷凍ほうれん草	20
コーン	10
キャベツ	20
食塩	0.2
混合こしょう	0.01
コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	0.2

Ｂコース
令和 2年12月24日木曜日

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
本庄ちゃんこ鍋	
華味鶏つくね	36
大根	20
はくさい	20
冷凍カット油揚げ	10
ねぎ	10
冷凍ほうれん草	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
鶏肉の唐揚げ	
鶏もも切り身(皮付)50g/60	50
おろししょうが	1
こいくちしょうゆ	3
合成清酒(料理酒)	2
でん粉(片栗粉)	10
油	3.85
ブロッコリーサラダ	
人参	5
地場産ブロッコリー	30
キャベツ	15
コーン	5
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

Ｂコース
令和 2年12月25日金曜日

料理名／食品名	分量
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
牛乳	
牛乳（200ml）（200ml）	206
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ﾌﾟﾛﾌﾟﾚﾝ	6
星のオムレツ	
星形プレーンオムレツ	25
ツナとひじきのサラダ	
ひじき	0.8
人参	3
キャベツ	25
シーチキンオイル無添加	10
きゅうり	8
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
クリスマスデザート	
お米deクリスマスケーキ	35