## 明細献立表

Bコース 令和 7年 8月29日金曜日

料理名/食品名 分量 ごはん(精白米) 精白米 (80g) 80 精白米(強化米) 0.24 牛乳(200ml) 206 野菜スープ 玉ねぎ 20 5 人参 キャベツ 20 コーン 5 コンソメ・ヘルシーファーム 1.3 食塩 8.0 混合こしょう 0.02 150 水 チキンナゲット② チキンナゲット 20g×2 40 ガパオライスの具 炒め油(サラダ油) 0.5 おろしにんにく 0.5 おろししょうが 0.5 35 鶏ひき肉 合成清酒(料理酒) 0.6 玉ねぎ 25 人参 15 6 ピーマン 赤パプリカ(冷凍) 黄パプリカ(冷凍) 3.8 3.8 三温糖 0.37 本みりん 1.3 こいくちしょうゆ 2.9 オイスターソース 2 豆板醤 0.05 混合こしょう 0.01 バジル(乾燥)チップ 0.04

Bコース 令和 7年 9月 1日月曜日

料理名/食品名	八旦
料理名/艮品名	分量
地粉うどん 地粉うどん (70g)	
地粉っとん (70g)	70
4.50	
牛乳	
牛乳(200ml)	206
カレーうどん	
炒め油(サラダ油)	0.3
豚もも(小間切れ)	15
人参	5
玉ねぎ	15
おきあみ姫なると	7
おきあみ姫なると 冷凍ほうれん草	10
<u> ねぎ</u>	5
こいくちしょうゆ	7.5
<u> </u>	1.6
給食用カレーフレーク(ハウス)	10
でも、松( 世 亜 松)	2.2
でん粉(片栗粉) かつおだしパック	
かりのにしハック	2
三温糖	0.4
食塩	0.1
+ / \	
ちくわの磯辺揚げ	
焼ちくわ 25g 薄力粉 1等	25
<u> 薄力粉 1等</u>	4
でん粉(片栗粉) あおのり	0.2
<u>あおのり</u>	0.09
水	4.62
油	2.1
枝豆サラダ	
むき枝豆 冷凍	12
人参	6
キャベツ	30
玉ねぎドレッシング	
玉ねぎドレッシング 玉ねぎドレッシング	5
	1
	1
	1
	+
	+
	1
	1
	1

Bコース 令和 7年 9月 2日火曜日

料理名/食品名	分量
ごはん(精白米)	7) =
精白米 (80g)	80
精白米(強化米)	0.24
111 11 11 11 11 11 11 11 11 11	
牛乳	
牛乳(200ml)	206
野菜椀	
かつおだしパック	2
人参	10
大根	20
ごぼう	10
冷凍カット油揚げ 短冊こんにゃく	5
短冊こんにやく	10
麦みそ・ヤマキ	11.3
こいくちしょうゆ	0.65
水	145
スはナート 以ナフラノ	
子持ちししゃもフライ 子持ちししゃもフライ 20g	20
<u> </u>	1.4
/Щ	1.4
肉じゃが	
炒め油(サラダ油)	0.7
豚もも(小間切れ)	18
合成清酒(料理酒)	0.4
人参	7
人参 玉ねぎ	18
じゃがいも	40
さつま揚げ(卵白抜)	8
切りこんにゃく	8
三温糖 こいくちしょうゆ	1.6
こいくちしょうゆ	4.5
冷凍カットいんげん	2
水	6
-	

Bコース 令和 7年 9月 3日水曜日

料理名/食品名	分量
コッペパン	77.
コッペパン (40g)	40
コグ・V/ン (40g)	40
4 回	
牛乳	
牛乳(200ml)	206
ABCスープ	
玉ねぎ	10
人参	5
ドムがい±	15
じゃがいも キャベツ	
+ヤヘツ 	10
マカロニ(アルファヘ・ット) コンソメ・ヘルシーファーム	3.5
コンソメ・ヘルシーファーム	1.3
食塩 混合こしょう	0.77
混合こしょう	0.02
· 水	145
7.17	. 40
焼きウン ナー	1
焼きウインナー 無塩せきウインナー 30g	
無塩せきワインナー 30g	30
スラッピージョー	
炒め油(サラダ油) 赤ワイン	0.5
赤ワイン	1
阪7√き内	30
旅びき肉 玉ねぎ	20
<u> エねさ</u>	
人参	15
トマトケチャップ ウスターソース	7.2
ウスターソース	1.3
三温糖	0.1
食塩	0.1
食塩 コンソメ・ヘルシーファーム	0.2
	0.2
コ ト 井到の書	
コーヒー牛乳の素	
ミルメークコーヒー	12.5
	<u> </u>
	<b>-</b>
	-
	<b> </b>
	<b> </b>
	1
	l

Bコース 令和 7年 9月 4日木曜日

料理名/食品名 分量ではん(精白米) 特白米 (80g) 8 特白米(強化米) 0.2 ジョア ジョア(マスカット) 12 けんちん汁 炒め油(サラダ油) 0 人参 ごぼう	80
ごはん(精白米) 精白米 (80g) 8 精白米(強化米) 0.2 ジョア ジョア(マスカット) 12 けんちん汁 炒め油(サラダ油) 0	80
精白米 (80g) 8 精白米(強化米) 0.2 ジョア ジョア(マスカット) 12 けんちん汁 炒め油(サラダ油) 0 人参	24
ジョア ジョア(マスカット) 12 けんちん汁 炒め油(サラダ油) 0 人参	24
ジョア ジョア(マスカット) 12 けんちん汁 炒め油(サラダ油) 0 人参	
ジョア(マスカット) 12 けんちん汁 炒め油(サラダ油) 0 人参	25
ジョア(マスカット) 12 けんちん汁 炒め油(サラダ油) 0 人参	25
けんちん汁 炒め油(サラダ油) 0 人参	25
けんちん汁 炒め油(サラダ油) 0 人参	
炒め油(サラダ油) 0 人参	
炒め油(サラダ油) 0 人参	
人参	_
<u>人参</u> ごぼう	
ごぼう	5
	5
	0
	.5
かつおだしパック 0	
	.5
切りこんにゃく	5
さといもスライス 1	0
冷凍豆腐ダイスカット 1	5
冷凍カット油揚げ	5
ねぎ	5
46	
	.2
	.2
水   14	15
鶏のたれかつ	
がはようないのでは、	
鶏むね切り身(皮無) 40g 4 薄力粉 1等	0
	4
水 4.6	32
ハン桁 4	8.
油	4
油 こいくちしょうゆ	<b>4</b> 7
油 こいくちしょうゆ 三温糖	4 7 4
油 こいくちしょうゆ 三温糖 本みりん 1	4 7 4 .5
油 こいくちしょうゆ 三温糖	4 7 4
油 こいくちしょうゆ 三温糖 本みりん 1	4 7 4 .5
油 こいくちしょうゆ 三温糖 本みりん 1 水	4 7 4 .5
油 こいくちしょうゆ 三温糖 本みりん 1 水	4 7 4 .5 5
油 こいくちしょうゆ 三温糖 本みりん 1 水 こんにゃくサラダ	4 7 4 .5 5
油 こいくちしょうゆ 三温糖 本みりん 1 水 こんにゃくサラダ	4 7 4 .5 5
油 こいくちしょうゆ 三温糖 本みりん 1 水 こんにゃくサラダ キャベツ 3	4 7 4 .5 5
油 こいくちしょうゆ 三温糖 本みりん 1 水 こんにゃくサラダ キャベツ ほうれん草入りこんにゃく 1 人参入りこんにゃく	4 7 4 .5 5
油 こいくちしょうゆ 三温糖 本みりん 1 水 こんにゃくサラダ キャベツ ほうれん草入りこんにゃく 1 人参入りこんにゃく	4 7 4 .5 5
油 こいくちしょうゆ 三温糖 本みりん 1 水 こんにゃくサラダ キャベツ 3 ほうれん草入りこんにゃく 1 人参入りこんにゃく 1	4 7 4 .5 5 0 5
油 こいくちしょうゆ 三温糖 本みりん 1 水 こんにゃくサラダ キャベツ ほうれん草入りこんにゃく 1 人参入りこんにゃく	4 7 4 .5 5
油 こいくちしょうゆ 三温糖 本みりん 1 水 こんにゃくサラダ キャベツ 3 ほうれん草入りこんにゃく 1 人参入りこんにゃく 1	4 7 4 .5 5 0 5
油 こいくちしょうゆ 三温糖 本みりん 1 水 こんにゃくサラダ キャベツ 3 ほうれん草入りこんにゃく 1 人参入りこんにゃく 1	4 7 4 .5 5 0 5
油 こいくちしょうゆ 三温糖 本みりん 1 水 こんにゃくサラダ キャベツ ほうれん草入りこんにゃく 1 人参入りこんにゃく 塩ドレッシング	4 7 4 .5 5 0 5

Bコース 令和 7年 9月 5日金曜日

精白米 (80g) 80 精白米 (強化米) 0.24 牛乳 4乳 (200ml) 206 チンゲン菜と豆腐のスープ 人参 5 玉ねぎ 15 コーン 5 糸かまぼこ 5 冷凍豆腐ダイスカット 15 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・ヘルシーファーム 0.8 チンゲンサイ 10 水 145 えびしゆうまい②(甲殻類) えびしゆうまい18g×2 36 プルコギ 炒め油(サラダ油) 0.5 おろしにんにく 0.1 豚もも(小間切れ) 20 合成清酒(料理酒) 1 こいくちしょうゆ 2 人参 10 玉ねぎ 20 もやし 10 キャベツ 25 中華スープの素・ヘルシーファーム 0.2 三温糖 1.5 こいくちしょうゆ 1 コチュジャン 1.3	料理名/食品名ごはん(精白米)	分量
精白米(80g) 80 精白米(強化米) 0.24 牛乳 (200ml) 206 チンゲン菜と豆腐のスープ 人参 5 玉ねぎ 15 コーン 5 糸かまぼこ 5 冷凍豆腐ダイスカット 15 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・ヘルシーファーム 0.8 チンゲンサイ 10 水 145 えびしゆうまい(2)(甲殻類) えびしゆうまい 18g×2 36 プルコギ 炒め油(サラダ油) 0.5 おろしにんにく 0.1 豚もも(小間切れ) 20 合成清酒(料理酒) 1 こいくちしょうゆ 2 人参 10 玉ねぎ 20 もやし 10 キャベツ 中華スープの素・ヘルシーファーム 0.2 三温糖 1.5 こいくちしょうゆ 1.5 こいくちしょうゆ 1.5 こいくちしょうゆ 1.5 コチュジャン 1.3 豆板醤 0.03 ごま油 0.5	ごはん(精白米)	
#日本(独化木) 0.24  牛乳 (200ml) 206  デンゲン菜と豆腐のスープ 人参 5  玉ねぎ 15 コーン 55 糸水まぼこ 55 冷凍豆腐ダイスカット 15 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・ハルシーファーム 0.8 デンゲンサイ 10 水 145  えびしゆうまい 2(甲殻類) 200 えびしゆうまい 18g×2 36  プルコギ 炒め油(サラダ油) 0.5 おろしにんにく 0.1 豚もも(小間切れ) 20 合成清酒(料理酒) 1 こいくちしょうゆ 2 人参 10 玉ねぎ 20 もやし 10 キャベツ 中華スープの素・ハルシーファーム 0.2 三温糖 1.5 こいくちしょうゆ 1 コチュジャン 1.3 豆板醤 0.03 ごま油 5.5	精白米 (80g)	80
牛乳(200ml)       206         チンゲン菜と豆腐のスープ       5         玉ねぎ       15         コーン       5         糸かまぼこ       5         冷凍豆腐ダイスカット       15         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・ヘルシーファーム       0.8         チンゲンサイ       10         水       145         えびしゆうまい②(甲殻類)       36         ブルコギ       炒め油(サラダ油)       0.5         からしにんにく       0.1         豚もも(小間切れ)       20         合成清酒(料理酒)       1         こいくちしょうゆ       2         大参       10         玉ねぎ       20         もやし       10         キャベツ       9         中華スープの素・ヘルシーファーム       0.2         三温糖       1.5         コチュジャン       1.3         豆板醤       0.03         ごま油       0.5         すりごま(白)       0.5	精白米(強化米)	0.24
牛乳(200ml)       206         チンゲン菜と豆腐のスープ       大参         玉ねぎ       15         コーン       5         糸水まぼこ       5         冷凍豆腐ダイスカット       15         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・ヘルシーファーム       0.8         チンゲンサイ       10         水       145         えびしゆうまい②(甲殻類)       36         プルコギ       炒め油(サラダ油)       0.5         おろしにんにく       0.1         豚もも(小間切れ)       20         合成清酒(料理酒)       1         こいくちしょうゆ       2         本やし       10         キャベツ       0.2         三温糖       1.5         こいくちしょうゆ       1         コチュジャン       1.3         豆板醤       0.03         ごま油       0.5         すりごま(白)       0.5	117-111321217	
牛乳(200ml)       206         チンゲン菜と豆腐のスープ       大参         玉ねぎ       15         コーン       5         糸水まぼこ       5         冷凍豆腐ダイスカット       15         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・ヘルシーファーム       0.8         チンゲンサイ       10         水       145         えびしゆうまい②(甲殻類)       36         プルコギ       炒め油(サラダ油)       0.5         おろしにんにく       0.1         豚もも(小間切れ)       20         合成清酒(料理酒)       1         こいくちしょうゆ       2         本やし       10         キャベツ       0.2         三温糖       1.5         こいくちしょうゆ       1         コチュジャン       1.3         豆板醤       0.03         ごま油       0.5         すりごま(白)       0.5	4到	
チンゲン菜と豆腐のスープ 人参 玉ねぎ 15 コーン 5 糸水まぼこ 5 冷凍豆腐ダイスカット 15 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・ヘルシーファーム 0.8 チンゲンサイ 10 水 145 えびしゆうまい②(甲殻類) えびしゆうまい18g×2 36 プルコギ 炒め油(サラダ油) 0.5 おろしにんにく 0.1 豚もも(小間切れ) 20 合成清酒(料理酒) 1 こいくちしょうゆ 2 人参 10 玉ねぎ 20 もやし 10 キャベツ 25 中華スープの素・ヘルシーファーム 0.2 三温糖 1.5 こいくちしょうゆ 1 コチュジャン 1.3 豆板醤 0.03 ごま油 り.5 すりごま(白) 0.5	生到 (200ml)	206
人参	7-76 (2001111)	200
人参	チンゲン帝と司府のスープ	
<ul> <li>玉ねぎ</li> <li>コーン</li> <li>糸かまぼこ</li> <li>冷凍豆腐ダイスカット</li> <li>食塩</li> <li>0.6</li> <li>混合こしょう</li> <li>こいくちしょうゆ</li> <li>中華スープの素・ヘルシーファーム</li> <li>水</li> <li>えびしゆうまい②(甲殻類)</li> <li>えびしゆうまい 18g×2</li> <li>プルコギ</li> <li>炒め油(サラダ油)</li> <li>なろしにんにく</li> <li>豚もも(小間切れ)</li> <li>合成清酒(料理酒)</li> <li>こいくちしょうゆ</li> <li>大参</li> <li>もやし</li> <li>キャベツ</li> <li>中華スープの素・ヘルシーファーム</li> <li>こちもし、10</li> <li>キャベツ</li> <li>中華スープの素・ヘルシーファーム</li> <li>三温糖</li> <li>こいくちしょうゆ</li> <li>コチュジャン</li> <li>豆板醤</li> <li>この3</li> <li>ごま油</li> <li>すりごま(白)</li> <li>0.5</li> </ul>		5
コーン 55	<u> </u>	
<ul> <li>糸かまぼこ</li> <li>冷凍豆腐ダイスカット</li> <li>食塩</li> <li>混合こしょう</li> <li>こいくちしょうゆ</li> <li>中華スープの素・ヘルシーファーム</li> <li>水</li> <li>145</li> <li>えびしゅうまい(2)(甲殻類)</li> <li>えびしゅうまい 18g×2</li> <li>プルコギ</li> <li>炒め油(サラダ油)</li> <li>おろしにんにく</li> <li>阪もも(小間切れ)</li> <li>全の成清酒(料理酒)</li> <li>こいくちしょうゆ</li> <li>上なぎ</li> <li>もやし</li> <li>キャベツ</li> <li>中華スープの素・ヘルシーファーム</li> <li>の2</li> <li>もやし</li> <li>キャベツ</li> <li>中華スープの素・ヘルシーファーム</li> <li>ここいくちしょうゆ</li> <li>コチュジャン</li> <li>豆板醤</li> <li>この3</li> <li>ごま油</li> <li>すりごま(白)</li> <li>0.03</li> <li>こま油</li> <li>すりごま(白)</li> </ul>		
<ul> <li>冷凍豆腐ダイスカット</li> <li>食塩</li> <li>混合こしょう</li> <li>こいくちしょうゆ</li> <li>中華スープの素・ヘルシーファーム</li> <li>えびしゅうまい②(甲殻類)</li> <li>えびしゅうまい 18g×2</li> <li>36</li> <li>プルコギ</li> <li>炒め油(サラダ油)</li> <li>おろしにんにく</li> <li>豚もも(小間切れ)</li> <li>合成清酒(料理酒)</li> <li>こいくちしょうゆ</li> <li>上なぎ</li> <li>もやし</li> <li>キャベツ</li> <li>中華スープの素・ヘルシーファーム</li> <li>これます</li> <li>こいくちしょうゆ</li> <li>キャベツ</li> <li>ローキャベツ</li> <li>ローキャベツ</li> <li>ローラニンジャン</li> <li>豆板醤</li> <li>こいくちしょうゆ</li> <li>コチュジャン</li> <li>豆板醤</li> <li>のの3</li> <li>ごま油</li> <li>すりごま(白)</li> <li>0.5</li> </ul>		
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・ハルシーファーム       0.8         チンゲンサイ       10         水       145         えびしゅうまい②(甲殻類)       36         プルコギ       少め油(サラダ油)       0.5         おろしにんにく       0.1         豚もも(小間切れ)       20         合成清酒(料理酒)       1         こいくちしょうゆ       2         大参       10         玉ねぎ       20         もやし       10         キャベツ       中華スープの素・ヘルシーファーム       0.2         三温糖       1.5         こいくちしょうゆ       1         コチュジャン       1.3         豆板醤       0.03         ごま油       0.5         すりごま(白)       0.5	糸かまはこ	
混合こしょう 0.02 こいくちしょうゆ 1 中華スープの素・ヘルシーファーム 0.8 チンゲンサイ 10 水 145 えびしゆうまい②(甲殻類) えびしゆうまい 18g×2 36 プルコギ 炒め油(サラダ油) 0.5 おろしにんにく 0.1 豚もも(小間切れ) 20 合成清酒(料理酒) 1 こいくちしょうゆ 2 人参 10 玉ねぎ 20 もやし 10 キャベツ 25 中華スープの素・ヘルシーファーム 0.2 三温糖 1.5 こいくちしょうゆ 1 コチュジャン 1.3 豆板醤 0.03 ごま油 0.5	<u> </u>	
こいくちしょうゆ	1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	
中華スープの素・ヘルシーファーム     0.8       チンゲンサイ     10       水     145       えびしゅうまい②(甲殻類)     えびしゅうまい 18g×2       プルコギ     炒め油(サラダ油)       炒め油(サラダ油)     0.5       おろしにんけこく     0.1       豚もも(小間切れ)     20       合成清酒(料理酒)     1       こいくちしょうゆ     2       大参     10       玉ねぎ     20       もやし     10       キャベツ     中華スープの素・ヘルシーファーム     0.2       三温糖     1.5       こいくちしょうゆ     1       コチュジャン     1.3       豆板醤     0.03       ごま油     0.5       すりごま(白)     0.5	混合こしょう	0.02
中華スープの素・ヘルシーファーム     0.8       チンゲンサイ     10       水     145       えびしゅうまい②(甲殻類)     えびしゅうまい 18g×2       プルコギ     炒め油(サラダ油)       炒め油(サラダ油)     0.5       おろしにんけこく     0.1       豚もも(小間切れ)     20       合成清酒(料理酒)     1       こいくちしょうゆ     2       大参     10       玉ねぎ     20       もやし     10       キャベツ     中華スープの素・ヘルシーファーム     0.2       三温糖     1.5       こいくちしょうゆ     1       コチュジャン     1.3       豆板醤     0.03       ごま油     0.5       すりごま(白)     0.5	こいくちしょうゆ	1
水 145 えびしゅうまい②(甲殻類) えびしゅうまい18g×2 36 プルコギ 炒め油(サラダ油) 0.5 おろしにんにく 0.1 豚もも(小間切れ) 20 合成清酒(料理酒) 1 こいくちしょうゆ 2 人参 10 玉ねぎ 20 もやし 10 キャベツ 25 中華スープの素・ヘルシーファーム 0.2 三温糖 1.5 こいくちしょうゆ 1 コチュジャン 1.3 豆板醤 0.03 ごま油 0.5	中華スープの素・ヘルシーファーム	0.8
水 145 えびしゅうまい②(甲殻類) えびしゅうまい18g×2 36 プルコギ 炒め油(サラダ油) 0.5 おろしにんにく 0.1 豚もも(小間切れ) 20 合成清酒(料理酒) 1 こいくちしょうゆ 2 人参 10 玉ねぎ 20 もやし 10 キャベツ 25 中華スープの素・ヘルシーファーム 0.2 三温糖 1.5 こいくちしょうゆ 1 コチュジャン 1.3 豆板醤 0.03 ごま油 0.5	チンゲンサイ	10
えびしゅうまい②(甲殻類) えびしゅうまい 18g×2 36 ブルコギ 炒め油(サラダ油) 0.5 おろしにんにく 0.1 豚もも(小間切れ) 20 合成清酒(料理酒) 1 こいくちしょうゆ 2 人参 10 玉ねぎ 20 もやし 10 キャベツ 25 中華スープの素・ヘルシーファーム 0.2 三温糖 1.5 こいくちしょうゆ 1 コチュジャン 1.3 豆板醤 0.03 ごま油 0.5		145
えびしゅうまい 18g×2 36 プルコギ 炒め油(サラダ油) 0.5 おろしにんにく 0.1 豚もも(小間切れ) 20 合成清酒(料理酒) 1 こいくちしょうゆ 2 人参 10 玉ねぎ 20 もやし 10 キャベツ 25 中華スープの素・ヘルシーファーム 0.2 三温糖 1.5 こいくちしょうゆ 1 コチュジャン 1.3 豆板醤 0.03 ごま油 0.5	7.	
えびしゅうまい 18g×2 36 プルコギ 炒め油(サラダ油) 0.5 おろしにんにく 0.1 豚もも(小間切れ) 20 合成清酒(料理酒) 1 こいくちしょうゆ 2 人参 10 玉ねぎ 20 もやし 10 キャベツ 25 中華スープの素・ヘルシーファーム 0.2 三温糖 1.5 こいくちしょうゆ 1 コチュジャン 1.3 豆板醤 0.03 ごま油 0.5	えびしゅうまい②(甲殻類)	
プルコギ 炒め油(サラダ油) 0.5 おろしにんにく 0.1 豚もも(小間切れ) 20 合成清酒(料理酒) 1 こいくちしょうゆ 2 人参 10 玉ねぎ 20 もやし 10 キャベツ 25 中華スープの素・ヘルシーファーム 0.2 三温糖 1.5 こいくちしょうゆ 1 コチュジャン 1.3 豆板醤 0.03 ごま油 0.5 すりごま(白) 0.5	ラバルカナル 18g×2	36
炒め油(サラダ油)       0.5         おろしにんにく       0.1         豚もも(小間切れ)       20         合成清酒(料理酒)       1         こいくちしょうゆ       2         大参       10         玉ねぎ       20         もやし       10         キャベツ       中華スープの素・ヘルシーファーム       0.2         三温糖       1.5         こいくちしょうゆ       1.3         豆板醤       0.03         ごま油       0.5         すりごま(白)       0.5	720.019 720 10g X 2	- 00
炒め油(サラダ油)       0.5         おろしにんにく       0.1         豚もも(小間切れ)       20         合成清酒(料理酒)       1         こいくちしょうゆ       2         大参       10         玉ねぎ       20         もやし       10         キャベツ       中華スープの素・ヘルシーファーム       0.2         三温糖       1.5         こいくちしょうゆ       1.3         豆板醤       0.03         ごま油       0.5         すりごま(白)       0.5	プルコギ	
おろしにんにく 0.1 豚もも(小間切れ) 20 合成清酒(料理酒) 1 こいくちしょうゆ 2 人参 10 玉ねぎ 20 もやし 10 キャベツ 中華スープの素・ヘルシーファーム 0.2 三温糖 1.5 こいくちしょうゆ 1 コチュジャン 1.3 豆板醤 0.03 ごま油 0.5 すりごま(白) 0.5	かかは(サラグ油)	0.5
合成清酒(料理酒)     1       こいくちしょうゆ     2       人参     10       玉ねぎ     20       もやし     10       キャベツ     25       中華スープの素・ヘルシーファーム     0.2       三温糖     1.5       こいくちしょうゆ     1       コチュジャン     1.3       豆板醤     0.03       ごま油     0.5       すりごま(白)     0.5	ナンスト ルーノ ルーノ	
合成清酒(料理酒)     1       こいくちしょうゆ     2       人参     10       玉ねぎ     20       もやし     10       キャベツ     25       中華スープの素・ヘルシーファーム     0.2       三温糖     1.5       こいくちしょうゆ     1       コチュジャン     1.3       豆板醤     0.03       ごま油     0.5       すりごま(白)     0.5	のついてからく	
人参 10 玉ねぎ 20 もやし 10 キャベツ 25 中華スープの素・ヘルシーファーム 0.2 三温糖 1.5 こいくちしょうゆ 1 コチュジャン 1.3 豆板醤 0.03 ごま油 0.5 すりごま(白) 0.5	勝もも(小国切れ) 	
人参 10 玉ねぎ 20 もやし 10 キャベツ 25 中華スープの素・ヘルシーファーム 0.2 三温糖 1.5 こいくちしょうゆ 1 コチュジャン 1.3 豆板醤 0.03 ごま油 0.5 すりごま(白) 0.5	合成清潤(料理潤)	
玉ねぎ     20       もやし     10       キャベツ     25       中華スープの素・ヘルシーファーム     0.2       三温糖     1.5       こいくちしょうゆ     1       コチュジャン     1.3       豆板醤     0.03       ごま油     0.5       すりごま(白)     0.5	こいくちしょうゆ	
もやし     10       キャベツ     25       中華スープの素・ヘルシーファーム     0.2       三温糖     1.5       こいくちしょうゆ     1       コチュジャン     1.3       豆板醤     0.03       ごま油     0.5       すりごま(白)     0.5	<u>人参</u>	
中華スープの素・ヘルシーファーム     0.2       三温糖     1.5       こいくちしょうゆ     1       コチュジャン     1.3       豆板醤     0.03       ごま油     0.5       すりごま(白)     0.5		20
中華スープの素・ヘルシーファーム     0.2       三温糖     1.5       こいくちしょうゆ     1       コチュジャン     1.3       豆板醤     0.03       ごま油     0.5       すりごま(白)     0.5	もやし	10
三温糖       1.5         こいくちしょうゆ       1         コチュジャン       1.3         豆板醤       0.03         ごま油       0.5         すりごま(白)       0.5		25
こいくちしょうゆ     1       コチュジャン     1.3       豆板醤     0.03       ごま油     0.5       すりごま(白)     0.5	中華スープの素・ヘルシーファーム	0.2
こいくちしょうゆ     1       コチュジャン     1.3       豆板醤     0.03       ごま油     0.5       すりごま(白)     0.5	三温糖	1.5
豆板醤     0.03       ごま油     0.5       すりごま(白)     0.5	こいくちしょうゆ	1
豆板醤     0.03       ごま油     0.5       すりごま(白)     0.5	コチュジャン	1.3
ごま油     0.5       すりごま(白)     0.5	豆板醬	0.03
すりごま(白) 0.5	ごま油	
	すりごま(白)	
	'	
		<u> </u>

Bコース 令和 7年 9月 8日月曜日

料理名/食品名	分量
中華麺	<i>77 =</i>
中華麺 (70g)	70
; =	
牛乳	
牛乳(200ml)	206
1 15 (===:)	
ごまみそラーメン	
炒め油(サラダ油)	0.5
阪7kき肉	18
豚ひき肉 おろししょうが	0.7
おろしにんにく	0.7
おろしにんにく 混合こしょ <b>う</b>	0.02
人参	5
もやし	15
コーン	7
_ <u>_ 」</u> _ ねぎ	7
中華スープの素・ヘルシーファーム	
味噌ラーメンスープの素	0.5
	7.7
米みそ・中沢	3.8
にら いりごま(白)	3
いりこま(日)	1
とうがらし	0.02
水	145
<b>トーキナ</b> 、一担は、。 <b>)</b>	
ミニきなこ揚げパン	- 00
豆腐ブレッド	20
<u>油</u>	2
きな粉	3.5
グラニュー糖	5
食塩	0.04
4	
カラフルサラダ キャベツ	- 0.0
<b>エ</b> カヘッ	20
女士にこれ / 世	-
冷凍ほうれん草	18
冷凍ほうれん草	18 5
イド・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	18
冷凍ほうれん草 赤パプリカ(冷凍) 黄パプリカ(冷凍)	18 5
冷凍ほうれん草 赤パプリカ(冷凍) 黄パプリカ(冷凍) 玉ねぎドレッシング	18 5 5
冷凍ほうれん草 赤パプリカ(冷凍) 黄パプリカ(冷凍)	18 5
冷凍ほうれん草 赤パプリカ(冷凍) 黄パプリカ(冷凍) 玉ねぎドレッシング	18 5 5

Bコース 令和 7年 9月 9日火曜日

料理名/食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米 (80g) 精白米(強化米)	80
精白米(強化米)	0.24
THE PHODE IS NOT	
牛乳	
牛乳(200ml)	206
十年(200IIII)	200
春雨スープ	-
	-
<u>人参</u> 玉ねぎ	5 10
コーン	5
糸かまぼこ	10
カットはるさめ	3
冷凍豆腐ダイスカット	8
食塩	0.56
混合こしょう	0.01
こいくちしょうゆ	1.07
中華スープの素・ヘルシーファーム	1.3
冷凍こまつな	5
水	145
71	110
フョウ ハス(原)	
フヨウハイ(卵) フヨウハイ	40
こいくちしょうゆ	
こいくらしようが	1.3
三温糖	1
水	7
でん粉(片栗粉)	0.4
 麻婆なす	
炒め油(サラダ油)	0.4
豚ひき肉	17
おろししょうが	0.1
おろしにんにく	
ねぎ	0.1
	8
人参	5
たけのこ水煮缶	8
干ししいたけ スライス	0.5
水	8
中華スープの素・ヘルシーファーム	0.4
三温糖	0.7
こいくちしょうゆ	1.9
米みそ・中沢	2.5
豆板醬	0.2
生揚げ	20
なす	30
にら	2
でん粉(片栗粉)	
ごま油	0.6
して畑	0.2

Bコース 令和 7年 9月10日水曜日

料理名/食品名	分量
食パン	
食パン (40g)	40
2 1 1 3/	
牛乳	
牛乳(200ml)	206
十 <u>子</u> L(2001111)	200
   枝豆ス一プ(乳)	
	0.5
炒め油(サラダ油)	0.5
玉ねぎ	20
人参	8
冷凍えだまめペースト	15
むき枝豆 冷凍	8
コンソメ・ヘルシーファーム	1
食塩	0.2
混合こしょう	0.03
シチューの素	15
調理用牛乳	20
μης- <b>Σ/13   7</b> 0	20
ハンバーグトフトソーフ	
ハンバーグトマトソース ハンバーグ 60g	60
ハンハーラ 60g	
<u> </u>	0.25
- 立ねさ	13
おろしにんにく トマト缶詰 ダイス	0.24
トマト缶詰タイス	13
デミグラスソース トマトケチャップ	4
トマトケチャップ	5
赤ワイン	0.6
三温糖	0.25
パセリチップ	0.03
キャベツとにんじんのサラグ	ず
キャベツ	33
人参	10
コーン	5
	-
イタリアンドレッシング	
イタリアンドレッシング	5
	3
	1
	1
	+
	1

Bコース 令和 7年 9月11日木曜日

料理名/食品名	分量
わかめごはん	
精白米 (80g) 精白米(強化米)	80
精白米(強化米)	0.24
わかめごはんの素	2.8
1270 03 2 10.7 0 02 310	
牛乳	
牛乳(200ml)	206
十年(200IIII)	200
本庄なすのみそ汁	
本圧なりのみて汗	
かつおだしパック	2
人参	5
大根。	10
玉ねぎ	15
冷凍カット油揚げ	5
なす	15
麦みそ・ヤマキ	5.5
米みそ・中沢	5.5
冷凍こまつな	5
水	145
鶏肉の唐揚げ	
鶏むね切り身(皮付) 50g	50
おろししょうが	1
こいくちしょうゆ	3
今代津海(料田海)	2
合成清酒(料理酒) でん粉(片栗粉) 薄力粉 1等	5
さんが(月末が)	
- 海月切 「守 - 油	2.5
油	3.85
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	25
<u>塩ドレッシング</u> 塩ドレッシング	
塩ドレッシング	5
<del></del>	

Bコース 令和 7年 9月12日金曜日

料理名/食品名 ごはん(精白米)	分量
ごはん(精白米)	
精白米 (80g)	80
精白米(強化米)	0.24
111111111111111111111111111111111111111	
牛乳	
牛乳(200ml)	206
1 76 (200mm)	1 200
小松菜のみそ汁	+
かつおだしパック	- 2
人参	5
<u> </u>	10
カットんのさ	
さといもスライス 米みそ・中沢	20
米みぞ・中沢	5.5
麦みそ・ヤマキ	5.5
こまつな	15
水	150
さばのカレー風味焼き	
さば切り身 40g	40
カレー粉	0.3
こいくちしょうゆ	3
本みりん	3
合成清酒(料理酒)	1
おろししょうが	0.6
00 3000 370	- 0.0
生場げの五日者	+
生揚げの五目煮炒め油(サラダ油)	0.8
豚もも(小間切れ)	6.5
合成清酒(料理酒)	0.8
人参	8
たけのこ水煮缶	8
エレンたけフライフ	0.8
<u>干ししいたけ スライス</u> 玉ねぎ	17
生揚げ	25
キャベツ	
— : 日 wd	25
三温糖こいくちしょうゆ	1
こいくらしよフリタ	4.9
でん粉(片栗粉)	1.2
	1
	<u> </u>
	<u> </u>
	ļ

Bコース 令和 7年 9月16日火曜日

料理名/食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米 (80g)	80
精白米(強化米)	0.24
牛乳	
牛乳(200ml)	206
1 76 (2001111)	200
わかめスープ	
	10
<u>人参</u> 玉ねぎ	20
エねさ	
コーン	5
中華スープの素・ヘルシーファーム	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
水	158
-	
ポークしゅうまい②	
ポークしゅうまい 18g×2	36
The Delig Jacon Tog NZ	- 00
ビビンバの具	
<u>しこつへの兵</u> 炒め油(サラダ油)	0.45
がめ油(リフタ油)	_
豆板醬	0.06
豚ひき肉	27
合成清酒(料理酒)	0.8
おろししょうが	0.65
おろしにんにく	0.65
人参	6
ぜんまい水煮	5
はくさい キムチ	5.8
二海輔	2
ニルグ こいくちしょうゆ	4.8
本みりん	1
冷凍ほうれん草	10
もやし	33
オイスターソース	_
オイスターソース いりごま(白)	0.7
いりこよ(日)	1

Bコース 令和 7年 9月17日水曜日

料理名/食品名	分量
子供パン	
子供パン (40g)	40
牛乳	
牛乳(200ml)	206
イタリアンスープ	
炒め油(サラダ油)	0.5
鶏むね小間(皮付)	15
玉ねぎ	20
人参	5
コーン	5
トマト缶詰 ダイス	27
トマトケチャップ	3
トマトペースト	3
コンハノメ・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
混合こしょう 冷凍ほうれん草	5
水	150
白身鱼フライ	-
白身魚フライ 白身魚フライ 50g	50
油	3.5
/H	1 0.0
花野菜サラダ	-
冷凍ブロッコリー	30
冷凍カリフラワー	15
711/4/37/27/2	10
イタリアンドレッシング	_
イタリアンドレッシング イタリアンドレッシング	5
17772107227	<del>                                     </del>
パックソース	1
パックソース(中濃)	5
ハフファ ハ(中版)	<b>─</b>
	-
	+
	+
	+
	+
	+
	+
	+
	+
	+

Bコース 令和 7年 9月18日木曜日

料理名/食品名	分量
ごはん(精白米) 精白米 (80g)	
精白米(80g)	80
精白米(強化米)	0.24
有日本(選出本)	0.24
牛乳	
牛乳(200ml)	206
じゃがいものみそ汁	
かっただい。	2
かつおだしパック	2
じゃがいも	25
玉ねぎ	15
人参	5
冷凍カット油揚げ	5
ねぎ	5
麦みそ・ヤマキ 米みそ・中沢	6.5
	6.5
水	145
豆腐ハンバーグおろしソー	z
豆腐ハンバーグおろしソージ 豆腐ハンバーグ 50g	50
立肉ハンハーク JUg	
三温糖	1
本みりん	1.5
穀物酢	2.3
こいくちしょうゆ	4.5
おろししょうが	0.1
ソテーオニオン(角切り)	10
大根	10
水	3
ひじきの彩り炒め	
炒め油(サラダ油)	0.5
アの川(ソファ川)	
人参	10
ひじき	1.25
しらたき	15
さつま揚げ(卵白抜)	5
むき枝豆 冷凍	6
三担軸	1.2
<u>二価値</u> こいくちしょうゆ	
こいくらしようゆ	3.2
本みりん	1.25
水	1.5
	1
	1
i	1

Bコース 令和 7年 9月19日金曜日

料理名/食品名	分量
もち麦ごはん	
もち麦	10
<u> 100爻</u> 蛙白坐 (70~)	70
精白米 (70g)	
精白米(強化米)	0.21
牛乳	
牛乳(200ml)	206
1 48 (2001111)	200
古昭士1 (到)	
夏野菜カレー(乳)	
炒め油(サラダ油)	0.5
豚もも(小間切れ)	25
おろししょうが	0.4
おろしにんにく 玉ねぎ	0.4
エシギ	25
人参	15
なす	15
調理用牛乳	15
トマト缶詰 ダイス	15
ソテーオニオン(角切り)	5
チャツネ	1
ファブルン・フ	
アップルソース 中濃ソース	6
中濃ソース	1
ダイスかぼちゃ	30
給食用カレーフレーク(ハウス)	15
こくまろカレーフレークプロブレンド	6
	- 0
上 / / 以 / 局口 〉	
オムレツ(卵)	
プレーンオムレツ (40g)	40
グリーンサラダ	
キャベツ 冷凍ほうれん草	30
	12
一	
きゅうり	7
玉ねぎドレッシング	<u> </u>
玉ねぎドレッシング 玉ねぎドレッシング	5
	<b> </b>
	-
	1

## 明細献立表

Bコース 令和 7年 9月22日月曜日

料理名/食品名	分量
中華麺	
中華麺 (70g)	70
牛乳	
牛乳(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)	17
おろししょうが	0.1
おろしにんにく	0.1
人参	10
おきあみ姫なると	5
もやし	15
ねぎ	5
中華スープの素・ヘルシーファーム	0.6
醤油ラーメンスープ・シャンファン	8.6
食塩	0.4
混合こしょう	0.01
こいくちしょうゆ	5.8
にら	3
水	145
八	140
揚げたこ焼き	
タコdeたこ焼き 35g	35
<u> </u>	2.8
	2.0
 ごぼうサラダ	1
	O.E.
- 千切りごぼう	25
人参	6
きゅうり	8
->+1°1> > +3°	
ごまドレッシング ごまドレッシング	<u> </u>
こまトレツンング	5
- <b>- - - - - - - - - -</b>	
ヨーグルト(乳)	
ソフール元気ヨーグルト	70

Bコース 令和 7年 9月24日水曜日

料理名/食品名	分量
	刀里
バターロール(乳)	
バターロール (40g)	40
牛乳	
牛乳(200ml)	206
玉ねぎスープ	
上はさん一ノ	
玉ねぎ	25
無塩せきベーコン(短冊切り)	10
コーン	15
<u></u> 食塩	
<u> </u>	0.7
混合こしょう	0.02
混合こしょう コンソメ・ヘルシーファーム パセリチップ	1.7
パカリチップ	0.03
-	
水	150
野菜グラタン	
<u>野菜グラタン 40g</u>	40
野米グブダン 40g	40
マカロニサラダ	
	20
キャベツ マカロニ(ツイスト) コーン	22
マカロニ(ツイスト)	5
コーン	5
	4
八岁	4
イタリアンドレッシング イタリアンドレッシング	
イタリアンドレッドノング	5
1777210727	
	$\vdash$
	$\vdash$
	$\vdash$
	L
	$\vdash$

Bコース 令和 7年 9月25日木曜日

料理名/食品名 分量 ごはん(精白米) 精白米(80g) 8 精白米(強化米) 0.2 牛乳 牛乳(200ml) 20
精白米 (80g) 8 精白米(強化米) 0.2 牛乳 牛乳 (200ml) 20 中華スープ
精白米(強化米) 0.2 牛乳 牛乳 (200ml) 20 中華スープ
牛乳       牛乳(200ml)       中華スープ
牛乳(200ml)     20       中華スープ
牛乳(200ml)     20       中華スープ
中華スープ
無塩せきベーコン(短冊切り)
人参 1
コーン 1
ねぎ 1
中華スープの素・ヘルシーファーム 1.
食塩 0.5
こいくちしょうゆ 0.4
混合こしょう 0.0
チンゲンサイ 1
水 15
カレーン・エカツ
カレーメンチカツ レバー入りカレーメンチカツ 40g 4
レバー入りカレーメンチカツ 40g   4
油 3.
油 3.
油 3. 焼きビーフン
油 3. 焼きビーフン 炒め油(サラダ油) 0.
油 3. 焼きビーフン 炒め油(サラダ油) 0. 豚もも(千切り)
油 3. 焼きビーフン 炒め油(サラダ油) 0. 豚もも(千切り) おろししょうが 0.
油 3. 焼きビーフン 炒め油(サラダ油) 0. 豚もも(千切り) おろししょうが 0. おろしにんにく 0.
油 3. 焼きビーフン 炒め油(サラダ油) 0. 豚もも(千切り) おろししょうが 0. おろしにんにく 0. 人参
油 3. 焼きビーフン 炒め油(サラダ油) 0. 豚もも(千切り) おろししょうが 0. おろしにんにく 0. 人参 玉ねぎ 1
油 3. 焼きビーフン 炒め油(サラダ油) 0. 豚もも(千切り) おろししょうが 0. おろしにんにく 0. 人参 玉ねぎ 1 キャベツ 2
油 3. 焼きビーフン 炒め油(サラダ油) 0. 豚もも(千切り) おろししょうが 0. おろしにんにく 0. 人参 玉ねぎ 1 キャベツ 2
油 3. 焼きビーフン 炒め油(サラダ油) 0. 豚もも(干切り) おろししょうが 0. おろしにんにく 0. 人参 玉ねぎ 1 キャベツ にら 干ししいたけ スライス 0. ビーファ
油 3. 焼きビーフン 炒め油(サラダ油) 0. 豚もも(干切り) おろししょうが 0. おろしにんにく 0. 人参 玉ねぎ 1 キャベツ 2 にら 干ししいたけ スライス 0. ビーフン
油 3. 焼きビーフン 炒め油(サラダ油) 0. 豚もも(干切り) おろししょうが 0. おろしにんにく 0. 人参 玉ねぎ 1 キャベツ にら 干ししいたけ スライス 0. ビーフン 中華スープの素・ヘルシーファーム 0. 0. ローフン ローフン ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
油 3. 焼きビーフン 炒め油(サラダ油) 0. 豚もも(干切り) おろししょうが 0. おろしにんにく 0. 人参 エねぎ 1 キャベツ (こら 干ししいたけ スライス 0. ビーフン 中華スープの素・ヘルシーファーム り. 料理酒
油   3.
油
油
油   3.

Bコース 令和 7年 9月26日金曜日

料理名/食品名 ごはん(精白米)	分量
ごはん(精白米)	
精白米 (80g)	80
精白米 (80g) 精白米(強化米)	0.24
牛乳	
牛乳(200ml)	206
せんべい汁 かつおだしパック	
かつおだしパック	2
乳がわい間(皮付)	15
新りるだしハック 鶏むね小間(皮付) ごぼう	7
人参	8
カットしめじ	8
ねぎ	7
かわらせんべい	10
本みりん	10
<u> 本みりん</u> こいくちしょうゆ	4
	0.5
水	145
ナバッチははさ	
さばの香味焼き	
さば切り身 (40g)	40
玉ねぎ	8
おろしにんにく	0.3
三温糖	1.3
し . しくちしょつだり	2
穀物酢	0.9
すりごま(白)	2
おひたし	
冷凍ほうれん草	15
キャベツ	28
人参	5
ボトルしょうゆ	
ボトルしょうゆ	2.5
	1

Bコース 令和 7年 9月29日月曜日

料理名/食品名	分量
地粉うどん	
地粉うどん (70g)	70
牛乳	
牛乳(200ml)	206
1 11 (200111)	
本庄なすのつけ汁	
本庄なすのつけ汁 炒め油(サラダ油)	0.7
かつおだしパック	0.5
豚もも(小間切れ)	15
なす	15
人参	5
<u> </u>	5
冷凍カット油揚げ	$\rightarrow$
カボリット 一物リー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	5
ねぎ	5
とうがらし	0.01
こいくちしょうゆ	14
本みりん いりごま(白)	0.5
いりこま(日)	0.7
冷凍ほうれん草	5
水	145
野菜かき揚げ	
野菜かき揚げ 40g	40
油	3.5
三色サラダ 冷凍こまつな	
冷凍こまつな	15
キャベツ	28
人参	5
ナムルドレッシング	
ナムルドレッシング	5
	+
	+
	+
	+
	+
	4

Bコース

Bコース 令和 7年 9月30日火曜日

料理名/食品名	分量
ごけん(精白米)	
ごはん(精白米) 精白米(80g)	00
有日本(8Ug)	80
精白米(強化米)	0.24
牛乳	
<u>十孔</u> 牛乳(200ml)	200
十子L(200MI)	206
五目スープ	<u> </u>
人参	5
干ししいたけ スライス	1
たけのこ水多生	
たけのこ水煮缶	10
冷凍豆腐ダイスカット	15
中華スープの素・ヘルシーファーム	1
中華スープの素・ヘルシーファーム	0.7
良塩 こいくちしょうゆ ねぎ	2
たいいつしょ バタ もぎ	
14さ	7
チンゲンサイ	8
水	150
野菜コロッケ	
<u> おスコリノノ</u> 	
野菜コロッケ 50g	50
油	3.5
キムたくごはんの具	
<u> </u>	0.4
アクリカ (ソープン) オー	0.4
豚もも(千切り)	32
はくさい キムチ	15
はくさい キムチ つぼ漬	15
こいくちしょうゆ	0.7
ねぎ	10
	1
	1
	1
<u> </u>	