（料理使用量より）

明細献立表

中学コース
平成29年07月03日月曜日
上北中　3年中止

料理名／食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米（100g）	100
精白米(強化米)	0.33
牛乳（中：割増）	
牛乳(200ml/250ml)（250n	257
上里水菜のすまし汁	
かつおだしパック	2.6
人参	13
冷凍豆腐ﾀﾞｲｽｶｯﾄ	26
こいくちしょうゆ	2.6
食塩	1.11
水菜	19.5
カットわかめ	0.65
あじのみそ風味焼き	
あじ	50
食塩	0.13
混合こしょう	0.03
麦みそ・ヤマキ	2.6
ノンエッグマヨネーズ　QP	10.4
上里新じゃがいものそぼろ煮	
炒め油(サラダ油)	0.65
鶏ひき肉	15.6
合成清酒(料理酒)	0.91
玉ねぎ	19.5
じゃがいも	58.5
三温糖	1.3
本みりん	1.3
こいくちしょうゆ	4.29
冷凍カットいんげん	6.5
水	4.16

中学コース
平成29年07月04日火曜日
上中　全中止　　上北中　3年中止

料理名／食品名	分量
中華麺	
中華麺（100g）	100
牛乳	
牛乳（200ml）（200ml）	206
ジャージャー麺	
炒め油(サラダ油)	1.3
おろししょうが	0.65
おろしにんにく	1.3
豚ひき肉	32.5
人参	26
玉ねぎ	49.4
干ししいたけ スライス	1.3
中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧ	1.3
三温糖	1.04
こいくちしょうゆ	5.85
本みりん	1.3
米みそ・中沢	8.45
甜麺醤	7.15
トウバンジャン	0.39
穀物酢	0.65
合成清酒(料理酒)	0.91
でん粉(片栗粉)	2.99
地場産とうもろこし	
とうもろこし(生)5cmカット	60
もやしのナムル	
冷凍ほうれん草	26
人参	6.5
もやし	32.5
茹で塩	0.65
ナムルドレッシング（クラス）	
ナムルドレッシング・ﾘｹﾝ（	8
ミルメーク(コーヒー)	
コーヒー牛乳の素 11g	11

中学コース
平成29年07月05日水曜日
上北中　3年中止

料理名／食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米（100g）	100
精白米(強化米)	0.33
飲むヨーグルト	
飲むヨーグルト・愛知ヨー	180
本庄なすのみそ汁	
かつおだしパック	2.6
人参	6.5
玉ねぎ	13
生揚げ	19.5
なす	19.5
冷凍こまつな	10.4
麦みそ・ヤマキ	7.15
米みそ・中沢	7.15
鶏肉の唐揚げ	
鶏もも切り身(皮付)50g/60	60
おろししょうが	1.3
こいくちしょうゆ	3.9
合成清酒(料理酒)	2.6
でん粉(片栗粉)	13
油	4.55
五目煮豆	
炒め油(サラダ油)	0.26
鶏もも(小間切れ)	10.4
合成清酒(料理酒)	0.78
ごぼう(洗い)	15.6
人参	13
切りこんにゃく	16.9
ゆで大豆(ドライパック)	16.9
三温糖	3.51
本みりん	1.69
こいくちしょうゆ	4.55
顆粒和風だし・ﾍﾙｼｰﾌｧｰ	0.39
水	1.95

中学コース
平成29年07月06日木曜日

料理名／食品名	分量
子どもパンスライス(乳)	
子供パンスライス（70g）	70
牛乳（中：割増）	
牛乳(200ml/250ml)（250n	257
クラムチャウダー	
ベーコン(短冊切り)	13
玉ねぎ	39
人参	13
冷凍あさり	19.5
コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	0.78
食塩	0.26
混合こしょう	0.03
シチューの素	19.5
調理用牛乳	23.4
パセリチップ	0.07
野菜コロッケ	
野菜コロッケ・ﾓﾘﾀﾝ 60g	70
油	4.9
コールスローサラダ	
コーン	13
人参	10.4
キャベツ	45.5
茹で塩	0.65
フレンチドレッシング(クラス)	
フレンチドレッシング・ﾉﾝｵ	10
パックソース5g	
パックソース(中濃)5g	5

中学コース
平成29年07月07日金曜日
西中　3年中止

料理名／食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米（100g）	100
精白米(強化米)	0.33
牛乳（中：割増）	
牛乳(200ml/250ml)（250n	257
七夕汁	
かつおだしパック	2.6
人参	13
型抜きかまぼこ（星）	13
カットえのき	13
合成清酒(料理酒)	0.91
こいくちしょうゆ	2.6
本みりん	0.65
食塩	1.04
オクラ	5.2
カットわかめ	0.65
星のハンバーグ和風ソース	
星のハンバーグ（Fe.Ca）（	60
三温糖	1.3
本みりん	1.95
穀物酢	2.99
こいくちしょうゆ	5.85
おろししょうが	0.13
ソテーオニオン	19.5
大根	13
水	3.9
小松菜炒め	
ベーコン(短冊切り)	6.5
コーン	10.4
キャベツ	19.5
冷凍こまつな	32.5
食塩	0.26
中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧ	0.26
混合こしょう	0.01
セレクトゼリー	
ぶどうゼリー	40
ももゼリー	40

明細献立表

中学コース
平成29年07月10日月曜日
西中　3年中止

料理名／食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米（100g）	100
精白米(強化米)	0.33
牛乳（中：割増）	
牛乳(200ml/250ml)（250n	257
夏野菜カレー	
炒め油(サラダ油)	1.04
豚もも(小間切れ)	32.5
赤ワイン	0.65
おろししょうが	0.52
おろしにんにく	0.52
玉ねぎ	41.6
人参	13
なす	19.5
トマト缶詰 ダイス	13
ソテーオニオン	6.5
チャツネ	1.3
アップルソース	7.8
中濃ソース	1.3
ダイスかぼちゃ	41.6
Fカレールウ	10.4
こくまろカレーフレークプロ	13
ほうれん草オムレツ	
ほうれん草オムレツ	60
冷凍みかん	
冷凍みかんMサイズ 100g	100

中学コース
平成29年07月11日火曜日
西中　3年中止

料理名／食品名	分量
地粉うどん	
地粉うどん（100g）	100
牛乳（中：割増）	
牛乳(200ml/250ml)（250n	257
肉うどん	
かつおだしパック	2.6
炒め油(サラダ油)	0.65
豚もも(小間切れ)	32.5
おろししょうが	0.65
人参	13
沖あみなると	6.5
干ししいたけ スライス	0.78
カットまいたけ	3.9
本みりん	1.3
こいくちしょうゆ	15.6
合成清酒(料理酒)	1.04
食塩	0.26
にら	13
たこあげ	
タコdeたこ焼き（35g）	35
油	2.5
秩父こんにゃくサラダ	
ほうれん草入りこんにゃく	13
人参入りこんにゃく	13
コーン	6.5
キャベツ	45.5
茹で塩	0.65
野菜ドレッシング(クラス)	
野菜いっぱいﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和	8
ヨーグルト	
ソフール　元気ヨーグルト	70

中学コース
平成29年07月12日水曜日

料理名／食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米（100g）	100
精白米(強化米)	0.33
牛乳（中：割増）	
牛乳(200ml/250ml)（250n	257
かき玉汁	
かつおだしパック	2.6
人参	13
玉ねぎ	19.5
合成清酒(料理酒)	0.26
こいくちしょうゆ	3.51
食塩	1.43
冷凍こまつな	15.6
でん粉(片栗粉)	1.04
殺菌加工液卵	19.5
鯖の塩焼き	
塩さば切り身 40g/50g（5	50
本庄なすのみそ炒め	
炒め油(サラダ油)	1.3
おろししょうが	0.52
豚もも(小間切れ)	32.5
玉ねぎ	26
人参	10.4
なす	26
三温糖	3.9
米みそ・中沢	5.85
こいくちしょうゆ	2.6
本みりん	1.95
ピーマン	9.1

中学コース
平成29年07月13日木曜日

料理名／食品名	分量
ナン	
ナン（100g）	100
牛乳（中：割増）	
牛乳(200ml/250ml)（250n	257
野菜コンソメスープ	
玉ねぎ	19.5
コーン	13
人参	13
キャベツ	26
コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	1.69
食塩	0.78
混合こしょう	0.03
ローストチキン	
鶏もも切り身(皮付)60g/70	70
食塩	0.33
混合こしょう	0.01
赤ワイン	0.33
玉ねぎ	5.2
おろしにんにく	0.65
セロリー	1.04
こいくちしょうゆ	6.76
キーマカレー	
炒め油(サラダ油)	0.65
豚ひき肉	48.1
カレー粉	0.26
混合こしょう	0.03
おろししょうが	1.04
おろしにんにく	1.04
玉ねぎ	52
人参	23.4
赤ワイン	2.6
レバーそぼろﾚﾄﾙﾄ	2.6
トマトケチャップ	13
中濃ソース	1.3
こいくちしょうゆ	1.3
こくまろカレーフレークプロ	6.5
食塩	0.13
グリンピース	5.2

中学コース
平成29年07月14日金曜日

料理名／食品名	分量
菜飯	
精白米（100g）	100
精白米(強化米)	0.33
菜飯の素	3.64
牛乳（中：割増）	
牛乳(200ml/250ml)（250n	257
上里モロヘイヤスープ	
ベーコン(短冊切り)	19.5
人参	13
玉ねぎ	19.5
干ししいたけ スライス	1.3
中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧ	1.69
こいくちしょうゆ	1.56
食塩	0.65
混合こしょう	0.03
モロヘイヤ	13
白身魚のチリソース	
タラ澱粉付き 50g	50
油	4.16
トマトケチャップ	10.4
三温糖	2.6
こいくちしょうゆ	1.3
トウバンジャン	0.13
おろしにんにく	0.65
おろししょうが	0.59
合成清酒(料理酒)	1.3
でん粉(片栗粉)	0.33
水	5.85
本庄きゅうりと春雨のサラダ	
カットはるさめ	4.55
人参	6.5
キャベツ	39
きゅうり	13
茹で塩	0.65
棒棒鶏ドレッシング（ｸﾗｽ）	
棒棒鶏ドレッシング（ｸﾗｽ）	6.5

明細献立表

中学コース
平成29年07月18日火曜日

料理名／食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米（100g）	100
精白米(強化米)	0.33
牛乳（中：割増）	
牛乳(200ml/250ml)（250n	257
小松菜のみそ汁	
かつおだしパック	2.6
人参	13
さといもスライス(チルド)	26
カットえのき	13
米みそ・中沢	7.15
麦みそ・ヤマキ	7.15
こまつな	19.5
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	2.1
切干大根のカレー炒め	
炒め油(サラダ油)	0.39
人参	7.8
切干大根	5.85
冷凍カット油揚げ	9.1
冷凍あさり	6.5
合成清酒(料理酒)	0.65
三温糖	1.95
本みりん	0.65
水	4.55
こいくちしょうゆ	3.51
カレー粉	0.26
顆粒和風だし・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	0.08
パックソース5g	
パックソース(中濃)5g	5

中学コース
平成29年07月19日水曜日

料理名／食品名	分量
中華麺	
中華麺（100g）	100
牛乳（中：割増）	
牛乳(200ml/250ml)（250n	257
ちゃんぽん麺	
炒め油(サラダ油)	0.65
豚もも(小間切れ)	13
人参	6.5
もやし	13
コーン	9.1
さつま揚げ(卵白抜)	6.5
沖あみなると	6.5
キャベツ	13
中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧ	0.91
塩ラーメンスープ・ｼｬﾝﾌｧﾝ	7.8
食塩	0.72
混合こしょう	0.03
イカ短冊	13
冷凍むきえび	13
ポークしゅうまい③	
ポークシューマイ	54
枝豆サラダ	
むき枝豆　冷凍	15.6
ゆで大豆(ドライパック)	7.8
人参	6.5
キャベツ	39
茹で塩	0.65
たまねぎﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ(クラス)	
玉ねぎドレッシング・アルハ	8
はちみつレモンゼリー	
はちみつレモンゼリー（60	60