

明細献立表

中学コース
平成30年04月11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	
牛乳(200ml)(200ml)	206
野菜碗	
かつおだしパック	2.6
人参	13
大根	19.5
ごぼう(洗い)	9.1
ねぎ	13
切りこんにゃく	19.5
冷凍カット油揚げ	6.5
麦みそ・ヤマキ	13
こいくちしょうゆ	0.78
キャベツメンチ	
キャベツメンチカツ	70
油	4.9
小松菜サラダ	
人参	6.5
キャベツ	26
こまつな	26
コーン	10.4
茹で塩	0.65
パックソース5g	
パックソース(中濃)5g	5
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)	8
お祝いデザート	
お祝いゼリー(大豆クリーム)	35

中学コース
平成30年04月12日木曜日

料理名/食品名	分量
はちみつパン(乳)	
はちみつパン(70g)	70
牛乳	
牛乳(200ml)(200ml)	206
玉ねぎ黄金スープ	
ベーコン(短冊切り)	6
玉ねぎ	45.5
ソテーオニオン	6.5
ねぎ	13
コーン	19.5
食塩	1.17
混合こしょう	0.03
コンソメ・ヘルシーファーム	1.82
パセリチップ	0.04
ローストチキン	
鶏むね切り身(皮付)40g/個	50
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	1.04
こいくちしょうゆ	6.76
野菜のペペロンチーノ	
オリーブ油	0.52
おろしにんにく	0.26
豆板醤	0.07
シーチキンオイル無添加	13
冷凍こまつな	15.6
人参	9.1
カットエリンギ	9.1
スパゲッティ(ハーフ)	19.5
炒め油(サラダ油)	0.33
茹で塩	0.33
コンソメ・ヘルシーファーム	0.52
こいくちしょうゆ	2.6
食塩	0.13
混合こしょう	0.01

中学コース
平成30年04月13日金曜日

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	
牛乳(200ml)(200ml)	206
トマトハヤシライス	
炒め油(サラダ油)	0.65
豚もも(小間切れ)	26
赤ワイン	1.3
玉ねぎ	39
人参	13
じゃがいも	52
トマト缶詰 ダイス	26
ハヤシブレイク(ハウス)	24.7
えびかつ	
エビカツ	60
油	4.2
春キャベツのサラダ	
キャベツ	45.5
コーン	6.5
きゅうり	13
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(クラス)	10

中学コース
平成30年04月16日月曜日

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	
牛乳(200ml)(200ml)	206
あさりとし揚げのみそ汁	
かつおだしパック	2.6
人参	19.5
カットえのき	13
冷凍あさり	19.5
生揚げ	23.4
ねぎ	19.5
冷凍こまつな	13
米みそ・中沢	7.15
麦みそ・ヤマキ	7.15
さわらの春色焼き	
さわらの春色焼き	50
筑前煮	
炒め油(サラダ油)	0.78
鶏もも(角切り)	19.5
合成清酒(料理酒)	0.91
乱切りごぼう	11.7
人参	19.5
三角こんにゃく	19.5
たけのこ水煮缶 一斗缶	9.1
干しいたけ スライス	0.91
三温糖	3.25
本みりん	1.3
顆粒和風だし・ヘルシーファーム	0.65
こいくちしょうゆ	6.24
さといも乱切り(チルド)	28.6
冷凍カットいんげん	6.5
水	6.5

中学コース
平成30年04月17日火曜日

料理名/食品名	分量
中華麺	
中華麺(100g)	100
牛乳	
牛乳(200ml)(200ml)	206
ごまみそラーメン	
ごま油	0.65
豚ひき肉	26
おろししょうが	0.91
おろしにんにく	0.91
混合こしょう	0.03
人参	13
もやし	26
ねぎ	13
味噌ラーメンスープの素	7.8
米みそ・中沢	16.9
冷凍こまつな	9.1
いりごま(白)	1.3
とうがらし	0.01
春巻き	
春巻	50
油	2.8
海藻サラダ	
サラダこんにゃく	3.9
コーン	6.5
キャベツ	39
給食用海藻ミックス	0.65
ほしひじき	0.8
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30年04月18日水曜日

中学コース
平成30年04月19日木曜日

中学コース
平成30年04月20日金曜日

中学コース
平成30年04月23日月曜日

中学コース
平成30年04月24日火曜日

料理名/食品名	分量
わかめごはん	
精白米(100g)	100
精白米(強化米)	0.33
わかめごはんの素	3.64
牛乳	
牛乳(200ml)(200ml)	206
小松菜のみそ汁	
かつおだしパック	2.6
人参	12
大根	25
カットえのき	10
こまつな	20
米みそ・中沢	7.15
麦みそ・ヤマキ	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	5.01
花野菜サラダ	
冷凍ブロッコリー	39
冷凍カリフラワー	19.5
茹で塩	0.65
ごまドレッシング(クラス)	
ごまドレッシング(クラス)(30)	8

料理名/食品名	分量
子どもパン(乳)	
子どもパン 1個取り(70g)	70
牛乳	
牛乳(200ml)(200ml)	206
ABCスープ	
ベーコン(短冊切り)	13
玉ねぎ	26
人参	13
キャベツ	32.5
マカロニ(アルファベット)	7.15
コンソメ・ヘルシーファーム	1.3
食塩	1.17
混合こしょう	0.03
ハンバーグデミソース	
ハンバーグ	80
オリーブ油	0.39
玉ねぎ	23.4
セロリー	1.95
デミグラスソース	13.78
三温糖	0.78
赤ワイン	0.91
トマトケチャップ	7.67
ウスターソース	3.9
水	6.5
粉ふきいも	
じゃがいも	78
茹で塩	0.72
あおのり	0.03
混合こしょう	0.01

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	
牛乳(200ml)(200ml)	206
わかめスープ	
人参	13
カットえのき	13
コーン	9.1
ねぎ	13
中華スープの素・ヘルシーファーム	1.69
食塩	0.78
混合こしょう	0.03
こいくちしょうゆ	2.6
カットわかめ	0.91
チンゲンサイ	19.5
えびしゅうまい③	
えびしゅうまい	54
ビビンバごはんの具	
ごま油	0.59
豚ひき肉	35.1
合成清酒(料理酒)	1.04
おろししょうが	0.85
おろしにんにく	0.85
人参	7.8
ぜんまい水煮	6.5
はくさい キムチ	7.54
もやし	42.9
三温糖	3.38
こいくちしょうゆ	6.24
本みりん	1.3
豆板醤	0.08
オイスターソース	0.91
冷凍ほうれん草	13
いりごま(白)	1.3
ヨーグルト	
ソフール 元気ヨーグルト	70

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	
牛乳(200ml)(200ml)	206
玉ねぎのみそ汁	
かつおだしパック	2.6
玉ねぎ	52
人参	9.1
生揚げ	15
カットわかめ	0.65
麦みそ・ヤマキ	7.15
米みそ・中沢	7.15
鶏のたれカツ丼	
鶏むね切り身(皮無)40g/	50
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	5
本みりん	1.5
水	5
切干大根のサラダ	
切干大根	5.2
キャベツ	26
人参	9.1
茹で塩	0.65
和風ドレッシング(クラス)	
和風ドレッシング(クラス)30	8
カットグレープフルーツ	
カットグレープフルーツ	50

料理名/食品名	分量
地粉うどん	
地粉うどん(100g)	100
飲むヨーグルト	
飲むヨーグルト(180ml)	180
五目うどん	
かつおだしパック	2.6
豚もも(小間切れ)	13
人参	13
干しいたけ スライス	0.65
沖あみなると	6.5
冷凍カット油揚げ	6.5
ねぎ	13
こいくちしょうゆ	17.55
本みりん	0.65
食塩	0.33
冷凍こまつな	15.6
みそポテト③	
乱切りじゃがいも	60
薄力粉 1等	10.14
でん粉(片栗粉)	0.52
食塩	0.1
水	12.61
油	3.6
麦みそ・ヤマキ	5.2
本みりん	4.2
三温糖	6.7
でん粉(片栗粉)	0.56
水	9.8
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
たまねぎドレッシング(クラス)	
たまねぎドレッシング(クラス)30	8

