## 明細献立表

中学コース 令和 7年11月 4日火曜日

料理名/食品名	分量
中華麺	
中華麺 (90g)	90
牛乳	
牛乳(200ml)	206
しょうゆラーメン	
炒め油(サラダ油)	0.65
豚もも(小間切れ)	22
おろししょうが	0.12
おろしにんにく	0.12
人参	11.5
おきあみ姫なると	11.5
もやし	23
ねぎ	11.5
中華スープの素・ヘルシーファーム	0.72
醤油ラーメンスープ・シャンファン	10
食塩	0.46
混合こしょう	0.01
こいくちしょうゆ	6.7
にら	5.8
ウインナードッグ(乳)	
無塩せきウインナー 40g	40
ホットケーキミックス	14.3
水	10.4
油	4
コーンサラダ	
キャベツ	45.5
コーン	7.8
	9.1
ナムルドレッシング	
ナムルドレッシング ナムルドレッシング	8
, = 1, 5 , 5 , 5 ,	

中学コース 令和 7年11月 5日水曜日

10 TH 5 (A H 5	T = 1
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)	0.31
牛乳	
牛乳(200ml)	206
いも煮汁	
かつおだしパック	2.6
鶏もも小間(皮付)	15.6
人参	6
ごぼう(洗い)	6.5
切りこんにゃく	13
さといもスライス	30
<u>- さといもネノイス</u> 大根	12
<u></u>	6.5
- 戸保カット油物リー	
ねぎ	12
こいくちしょうゆ	8.4
食塩	0.18
<u> </u>	
鮭のちゃんちゃん焼き	
さけ切り身 40g	40
おろししょうが 米みそ・中沢	0.39
<u> 米みそ・中沢</u>	5.2
本みりん三温糖	0.52
三温糖	0.26
キャベツ	6.5
人参	1.3
れんこん水煮	5.2
紙カップ(小判型)	1.3
1507575 (11111)	
生揚げの煮物	
<u>エ協ける点物</u> 生揚げ	45.5
<u> </u>	13
三温糖	1.95
こいくちしょうゆ	5.2
<u>こいくらしょうゆ</u> カレー粉	0.29
<u>ガレー材</u> 水	3.12
小	3.12
	+
	+
	$\perp$
	+
	$\perp$

中学コース 令和 7年11月 6日木曜日

料理名/食品名	分量
子供パン	
<u> 子供パン (60g)</u>	60
牛乳	
牛乳(200ml)	206
1 18 (200111)	
クラムチャウダー(乳)	
炒め油(サラダ油)	0.39
無塩せきベーコン(短冊切り)	23
- 無塩セッハーコン(短冊切り) - 玉ねぎ	29
_ エねさ エ	
人参	12
じゃがいも	18
冷凍あさり	18
白ワイン	2.3
コンソメ・ヘルシーファーム	0.85
ローレル(粉末)	0.01
混合こしょう	0.03
シチューの素	15
調理用牛乳	18
パセリチップ	0.04
	0.0.
えびかつ(甲殻類)	
えびかつ 60g	60
<u> </u>	2.8
一四	2.0
<b>ウェナ</b> いがい	
ゆでキャベツ	
キャベツ	45.5
パックソース	
パックソース(中濃)	5
マスカットゼリー	
マスカットゼリー マスカットゼリー	60

中学コース 令和 7年11月 7日金曜日

拟理名 / 今日名	, e
料理名/食品名	分量
ごはん(精白米)	100
精白米 (100g)	100
精白米(強化米)	0.31
4 到	1
<u>牛乳</u>	000
牛乳(200ml)	206
 雲吞スープ	
人参	3.5
<u>- ハッ</u> おきあみ姫なると	6
まなし.	12
もやし こいくちしょうゆ	5.2
	0.52
<u></u>	0.01
中華スープの素・ヘルシーファーム	1.8
肉入りワンタン	32.5
<u>- ベスケッシック</u> - 冷凍こまつな	10.4
<u> </u>	214.5
	214.0
空揚げ	
<u>鶏むね切り身(皮付) 50g</u>	50
おろししょうが	1.3
おろししょうが 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)	9.75
油	5.01
<b>7</b>	
白菜のうま煮	
炒め油(サラダ油)	1.04
豚もも(小間切れ)	13
人参	9.1
<u>ス</u> シ 玉ねぎ	26
干ししいたけ スライス	0.65
たけのこ水煮缶	9.1
はくさい	45.5
おろし トうが	0.26
三温糖	1.04
<u>ー価</u> こいくちしょうゆ	3.9
中華スープの素・ヘルシーファーム	0.78
でん粉(片栗粉)	1.3
<u></u>	0.39
<u> С 6 /4</u>	0.09
	<b>†</b>

中学コース 令和 7年11月10日月曜日

料理名/食品名	分量
<u>もち</u> 麦ごはん	77 =
<u>もち麦</u>	10
精白米 (90g)	90
精白米 (90g) 精白米(強化米)	0.27
相口水(金色水)	0.27
牛乳	
牛乳(200ml)	206
1 15 (=======	
ポークカレー(乳) 炒め油(サラダ油)	
炒め油(サラダ油)	0.65
豚もも(小間切れ) 赤ワイン	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	39
人参	13
じゃがいも	52
ソテーオニオン(角切り)	7.8
チャツネ	1.3
アップルソース 中濃ソース	2.6
中濃ソース	0.59
調理用牛乳 こくまろカレーフレークプロブレント	13
こくまろカレーフレークプロブレンド	7.02
給食用カレーフレーク(ハウス)	17.42
<u>給食用カレーフレーク(ハウス)</u> 水	17.42 78
水	
水みかん	78
水	
水 みかん みかん	78
水 みかん みかん マカロニサラダ	100
水 みかん みかん マカロニサラダ マカロニ(ツイスト)	100
水 みかん みかん マカロニサラダ マカロニ(ツイスト) コーン	78 100 7.8 7.8
水 みかん みかん マカロニサラダ マカロニ(ツイスト) コーン むき枝豆 冷凍	78 100 7.8 7.8 6.5
水 みかん みかん マカロニサラダ マカロニ(ツイスト) コーン	78 100 7.8 7.8
水 みかん みかん マカロニサラダ マカロニ(ツイスト) コーン むき枝豆 冷凍 キャベツ	78 100 7.8 7.8 6.5
水 みかん みかん マカロニサラダ マカロニ(ツイスト) コーン むき枝豆 冷凍 キャベツ	78 100 7.8 7.8 6.5 26
水 みかん みかん マカロニサラダ マカロニ(ツイスト) コーン むき枝豆 冷凍 キャベツ	78 100 7.8 7.8 6.5
水 みかん みかん マカロニサラダ マカロニ(ツイスト) コーン むき枝豆 冷凍 キャベツ	78 100 7.8 7.8 6.5 26
水 みかん みかん マカロニサラダ マカロニ(ツイスト) コーン むき枝豆 冷凍	78 100 7.8 7.8 6.5 26
水 みかん みかん マカロニサラダ マカロニ(ツイスト) コーン むき枝豆 冷凍 キャベツ	78 100 7.8 7.8 6.5 26

## 明細献立表

中学コース 令和 7年11月11日火曜日

料理名/食品名 分量 地粉うどん 地粉うどん (90g) 90 牛乳 牛乳(200ml) 206 肉うどん かつおだしパック 2.6 炒め油(サラダ油) 0.5 豚もも(小間切れ) 32.5 12 玉ねぎ 人参 5.75 干ししいたけ スライス 0.58 おきあみ姫なると 5.75 冷凍カット油揚げ 12 12.7 こいくちしょうゆ 本みりん 0.92 食塩 0.25 冷凍ほうれん草 9.2 173 みそポテト③ ポテトてんぷら 25g×3 75 5.25 麦みそ・ヤマキ 本みりん 6 4.5 三温糖 でん粉(片栗粉) 0.75 10.5 秩父こんにゃくサラダ キャベツ 45.5 ほうれん草入りこんにゃく 13 人参入りこんにゃく 6.5 塩ドレッシング 塩ドレッシング 6.5

中学コース 令和 7年11月12日水曜日

料理名/食品名	分量
	77 =
<u>= 1870 (18日外)</u> 精白米 (100g)	100
精白米(強化米)	0.31
有日本()虽16本/	0.01
牛乳	
<u>十孔</u> 牛乳(200ml)	206
十孔(200ml)	206
++1.11	
すまし汁	
かつおだしパック	2.6
人参	11.5
糸かまぼこ	11.5
玄米だんご こいくちしょうゆ	39
こいくちしょうゆ	3.69
本みりん	0.65
食塩	1
冷凍ほうれん草	17.25
カットわかめ	0.7
水	181.7
さばの香味焼き	
	50
<u> こはずりず (00g)</u> 玉ねぎ	10.4
おろしにんにく	0.39
三温糖	1.69
<u>ニ価値</u> こいくちしょうゆ	2.6
	_
穀物酢	1.17
すりごま(白)	2.6
MT-1-11-01: 11:11	
切干大根のカレー炒め	<u> </u>
炒め油(サラダ油)	0.65
切干大根	5.85
人参	10.14
冷凍カット油揚げ	9.1
冷凍カット油揚げ 冷凍あさり	6.5
合成清酒(料理酒)	0.65
7K	4.55
三温糖	1.56
<u>ー温物</u> 本みりん	0.65
こいくちしょうゆ	3.51
カレー粉	0.26
<b>ガレー-</b> 例	0.20
コーガョレ/回ト	
ヨーグルト(乳) ソフールプレーンヨーグルト	100
ソノールノレーンコークルト	100
	1 1

中学コース 令和 7年11月13日木曜日

料理名/食品名	分量
フラワーロール	77 =
フラワーロール (60g)	60
<u> </u>	00
	000
牛乳(200ml)	206
_ \_1°4 \\ \\\ \\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\	
コーンポタージュ(乳)	
炒め油(サラダ油)	0.65
鶏むね小間(皮付)	13
玉ねぎ	23
コーン じゃがいも	23
じゃがいも	19.5
クリームコーン缶	13
コンソメ・ヘルシーファーム	0.58
調理用牛乳 コーンクリームスープ・ヘルシーファーム	39
コーンクリームスープ・ヘルシーファーム	24.7
食塩	0.12
混合こしょう	0.02
mu-coay	0.02
スパニッシュオムレツ(卵・乳	1)
スパニッシュオムレツ	50
スパニクラュオムレク	- 50
れんこんツナサラダ	
417 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	19.5
れんこん キャベツ	
きゅうり	25
	6
シーチキンオイル無添加フレーク	10
穀物酢	0.91
T   1/2   2 2 1/2	
玉ねぎドレッシング 玉ねぎドレッシング	
土ねぎトレッシンク	8
i	1

中学コース 令和 7年11月17日月曜日

料理名/食品名	分量
ごはん(精白米)	77.
ごはん(精白米) 精白米 (100g)	100
精白米(強化米)	0.33
THE PROPERTY OF THE PROPERTY O	
ジョア	
ジョア(ストロベリー)	125
春雨スープ	
炒め油(サラダ油)	0.65
人参	6.5
豚もも(小間切れ)	13
玉ねぎ	11.5
カットはるさめ	6.5
冷凍豆腐ダイスカット	13
冷凍こまつな	10.4
食塩	0.65
混合こしょう	0.01
こいくちしょうゆ	1.3
中華スープの素・ヘルシーファーム	1.95
<u>水</u>	167
春巻き	-
<u> 存をさ</u> 春巻き 50g	50
<u> </u>	2.8
/四	2.0
ビビンバの具	
ごま油	0.65
豆板醤	0.08
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
おろしにんにく 人参	7.8
ぜんまい水煮	6.5
ぜんまい水煮 はくさい キムチ	7.54
二温糖	2.6
こいくちしょつゆ	6.68
本みりん	1.3
本みりん 冷凍ほうれん草	13
もやし	42.9
オイスターソース	0.91
いりごま(白)	1.3
·	

中学コース 令和 7年11月18日火曜日

料理名/食品名	分量
地粉うどん	
地粉うどん (90g)	90
1 =1	
牛乳	
牛乳(200ml)	206
= / +,+ / = !* /	
えんむちゃんうどん	0.0
かつおだしパック	2.6
鶏むね小間(皮付)	23.4
<u>人参</u>	10.4
干ししいたけ スライス ハート型スライスなると	0.65
ハート空スフィスなると	10.4
冷凍カット油揚げ	6.5
大根	32.5
ねぎ こいくちしょうゆ	10.4
<u> よない</u>	16.9
本みりん	0.65
<u>食塩</u> こまつな	10.4
こまりな	10.4
 大豆かき揚げ	
大豆から揚げ 50g	50
<u> </u>	50 5
	5
小松菜チーズサラダ(乳)	
	13
<u>人参</u> キャベツ	19.5
ニキった	26
こまつな 無塩せきハム(短冊切り)	13
サイコロチーズ	
ソイコロナー人	6.5
塩ドレッシング 塩ドレッシング	8
塩トレッンング	O

## 明細献立表

中学コース

令和 7年11月19日水曜日 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) わかめごはんの素 0.31 3.64

.1	
牛乳	
牛乳(200ml)	206
1 15 (======,	
つみっこ	
フグラこ ルットン・	
かつおだしパック	2.6
豚もも(小間切れ)	18
人参	5.8
大根	12
ブバス(注し)	8
モレいたけ スライス ねぎ	1.2
十ししいたけ ヘノイス	
ねさ	12
冷凍すいとん	35
こいくちしょうゆ	8.1
こまつな	9.2
鶏肉のねぎ塩麹焼き	
海内の140 塩処ガウ	
鶏むね切り身(皮付) 50g	50
塩こうじ	2.6
ねぎ	5.2 1.3
おろししょうが おろしにんにく	1.3
おろしにんにく	0.65
ごま油	1.3
しか畑	1.3
11. I de	
さといも煮	
水	23.4
さといも乱切り	78
合成清酒(料理酒)	1.04
三温糖	2.86
本みりん	3.9
一个のツル	
こいくちしょうゆ	2.99

中学コース 令和 7年11月20日木曜日

料理名/食品名	分量
フサット	万里
子供パン 子供パン (60g)	
子供ハン(60g)	60
牛乳	
牛乳(200ml)	206
秋の味覚シチュー(乳)	
秋の味覚シチュー(乳) 炒め油(サラダ油)	0.65
鶏むね小間(皮付)	23
ローレル(粉末)	0.01
玉ねぎ	23
	8.1
カットしめじ	
<u> </u>	9.2
カットエリンギ	9.2
さつまいも	48
食塩	0.26
混合こしょう	0.01
コンソメ・ヘルシーファーム	0.65
調理用牛乳	19.5
シチューの素	15
ハンバーグデミソース	
ハンバーグ80g	80
炒め油(サラダ油)	0.65
アカギ	
玉ねぎ	26
デミグラスソース 三温糖	13.78
	0.39
赤ワイン	0.91
トマトケチャップ	7.8
ウスターソース	3.9
水	7.15
 花野菜サラダ	
冷凍ブロッコリー	39
<u>- ルスフロッコァ</u> - 冷凍カリフラワー	19.5
川木ガラノノノ	10.0
イカロマンドロッド・バイ	
イタリアンドレッシング イタリアンドレッシング	+ _
1 ブリア ノトレツンング	8
コーヒー牛乳の素	
ミルメークコーヒー	12.5

中学コース 令和 7年11月21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)	0.31
相口水(法记水)	0.01
牛乳	
<u>十孔</u> 牛乳(200ml)	000
十孔(200ml)	206
07.1	
豚汁	
炒め油(サラダ油)	0.65
豚もも(小間切れ)	18
人参	6.5
ごぼう(洗い)	6.5
短冊こんにゃく	6.5
大根	13
干ししいたけ スライス	0.58
冷凍カット油揚げ	5.8
じゃがいも	
しゃかいも	15.6
ねぎ	10.4
麦みそ・ヤマキ	15.21
かつおだしパック	2.3
鶏のたれかつ	
鶏むね切り身(皮付) 50g	50
薄力粉 1等	5.2
水	6
パン粉	6.24
<u> ハン初</u> 油	6
<u>一畑</u> こいくちしょうゆ	
こいくらしようゆ	6
三温糖	5.2
本みりん	2
水	4.5
小松菜のおひたし	
もやし	35.1
こまつな	26
	<u></u>
ボトルしょうゆ	
ボトルしょうゆ	3.25
<b>ルトルしょ パ</b> タ	ა.∠ე

中学コース 令和 7年11月25日火曜日

料理名/食品名	分量
中華麺	
中華麺 (90g)	90
牛乳	
牛乳(200ml)	206
1 15 (=00)	
埼玉スタミナラーメン	
ごま油	0.78
豚ひき肉	29.9
おろししょうが	0.65
おろしにんにく	0.65
豆板酱	0.46
合成清酒(料理酒)	1.3
人参	19.5
にら	15.6
	13.6
もやし	26
醤油ラーメンスープ・シャンファン	
醤油ラーメンスープ・ジャンプアン   こいくちしょうゆ	13
	8.45
	0.39
混合こしょう	0.03
でん粉(片栗粉)	2.6
揚げぎょうざ③	
冷凍ぎょうざ 18g×3	54
油	3.8
春雨サラダ カットはるさめ	
カットはるさめ	5.2
人参	9.1
キャベツ	39
きゅうり	9.1
中華ドレッシング 中華ドレッシング	
中華ドレッシング	8
	1

中学コース 令和 7年11月26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(100g) 精白米(強化米)	0.31
相口不(强儿不)	0.01
4 前	-
牛乳	
牛乳(200ml)	206
乾武オフクロ汁 かつおだしパック	
かつおだしパック	2.6
人参	13
ねぎ	26
なめこ	13
	26
米みそ・中沢	13
56 -L = 050 ( ) dr '	
鶏肉の照り焼き	
鶏もも切り身(皮付) 60g	60
おろししょうが	0.39
こいくちしょうゆ	7.8
本みりん	1.3
合成清酒(料理酒)	1.3
口以用旧(竹坯旧)	1.3
<u> </u>	
キムたくごはんの具	
ごま油	0.52
豚もも(千切り) はくさい キムチ	41.6
はくさい キムチ	19.5
千切り大根漬	19.5
こいくちしょうゆ	0.91
ねぎ	13
186	- 10

中学コース 令和 7年11月27日木曜日

中学コース 令和 7年11月28日金曜日

料理名/食品名	分量
ライスボール ライスボール (60g)	
ライスボール (60g)	60
牛乳	
牛乳(200ml)	206
46(200IIII)	200
老ばさしこ	
煮ぼうとう	
かつおだしパック 鶏むね小間(皮付)	2.6
鶏むね小間(皮付)	13
人参	5.8
干ししいたけ スライス	0.65
冷凍カット油揚げ	5.8
大根	12
さといもスライス	18
こまつな	9.2
ニハノナートラか	13
大根 さといもスライス こまつな こいくちしょうゆ 冷凍ほうとう	29
/ アペほうとう	
水	138
カレーメンチカツ レバー入りカレーメンチカツ 50g	
レバー入りカレーメンチカツ 50g	50
油	4.55
シルクサラダ	
コーン	6.5
キャベツ	26
冷凍ほうれん草	
/ アペスライルの早	13
糸かまぼこ	6.5
きゅうり	6.5
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	8
_	

料理名/食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米 (100g)	100
精白米 (100g) 精白米(強化米)	0.31
牛乳	
牛乳(200ml)	206
中華スープ	
無塩せきベーコン(短冊切り)	8.05
人参	11.5
コーン	11.5
玉ねぎ	9.1
中華スープの素・ヘルシーファーム	1.96
食塩	0.66
合成清酒(料理酒)	1.15
こいくちしょうゆ	0.5
混合こしょう	0.01
チンゲンサイ	6.5
水	175.95
油淋鶏	
鶏むね切り身(皮付) 50g	
おろししょうが こいくちしょうゆ	0.65
こいくちしょうゆ	1.69
合成清酒(料理酒)	1.69
でん粉(片栗粉)	7.8
油	5.01
ごま油	0.39
ねぎ	7.8
おろししょうが	0.65
おろししょうが 三温糖	2.34
こいくちしょうゆ	3.9
穀物酢	3.9
とうがらし	0.01
水	3.38
ほうれん草のナムル	
	6.5
もやし	32.5
冷凍ほうれん草	19.5
ナムルドレッシング ナムルドレッシング	
ナムルドレッシング	8
	1