

★の詳細は使用食材原材料一覧表に記載があります

明細献立表 (7東部)

令和8年2月1日日曜 ~ 令和8年2月27日金曜

1ページ

2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	9(月)	10(火)	12(木)	13(金)
C	C	C	C	C	C	C	C	C
ごはん	コッペパン	★菜めし	ごはん	ごはん	ごはん	コッペパン	ごはん	ごはん
さつま汁	コーン入り野菜スープ	五目中華スープ	ぽかぽか具だくさんみそ汁	かきたま汁	いも団子のみぞ汁	ポトフ	けんちん汁	春雨スープ
鶏ムネ肉 10.	鶏ムネ肉 10.	豚肉(肩・もも) 10.	鶏ムネ肉 10.	★鬼かまぼこ 20.	★いも団子 25.	油P 0.5	ごぼう 5.	鶏ムネ肉 10.
にんじん 10.	にんじん 10.	はくさい 20.	たまねぎ 20.	たまねぎ 20.	だいこん 20.	セロリー 3.	にんじん 10.	たまねぎ 15.
たまねぎ 15.	たまねぎ 20.	たまねぎ 15.	ごぼう 7.	えのきたけ 5.	にんじん 10.	たまねぎ 15.	だいこん 20.	にんじん 10.
油揚げ 5.	★コーンペースト 20.	にんじん 10.	にんじん 10.	卵 5.	たまねぎ 10.	にんじん 10.	こんにゃく 10.	はくさい 20.
さつま芋 25.	ホールコーン 10.	★なると 5.	油揚げ 5.	チングンサイ 5.	しめじ 5.	豚もも肉 15.	★ゆしどうふ 20.	★春雨 5.
長ねぎ 3.	チングンサイ 3.	★豆腐(凍) Fe添加 10.	じゃが芋 20.	長ねぎ 3.	長ねぎ 3.	じやが芋 15.	長ねぎ 3.	長ねぎ 3.
酒 1.	キンガラスープ 5.	きくらげ(切) 0.5	長ねぎ 3.	塩 0.3	煮干し(パック) 1.8	キャベツ 15.	かつお厚削り(ダシ) 1.8	キンガラスープ 5.
煮干し(パック) 1.8	塩 0.3	キンガラスープ 5.	しょうが 0.2	白しょうゆ 3.	みそ 7.	白ワイン 1.	ごま油 0.5	しょうゆ 5.
みそ 7.	黒こしょう 0.01	塩 0.3	酒 1.	酒 1.	でんぶん 0.5	塩 0.3	酒 1.	酒 1.
	白しょうゆ 3.	しょうゆ 3.	煮干し(パック) 1.8	でんぶん 0.5	かつお厚削り(ダシ) 1.8	こしょう 0.02	みりん 1.	塩 0.2
		みそ 0.02	酒 1.	みそ 7.		キンガラスープ 5.		こしょう 0.02
		でんぶん 0.5				白しょうゆ 3.		
アジフライ								
★あじ松葉開きフライ 1.	個	ビーフチリビーンズ						
揚げ油 5.		油P 0.8						
中濃ソース 6.		牛ひき肉 25.						
		たまねぎ 25.						
		中華風あんかけたまごやき						
		大豆の華 粒 3.						
		★かみ入りたまごやき 1. 個						
		さとう 1.						
		しょうゆ 1.6						
		ピーマン 3.						
		みりん 0.4						
		ケチャップ 9.						
		米酢 1.						
		ひじきと大豆のサラダ						
		水 3.						
		水 0.2						
		ごぼうのごま酢あえ						
		キヤベツ 30.						
		ごぼう(切) 25.						
		にんじん 5.						
		きゅうり 5.						
		ホールコーン 5.						
		ゆかりあえ						
		大豆 (ドライパック) 7.						
		米酢 1.						
		さとう 1.5						
		白しょうゆP 2.5						
		油P 0.5						
		さとう 0.4						
		白すりごま 3.						
		ポテトサラダ						
		じゃが芋(凍) 40.						
		にんじん 5.						
		きゅうり 5.						
		海水塩 0.3						
		黒こしょう 0.02						
		油P 1.						
		米酢 1.						
		海水塩 0.25						
		こしょう 0.02						
		コールスローサラダ						
		キヤベツ 35.						
		きゅうり 5.						
		にんじん 5.						
		米酢 1.						
		油P 1.						
		海水塩 0.25						
		こしょう 0.02						
		ぶるぶる寒天サラダ						
		コンニャク寒天 1.						
		キヤベツ 25.						
		きゅうり 5.						
		にんじん 5.						
		米酢 1.						
		海水塩 0.1						
		白しょうゆP 2.						
		さとう 0.3						

分量は小学校中学年を基準にしています。小学校低学年は0.9、高学年は1.2、中学校は1.3の係数をかけたものが実際の分量となります。なお、各食品の分量の単位は g です。

明細献立表 (7東部)

2 ページ

令和8年2月1日日曜 ~ 令和8年2月27日金曜

16(月) C	17(火) C	18(水) C	19(木) C	20(金) C	24(火) C	25(水) C	26(木) C	27(金) C	
ごはん	★黒パン	ごはん	ごはん	ごはん	切込み丸パン	ごはん	ごはん	ごはん	
坦々こんにゃく麺スープ	肉団子スープ	じゃが芋のみそ汁	さわに椀	白菜のみそ汁	豆腐と青菜のスープ	チキンカレー	ABCスープ	厚揚げのみそ汁	
豚ももひき肉 10. にんにく 0.2 しょうが 0.2 にんじん 10. たまねぎ 15. 長ねぎ 3. こんにゃく麺 35. ★ポークガラスープ 5. キンガラスープ 5. しょうゆ 1. みそ 7. 酒 1. トウバソジヤン 0.1 白すりごま 1. ★白ねりごま 1.	★ミートボール(乳卵小麦なし) 25. キャベツ 15. たまねぎ 15. だいこん 15. えのきたけ 5. 厚揚げ 20. 塩 0.3 こしょう 0.02 しょうゆ 3. キンガラスープ 5. 白しょうゆ 1. 酒 1. ガラムマサラ 0.01	じゃが芋 15. たまねぎ 15. だいこん 15. にんじん 10. えのきたけ 5. だいこん 15. 長ねぎ 3. 小松菜 3. 塩 0.3 白しょうゆ 3. 酒 1. かつお厚削り(ダシ) 1.8	豚肉(肩・もも) 10. たまねぎ(切) 10. だいこん 20. えのきたけ 5. 油揚げ 5. にんじん 10. 長ねぎ 5. 小松菜 3. 塩 0.3 白しょうゆ 3. 酒 1. かつお厚削り(ダシ) 1.8	はくさい 25. だいこん 20. えのきたけ 5. 油揚げ 5. にんじん 10. 長ねぎ 3. 煮干し(パック) 1.8 みそ 7.	たまねぎ 15. だいこん 10. にんじん 10. 油揚げ 5. にんじん 10. えのきたけ 5. 長ねぎ 3. チングンサイ 5. 煮干し(パック) 1.8 みそ 7.	にんにく 0.2 ★(鎌)ショルダーベーコン 5. にんじん 10. だいこん 10. にんじん 15. じゃが芋(凍) 25. 油P 1. 油P 0.3 ★豆腐(凍) Fe添加 20. しょうゆ 1. 塩 0.2 こしょう 0.02 ベジダシ 3.	鶏ムネ肉 10. セロリー 2. 鶏モモ肉 30. たまねぎ 25. にんじん 10. 厚揚げ 30. 小松菜 5. ホールコーン 5. 塩 0.5 こしょう 0.02 白しょうゆ 2.5 キンガラスープ 5. マカロニ(ABC) 5.	たまねぎ 20. じゃが芋 10. えのきたけ 5. 厚揚げ 30. 小松菜 5. 煮干し(パック) 1.8 みそ 7.	
えびしゅうまい ★えびしゅーマイ 2. 米酢 1.5 白しょうゆP 1.	ホキのマリネ ホキ 1. 切 でんぶん 5. 揚げ油 5. 白ワイン 2. たまねぎ 5. 米酢 2. レモン汁(凍) 2. さとう 2.5 塩 0.3 赤パプリカ 2.	★鶏モモ(皮付き下味) 1. 個 しょうゆ 1.5 みりん 2. さとう 1. でんぶん 0.2	鶏の照り焼き ★鶏モモ(皮付き下味) 1. 個 しょうゆ 1.5 みりん 2. さとう 1. でんぶん 0.2	ちくわの磯辺揚げ ★ちくわ(切) 2. 個 小麦粉(1kg袋) 6. 青のり 0.1 揚げ油 6.	さばの塩焼き ★さば(下味) 1. 切	合挽ハンバーグトマトソース ★ハンバーグ牛豚合挽 1. 個 トマト水煮 5. トマトピューレ 3.	和風おさつサラダ さつま芋(凍) 40. にんじん 5. きゅうり 5. 海水塩 0.2 油P 1. 米酢 1. 白しょうゆP 1.	根菜入りメンチカツ ★根菜入りメンチカツ 1. 個 揚げ油 5.	キムタクごはんの具 豚肉(肩・もも) 30. たまねぎ 20. 長ねぎ 5. ★白菜キムチ漬 15. ★つぼ漬 5. 酒 1. みりん 1. ごま油 0.5
大根サラダ だいこん 40. きゅうり 5. にんじん 5. 米酢 1. 白しょうゆP 2. 海水塩 0.1 さとう 0.5	ブロッコリーサラダ ブロッコリー(凍) 15. キャベツ 25. きゅうり 5. にんじん 5. 米酢 1. 米酢 1. 海水塩 0.2 油P 0.5 さとう 0.5 白しょうゆP 1.	角きざみのり 0.2 ノンエッグ ヨネース(サラダ) 7.	のりマヨサラダ もやし 35. にんじん 5. ほうれんそう 5. きゅうり 5. 白しょうゆP 1.	野沢菜漬けの炒め物 ★野沢菜漬 10. だいこん 25. にんじん 10. 油揚げ 5. ごま油 0.5 しょうゆ 0.6 さとう 0.3 花かつお(サラダ) 0.3	野沢菜漬けの炒め物 白しょうゆP 1.	オレガノ 0.01	ツナサラダ ★ツナフレーク 5. キャベツ 30. きゅうり 5. にんじん 5. 米酢 1. 油P 0.3 こしょう 0.02 白しょうゆP 1.5 海水塩 0.15	フルーツヨーグルト ★ヨーグルト 30. ★りんご缶 15. ★パイン缶 15. ★みかん缶 15. さとう 0.5	春雨サラダ マロニー 5. ★揚げちりめん 1.5 白しょうゆP 1.5 キヤベツ 20. 海水塩 0.1 白いりごま 1.
								豆乳と米粉のもこもこココアケーキ ★豆乳と米粉のもこもこココアケーキ(乳卵小麦なし) 1. 個	

分量は小学校中学年を基準にしています。小学校低学年は0.9、高学年は1.2、中学校は1.3の係数をかけたものが実際の分量となります。なお、各食品の分量の単位は g です。

令和7年度 2月分(小学校・中学校共通)使用食材原材料一覧表

食品名	卵	乳	大豆	小麦	えび かに	原材料
主食・デザート類(学校に直接配達されるもの)						
【基本】ごはん						松本市産コシヒカリ100%の無洗米(金芽米)です
【基本】コッペパン、 切込み丸パン <切込み丸パンは、 B・Cコースのみ>	○		○			小麦粉、砂糖、塩、脱脂粉乳、米粉調整品、イースト、ショートニング
黒パン	○		○			小麦粉、砂糖、黒砂糖、塩、脱脂粉乳、米粉調整品、イースト、ショートニング、無塩バター
菜めし						金芽米、塩蔵広島菜、塩蔵京菜、塩蔵大根葉、砂糖、塩、酵母エキス、かつお削り節粉末
ブルーベリージャム						水あめ、砂糖、ブルーベリー、ゲル化剤、酸味料、pH調整剤
豆乳と米粉のもこもこ ココアケーキ (乳卵小麦なし)		○				豆乳、豆乳ホイップ(植物油脂、豆乳クリーム)、砂糖、米粉、タピオカ粉、豆乳加工食品(豆乳、植物油脂)、ココアパウダー、食用植物油脂、食用精製加工油脂、塩、寒天、ココナツツクリーム、オリゴ糖、ソルビット、膨張剤、乳化剤、糊料(加工でんぶん、大豆多糖類、増粘多糖類、ベクチン)、香料、トレハロース、pH調整剤、酸味料、セルロース、酒精、塩化マグネシウム、着色料(アナトー、カロチノイド) (内容量35g)
副食						
揚げちりめん						しらす、植物油、塩
あじ松葉開きフライ			○			あじ、小麦粉、パン粉、塩、こしょう、加工でんぶん、ピロリン酸第二鉄
いも団子						じゃがいも、じゃがいもでんぶん、塩、炭酸カルシウム、ピロリン酸第二鉄
いわし梅煮		○	○			いわし、砂糖、しそ抽出物、しょうゆ(小麦の成分を含む)、みりん、じゃがいもでんぶん、梅肉、塩
えびシューマイ			○	○		えび、たまねぎ、たら、食用精製加工油脂、パン粉、でんぶん、デキストリン、砂糖、塩、ほたてエキス、還元水あめ、えびエキス、たんぱく加水分解物(小麦の成分を含む)、酵母エキス、香辛料、ピロリン酸鉄、小麦粉
鬼かまぼこ						魚肉(すけとうたら)、じゃがいもでんぶん、砂糖、発酵調味料、塩、還元水あめ、なたね油、加工でんぶん、トマト色素
角チーズ	○					ナチュラルチーズ、乳たんぱく質、乳化剤、セルロース
かが入りたまごやき	○	○	○			鶏卵、たけのこ、魚肉、小麦でんぶん、発酵調味液、塩、砂糖、なたね油、大豆油、風味調味料、炭酸カルシウム、調味料製剤、着色料製剤、酵素製剤、にんじん、しいたけ、長ねぎ、醸造酢、加工でんぶん、酸味料
根菜入りメンチカツ		○	○			豚肉、れんこん、鶏肉、たまねぎ、粒状大豆たんぱく、ごぼう、にんじん、砂糖、塩、こしょう、パン粉、じゃがいもでんぶん、小麦粉、大豆たんぱく、どうもろこしでんぶん、菜種油脂
さば(下味)						さば、塩
(鎌)ショルダーベーコン						豚肉、塩、砂糖、ナツメグ、コリアンダー、カルダモン、オールスパイス
信州サーモン信州味噌漬け		○				信州サーモン、白みそ、砂糖、みりん、酒
ちくわ(切)						魚肉すりみ(すけそうたら、イトヨリダイ、キントキダイ、さんま、他)、じゃがいもでんぶん、米油、みりん、塩、全糖ぶどう糖、砂糖
ツナフレーク						きはだまぐろ、米油、塩
つぼ漬						大根、ぶどう糖果糖液糖、砂糖、アミノ酸液、醸造酢、かつお節エキス、塩、カラメル色素、酸味料、酒精
豆腐(凍)Fe添加		○				大豆、でんぶん、安定剤、凝固剤、ピロリン酸第二鉄
鶏モモ(皮付き下味)		○				鶏肉、しょうゆ、みりん、砂糖
鶏もも肉(下味)	○					鶏肉、ヨーグルト、塩、砂糖、カレー粉、しうが、にんにく
なると						魚肉すりみ(すけそうたら、イトヨリダイ、他)、じゃがいもでんぶん、塩、砂糖、着色料
野沢菜漬						野沢菜、塩
パイン缶						パインアップル、砂糖
白菜キムチ漬		○	○			はくさい、たまねぎ、塩漬にんじん、砂糖、塩、りんご、にんにく、昆布エキス、しう(小麦の成分を含む)、カツオエキス(さばの成分を含む)、しうが、唐辛子、調味料、酸味料、香辛料抽出物、トウガラシ色素、ホップ抽出物、ショ糖脂肪酸エステル
春雨						さつまいもでんぶん、じゃがいもでんぶん
ハンバーグ牛豚合挽		○	○			牛肉、豚肉、たまねぎ、豚脂、パン粉(大豆の成分を含む)、塩
細切かまぼこ						魚肉すりみ(すけそうたら、他)、塩、砂糖、魚肉エキス、加工でんぶん
松本一本ねぎ肉団子		○	○			鶏肉、長ねぎ、でんぶん、パン粉、たまねぎ、食用なたね油、しうが、塩、にんにく、香辛料、砂糖、水あめ、しう(小麦の成分を含む)、鶏ガラスープ、米酢
ミニボーラー(乳卵小麦なし)		○				鶏肉、豚肉、たまねぎ、でんぶん、粉末状植物性たんぱく(大豆の成分を含む)、還元水あめ、塩、チキンオイル、香辛料、大豆油、ドロマイト、ピロリン酸鉄、焼成カルシウム
みかん缶						みかん、砂糖、クエン酸、ヘスペリジナーゼ、塩酸、水酸化ナトリウム
ゆしどうふ		○				大豆、果糖、粗製海水塩化マグネシウム、豆腐用凝固剤、塩化マグネシウム、豆腐用消泡剤
りんご缶						りんご、砂糖、酸味料、酸化防止剤
りんごピューレ						りんご、酸化防止剤
素材100%のもの						
コーンパン【とうもろこし】						
白ねりごま【いりごま】						
ポークガラスープ【豚骨】						
ヨーグルト【生乳】						

☆ すべての海産物には「えび・かに」が含まれる可能性があることをご承知ください。

☆ 上記はコンタミネーションに関する情報はありません。

☆ 食品はアイウエオ順になっています。

☆ご不明な点等ありましたら、給食センターまでご連絡ください。