

# 明細献立表 (8東部)

令和8年5月1日金曜 ~ 令和8年5月31日日曜

1(金)	7(木)	8(金)	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)	18(月)
A	A	A	A	A	A	A	A	A
ごはん	ごはん	ごはん	★たけのこごはん	ごはん	★米粉パン	ごはん	ごはん	ごはん
<b>なめこ汁</b> なめこ 10. ★豆腐(凍) Fe添加 20. はくさい 20. 油揚げ 5. 長ねぎ 3. 煮干し(パック) 1.8 みそ 7.	<b>おふのすまし汁</b> 鶏ムネ肉 10. えのきたけ 5. はくさい 25. にんじん 10. ★玉ふ 0.8 みつば 3. かつお厚削り(ダシ) 1.8 白しょうゆ 3. 酒 1. 塩 0.3	<b>若竹汁</b> 鶏ムネ肉 5. たまねぎ 15. たけのこ(切) 10. 豆腐 20. にんじん 5. ★かぶとかまぼこ 5. わかめ 0.5 長ねぎ 3. かつお厚削り(ダシ) 1.8 白しょうゆ 3. 酒 1. 塩 0.3	<b>かきたま汁</b> ★細切かまぼこ 10. たまねぎ 20. えのきたけ 5. にんじん 10. 卵 20. チンゲンサイ 5. 塩 0.3 白しょうゆ 3. 酒 1. でんぷん 0.5 かつお厚削り(ダシ) 1.8	<b>わかめスープ</b> 鶏ムネ肉 10. たまねぎ 10. にんじん 10. えのきたけ 5. ★豆腐(凍) Fe添加 20. 雑がらスープ 5. 長ねぎ 3. わかめ 0.5 塩 0.25 しょうゆ 3.3 酒 1. こしょう 0.02 ごま油 0.2	<b>白菜スープ</b> 豚肉(肩・もも) 10. ジャガイモ 15. にんじん 10. たまねぎ 10. はくさい 25. 雑がらスープ 5. 塩 0.5 白しょうゆ 2. こしょう 0.02	<b>厚揚げのみそ汁</b> だいこん 20. たまねぎ 10. えのきたけ 5. 厚揚げ 25. 長ねぎ 3. 煮干し(パック) 1.8 みそ 7.	<b>いも団子汁</b> 鶏ムネ肉 10. だいこん 20. にんじん 10. しめじ 5. ★いも団子 25. 長ねぎ 3. 塩 0.2 酒 1. 白しょうゆ 4. かつお厚削り(ダシ) 1.8	<b>さつまいも汁</b> 鶏ムネ肉 10. にんじん 10. たまねぎ 15. 油揚げ 5. さつまいも 20. 長ねぎ 3. 酒 1. 煮干し(パック) 1.8 みそ 7.
<b>そばろ丼の具</b> 油P 1. 豚ももひき肉 20. 鶏ひき肉 20. 大豆の華粒 5. ホールコーン 10. えだまめ(ムキ) 10. しょうが 0.1 みりん 1. しょうゆ 4. 酒 0.5 さとう 2.	<b>さんまかぼすれもん煮</b> ★さんまかぼすれもん煮 1. 個	<b>かつおフライ</b> ★かつお柔らかフライ 1. 個 揚げ油 6. 中濃ソース 5.	<b>赤魚の塩麹漬け焼き</b> ★赤魚塩麹漬け 1. 個	<b>キムタクごはんの具</b> 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	<b>ホキのマリネ</b> ホキ 1. 切 でんぷん 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.	<b>鶏肉の梅ソース</b> ★鶏モモ(皮付き下味) 1. 個 白しょうゆ 1.2 さとう 3.6 みりん 3.6 酒 2. ★ねり梅 3.6 でんぷん 0.2	<b>厚揚げと豚肉のフリソース煮</b> 豚肉(肩・もも) 30. 厚揚げ 40. たまねぎ 15. 長ねぎ 5. ケチャップ 13. 塩 0.1 しょうゆ 1. さとう 0.1 酒 2. チリパウダー 0.05 しょうが 0.2 にんにく 0.2 きゅうり 5. 海水塩 0.2 油P 1. 米酢 1. 白しょうゆP 1.	<b>ちくわの蒲揚げ</b> ★ちくわ(切) 2. 個 でんぷん 4. 揚げ油 5. さとう 1.5 しょうゆ 2.5 みりん 2.5 水 4.5 白いりごま 0.5
<b>じゃこあえ</b> キャベツ 35. きゅうり 5. にんじん 5. ★しらす干し 1. 白しょうゆP 1.5 海水塩 0.1	<b>切干大根のいり煮</b> 豚ももひき肉 15. にんじん 10. ★ちくわ 5. ★切干し大根 5. 油揚げ 2. みりん 0.8 さとう 2. 酒 0.8 しょうゆ 3.5 かつお厚削り(ダシ) 0.3 油P 0.5 水 40.	<b>ゆかりあえ</b> キャベツ 40. にんじん 5. きゅうり 5. ゆかり 0.5 海水塩 0.1 米酢 0.5	<b>かぼちゃサラダ</b> かぼちゃ(冷) 35. きゅうり 5. にんじん 5. 海水塩 0.3 黒こしょう 0.02 油P 1. 米酢 1.	<b>のり酢あえ</b> もやし 40. きゅうり 5. にんじん 5. チンゲンサイ 3. 角きざみのり 0.5 さとう 0.1 米酢 1.5 白しょうゆP 3. 油P 0.4	<b>ブロッコリーサラダ</b> 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. 海水塩 0.2 油P 0.5 さとう 0.5 白しょうゆP 1.	<b>和風おさつサラダ</b> さつまいも(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.	<b>たくあんあえ</b> はくさい 30. 小松菜 5. きゅうり 5. ★細切たくあん 10. 白しょうゆP 0.5 さとう 0.05	<b>こんぶあえ</b> キャベツ 30. きゅうり 5. えだまめ(ムキ) 5. にんじん 5. 塩こんぶ 1. 海水塩 0.05 白しょうゆP 1.

★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 (8東部)

令和8年5月1日金曜 ~ 令和8年5月31日日曜

2 ページ

19(火)	20(水)	21(木)	22(金)	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)
A	A	A	A	A	A	A	A	A
ごはん	背割りコッペパン	ごはん	ごはん	ごはん	★わかめごはん	丸パン	ごはん	ごはん
<b>ポトフ</b> 油P 0.5 セロリー 3. たまねぎ 15. にんじん 10. 豚肉(肩・もも) 15. ジャガ芋 15. キャベツ 15. 白ワイン 1. 塩 0.3 こしょう 0.02 犂犂がスープ 5. 白しょうゆ 3.	<b>コーン入り野菜スープ</b> 鶏ムネ肉 10. にんじん 10. たまねぎ 20. ★コーン-スト 20. ホールコーン 10. チンゲンサイ 3. 犂犂がスープ 5. 塩 0.3 黒こしょう 0.01 白しょうゆ 3.	<b>山菜入りみそ汁</b> 豚肉(肩・もも) 10. 酒 1. たまねぎ 15. にんじん 10. だいこん 20. ★山菜水煮 5. 油揚げ 8. 長ねぎ 3. 煮干し(パック) 1.8 みそ 7.	<b>チキンカレー</b> しょうが 0.2 にんにく 0.2 鶏モモ肉 30. たまねぎ 40. にんじん 20. ジャガ芋(凍) 30. 油P 1. 塩 0.2 カレー粉 0.05 ケチャップ 5. おろしりんご(ピ) 5. チャツネ 1.5 カレールウ 11. しょうゆ 2. 中濃ソース 2. ガラムマサラ 0.01	<b>担々こんにゃく麺スープ</b> 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. ★なると 5. 長ねぎ 3. ★こんにゃく麺 30. ポ-がスープ 5. 犂犂がスープ 5. しょうゆ 1. みそ 7. 酒 1. トウバンヅヤン 0.1 白すりごま 1. ★白ねりごま 1.	<b>ABCスープ</b> 鶏ムネ肉 10. セロリー 2. たまねぎ 20. にんじん 10. はくさい 10. ホールコーン 5. 塩 0.5 こしょう 0.02 白しょうゆ 2.5 犂犂がスープ 5. マカロニ(ABC) 5.	<b>大豆入り和風スープ</b> 豚肉(肩・もも) 10. たまねぎ 30. にんじん 10. 大豆(凍) 15. ベジダシ 3. 塩 0.2 しょうゆ 2.5 こしょう 0.02	<b>じゃがいもの具だくさんみそ汁</b> 油揚げ 5. ジャガ芋 20. にんじん 10. たまねぎ 15. えのきたけ 5. はくさい 15. 煮干し(パック) 1.8 みそ 7.	<b>春雨スープ</b> 鶏ムネ肉 10. にんじん 10. はくさい 25. ★春雨 5. 長ねぎ 3. 犂犂がスープ 5. しょうゆ 3.5 酒 1. 塩 0.3 こしょう 0.02
<b>ハンバーグ 照り焼きソース</b> ★国産ハンバーグ 1. 個 しょうゆ 2. みりん 1.5 さとう 1.5 酒 1.5 でんぷん 0.2	<b>フランクフルトケチャップソース</b> ★フランクフルト 1. 本 ケチャップ 2. 中濃ソース 2. トマトピューレ 4. さとう 0.3	<b>きんぴら肉団子</b> ★きんぴら肉団子 3. 個	<b>美生柑</b> 美生柑 0.25 個	<b>えびしゅうまい</b> ★えびしゅうまい 3. 個 米酢 1.5 白しょうゆP 1.	<b>山賊焼き</b> ★鶏むね肉(下味) 1. 枚 でんぷん 8. 揚げ油 6.	<b>タンドリ-チキン</b> ★鶏もも肉(下味) 1. 個	<b>さばのみりん焼き</b> ★さば(下味) 1. 切	<b>豚肉とポトフのケチャップあえ</b> 豚もも肉(揚げがらめ用) 30. でんぷん 6. ★ジャガ芋(切) 30. 揚げ油 7. 中濃ソース 2.6 さとう 1. ケチャップ 3.5 赤ワイン 0.5 トマトピューレ 5.8
<b>もやしのカレーサラダ</b> もやし 35. きゅうり 5. ★ツナフレーク 5. カレー粉 0.15 白しょうゆP 2. 油P 0.5 さとう 0.2	<b>アスパラツナサラダ</b> ★ツナフレーク 5. キャベツ 30. アスパラガス 5. 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. 海水塩 0.1 さとう 0.5	<b>チーズおかかサラダ</b> キャベツ 35. きゅうり 5. にんじん 5. ★角チーズ 5. 白しょうゆP 1.5 米酢 1. 油P 1. さとう 0.2 花かつお(サラダ) 0.5	<b>福神漬あえ</b> キャベツ 30. きゅうり 5. にんじん 5. ★福神漬 10. 海水塩 0.1	<b>中華あえ</b> チンゲンサイ 5. もやし 35. きゅうり 5. にんじん 5. 白しょうゆP 2.5 さとう 0.4 米酢 1. ごま油 0.5	<b>春雨サラダ</b> マロニー 5. きゅうり 5. キャベツ 20. にんじん 3. 米酢 1. さとう 0.5 白しょうゆP 2. 海水塩 0.1 ごま油 0.5 白いりごま 1.	<b>わかめサラダ</b> キャベツ 30. きゅうり 5. にんじん 5. ホールコーン 5. わかめ 0.5 米酢 1. 海水塩 0.1 白しょうゆP 2. さとう 0.3 油P 0.5	<b>ごぼうマヨサラダ</b> ごぼう(切) 25. きゅうり 5. にんじん 5. ホールコーン 5. 海水塩 0.25 黒こしょう 0.02 ノエグマヨネズ(サラダ) 6. 米酢 1.5	<b>キャベツの香味あえ</b> チンゲンサイ 5. きゅうり 5. キャベツ 30. にんじん 5. ごま油 1. 白しょうゆP 2.5 米酢 1. 白いりごま 1.
					<b>豆乳いちごクレープ</b> ★豆乳いちごクレープ(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8年度5月分 使用食材原材料一覧表(小学校・中学校共通)

裏面あり

以下の食品は、アレルギー症状誘発の原因となりにくく、主治医の指示がない限り、除去する必要がないものです。  
 【卵】卵殻カルシウム 【乳】乳糖、乳清焼成カルシウム 【小麦】しょうゆ、酢、みそ 【大豆】大豆油、しょうゆ、みそ 【ごま】ごま油 【魚類】かつおだし、いりこだし、魚醤 【肉】エキス

松本市東部学校給食センター

食品名	原材料	特定原材料 準特定原材料
<b>主食、デザート等(アレルギー対応食提供対象外)</b>		
【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】 背割りコッパン、 丸パン	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	小麦、乳
米粉パン	米粉、小麦たんぱく、麦芽糖、マーガリン(大豆の成分を含む)、砂糖、脱脂粉乳、イースト、塩	小麦、乳、大豆
かしわもち	上新粉、砂糖、小豆、水あめ、塩、寒天、麦芽糖、食用油脂、酵素(大豆の成分を含む) (内容量40g)	大豆
たけのこごはん	金芽米、たけのこ、しょうゆ、鶏肉、油揚げ、塩、醸造調味料、食用植物油脂、砂糖、鰹節エキス、たんぱく加水分解物(小麦の成分を含む)、酵母エキス、昆布エキス、ポークエキス(大豆の成分を含む)	大豆、小麦、豚肉、鶏肉
豆乳いちごクレープ (乳卵小麦なし)	豆乳、加工油脂、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、麦芽糖、水あめ、植物油(大豆の成分を含む)、米粉、いちご、砂糖、ぶどう糖果糖液糖、いちご果汁、ぶどう糖、大豆粉、レモン果汁、しょうゆ(小麦不使用)、加工でんぷん、トレハロース、増粘剤、乳化剤(大豆の成分を含む)、ゲル化剤、香料、ビタミンC、安定剤、酸味料、カラメル色素、メタリン酸ナトリウム、紅麴色素、ピロリン酸第二鉄、膨張剤、カロチノイド色素 (内容量30g)	大豆
わかめごはん	金芽米、塩蔵わかめ、塩、砂糖、酵母エキス	
<b>副食に使用する食品</b>		
あ 赤魚塩麹漬け	赤魚、米こうじ、塩	
いも団子	じゃがいも、じゃがいもでんぷん、塩、炭酸カルシウム、ピロリン酸第二鉄	
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、でんぷん、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	えび、小麦
か 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	乳
かつお柔らかフライ	かつお、小麦粉、パン粉、塩、こしょう、加工でんぷん、炭酸カルシウム、ピロリン酸第二鉄、調味料	小麦
かぶとかまぼこ	魚肉(スケソウタラ)、加工でんぷん、じゃがいもでんぷん、砂糖、発酵調味料、塩、還元水あめ、なたね油、着色料	
きんぴら肉団子	鶏肉、ごぼう、たまねぎ、にんじん、粒状植物性たんぱく(大豆の成分を含む)、豚肉、豚脂、ごま、砂糖、植物油(ごまの成分を含む)、みりん、しょうゆ(小麦不使用)、塩、酵母エキス、香辛料(大豆の成分を含む)、にんにくペースト、しょうがペースト、液状混合調味料、加工でんぷん、セルロース、炭酸カルシウム、ピロリン酸第二鉄、なたね油、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、酒、酢、りんごジュース、増粘剤、カラメル色素	鶏肉、豚肉、大豆、ごま、りんご
国産ハンバーグ	鶏肉、豚肉、たまねぎ、粒状植物性たんぱく(大豆の成分を含む)、難消化性デキストリン、でんぷん、粉末状植物性たんぱく(大豆の成分を含む)、果糖ぶどう糖液糖、ドロマイト、ぶどう糖加工品、ポークエキス、発酵調味料、塩、酵母エキス、加工油脂、チキンブイヨン、加工でんぷん、クエン酸鉄ナトリウム	鶏肉、豚肉、大豆
こんにゃく麺	こんにゃく粉、かぼちゃ粉末、クチナシ色素、水酸化カルシウム	

	食品名	原材料	特定原材料 準特定原材料
さ	さば(下味)	さば、しょうゆ、酒、みりん	大豆、小麦
	さんまかぼすレモン煮	さんま、砂糖、しょうゆ、かぼす果汁、じゃがいもでんぷん、みりん、レモンペースト、レモン果汁、塩	大豆、小麦
	山菜水煮	わらび、みずな、えのきたけ、山うど、なめこ、たけのこ、pH調整剤	
	じゃが芋(ク)	じゃがいも、植物油脂	
	しらす干し	カタクチイワシ、塩	
た	玉ふ	小麦粉、小麦たんぱく、白玉粉、重曹、ビタミンE	小麦
	ちくわ、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)、じゃがいもでんぷん、米油、みりん、食塩、全糖ぶどう糖、砂糖	
	つぼ漬	大根、ぶどう糖果糖液糖、砂糖、アミノ酸液、酢、かつお節エキス、塩、カラメル色素、酸味料、酒精	
	ツナフレーク	きはだまぐろ、米油、塩	
	豆腐(凍)Fe添加	大豆、でんぷん、安定剤、凝固剤、ピロリン酸第二鉄	大豆
	鶏むね肉(下味) <山賊焼き用>	鶏肉、しょうが、にんにく、しょうゆ、酒	鶏肉、大豆、小麦
	鶏モモ(皮付き下味) <鶏肉の梅ソース用>	鶏肉、塩、酒	鶏肉
鶏もも肉(下味) <タンドリーチキン用>	鶏肉、ヨーグルト、塩、砂糖、カレー粉、しょうが、にんにく	鶏肉、乳	
な	なると	魚肉すりみ(すけそうたら、イトヨリダイ、他)、じゃがいもでんぷん、塩、砂糖、着色料	
	ねり梅	梅、塩	
は	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、しょうゆ、カツオエキス(さばの成分を含む)、しょうが、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、シヨ糖脂肪酸エステル	りんご、小麦、大豆、さば
	春雨	さつまいもでんぷん、じゃがいもでんぷん	
	福神漬	だいこん、きゅうり、なす、れんこん、しょうが、しその葉、ぶどう糖果糖液糖、砂糖、しょうゆ、アミノ酸液(小麦の成分を含む)、塩、梅酢、酢	大豆、小麦
	ワンカルト	豚肉、塩、砂糖、白こしょう、カルワイ、マスタード	豚肉
	細切かまぼ	魚肉すりみ(すけそうたら、他)、塩、砂糖、魚肉エキス、加工でんぷん	
	細切たくあん	塩押しだいこん、ぶどう糖果糖液糖、砂糖、発酵調味料、塩、酢、たんぱく加水分解物、梅酢	
	素材100%の食品		切干し大根【青首大根】
		コマゴロ【とうもろこし】	
		白ねりごま【いりごま】	

- ☆ すべての海産物には「えび・かに・いか・たこ」が含まれる可能性があることをご承知おきください。
- ☆ 上記にはコンタミネーションに関する情報はありません。
- ☆ 食品はあいうえお順になっています。
- ☆ 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。