

★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9月1日火曜 ～ 令和8年9月30日水曜

1(火)	2(水)	3(木)	4(金)	7(月)	8(火)	9(水)	10(木)	11(金)	14(月)
C	C	C	C	C	C	C	C	C	C
切込み丸パン	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	★クロワッサン	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
オニオンスープ	豆腐のすまし汁	旬の具だくさんみそ汁	松本豆腐汁	さつま汁	コーン入り野菜スープ	厚揚げのみそ汁	けんちん汁	ごまみそ汁	ワンタンスープ
豚肉(肩・もも) 10. たまねぎ 40. にんじん 10. パセリ 0.2 ベジダシ 3. 塩 0.2 しょうゆ 2.5 こしょう 0.02	★かまぼこ 7. にんじん 15. はくさい 15. しめじ 5. 豆腐 20. みつば 3. 塩 0.3 酒 1. 白しょうゆ 3.5 かつお厚削り(ダシ) 1.8	さつま芋 15. たまねぎ 15. にんじん 15. しめじ 3. えのきたけ 3. はくさい 10. ★豆腐(凍) Fe添加 20. しょうが 0.1 小松菜 3. 煮干し(パック) 1.8 みそ 7.	★細切かまぼこ 10. にんじん 5. はくさい 10. えのきたけ 5. 豆腐 20. たまねぎ 10. 長ねぎ 3. 塩 0.1 酒 0.5 白しょうゆ 4. みりん 1. かつお厚削り(ダシ) 1.8	鶏ムネ肉 10. にんじん 10. たまねぎ 15. 油揚げ 5. さつま芋(凍) 25. 長ねぎ 3. 酒 1. 煮干し(パック) 1.8 みそ 7.	鶏ムネ肉 15. にんじん 10. たまねぎ 15. じゃが芋(凍) 20. ★コーンペースト 20. ホールコーン 15. チンゲンサイ 5. オニオンスープ 5. 塩 0.3 黒こしょう 0.02 白しょうゆ 4.	たまねぎ 20. にんじん 10. えのきたけ 5. 厚揚げ 30. 長ねぎ 3. 煮干し(パック) 1.8 みそ 7. 黒酢肉団子 ★黒酢肉団子 2. 個	ごぼう 5. にんじん 10. だいこん 20. こんにゃく 10. ★豆腐(凍) Fe添加 20. じゃが芋 15. 長ねぎ 3. かつお厚削り(ダシ) 1.8 ごま油 0.5 しょうゆ 4. 酒 1. みりん 1. 塩 0.2	豚肉(肩・もも) 5. こんにゃく 10. だいこん 15. にんじん 10. はくさい 20. ★豆腐(凍) Fe添加 20. 長ねぎ 3. 煮干し(パック) 1.8 みそ 7. 酒 1. ★白ねりごま 4.	豚肉(肩・もも) 10. にんじん 10. たまねぎ 10. しめじ 5. ★なると 5. はくさい 15. ★ワンタン 6. チンゲンサイ 5. オニオンスープ 5. しょうゆ 4. 塩 0.3 こしょう 0.02
メンチカツ	肉じゃが	レコング入りハンバーグ	シルバー塩麴焼き	いわしのみぞれ煮	チーズオムレツミートソース	ごぼうマヨサラダ	きのこしゅうまい	鶏肉の照り焼き	麻婆豆腐
★メンチカツ 1. 個 揚げ油 5. 中濃ソース 6.	豚肉(肩・もも) 35. たまねぎ 15. しらたき 10. じゃが芋 25. にんじん 7. いんげん(凍) 5. 油P 1. みりん 2. さとう 2. 塩 0.1 しょうゆ 4. 酒 1. 水 25.	★レコング入りハンバーグ 1. 個 しょうゆ 1.5 みりん 2. さとう 1. でんぷん 0.2	★シルバー(下味) 1. 個	★いわしみぞれ煮 1. 尾	★チーズオムレツ 1. 個 油P 0.5 中濃ソース 0.5 トマト水煮 4. 豚ももひき肉 9. たまねぎ 6. ケチャップ 3. 塩 0.05 さとう 0.4 こしょう 0.01	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 ソイエッグマヨネーズ(サラダ) 6. 米酢 1.5	★キノコ入シューマイ 2. 個 白しょうゆP 2. 米酢 1.	★鶏もも(皮付き下味) 1. 個	にんにく 0.3 しょうが 0.3 豚ももひき肉 15. たまねぎ 20. ★たけのこ(切) 5. 豆腐 40. 長ねぎ 3. 大豆の華 粒 2. みそ 2. オスターソース 1. しょうゆ 2. 酒 2. トウバンジャン 0.1 ごま油 1. さとう 0.5 でんぷん 0.5
ポテトサラダ	こんにゃくサラダ	のり酢あえ	おてっか	こんぶあえ	えだまめサラダ	ひじきの煮物		香りびたし	大根の中華サラダ
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.	★サラダコンニャク 20. きゅうり 5. キャベツ 25. 米酢 1.5 海水塩 0.1 白しょうゆP 2. さとう 0.3	もやし 35. きゅうり 5. にんじん 5. 角きざみのり 0.5 さとう 0.5 米酢 1. 白しょうゆP 2.2 油P 0.4	油P 1. 豚肉(肩・もも) 15. なす 15. たまねぎ 15. にんじん 10. ピーマン 5. みそ 4.5 酒 1. さとう 0.7	キャベツ 35. 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.	★えだまめ(ムキ) 15. キャベツ 25. わかめ 0.6 米酢 1. 海水塩 0.1 油P 1. 白しょうゆP 1.5	突こんにゃく 8. にんじん 10. ひじき 2. 鶏ひき肉 10. 油揚げ(凍) 3. 大豆(凍) 10. さとう 1.3 しょうゆ 3. みりん 1. 油P 1. 水 10.	きゅうり 5. はくさい 35. にんじん 5. ごま油 0.8 さとう 1.2 白しょうゆP 2.5 米酢 1.	だいこん 40. にんじん 5. 小松菜 5. 米酢 1. さとう 0.3 白しょうゆP 2. 海水塩 0.1 ごま油 0.5	

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（8東部）

令和8年9月1日火曜 ～ 令和8年9月30日水曜

15(火)	16(水)	17(木)	18(金)	24(木)	25(金)	28(月)	29(火)	30(水)
C	C	C	C	C	C	C	C	C
★黒パン	ごはん	ごはん	ごはん	玄米入りごはん	ごはん	ごはん	背割りコッペパン	★わかめごはん
<u>かきたま汁</u> ★細切かぼ 10. たまねぎ 20. えのきたけ 5. にんじん 5. じゃが芋 15. 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 でんぷん 0.5 ★冷凍液卵 20.	<u>さわに椀</u> 豚肉(肩・もも) 15. ★たけのこ(切) 5. にんじん 15. だいこん 15. えのきたけ 5. ★細切かぼ 5. しらたき 5. 塩 0.3 白しょうゆ 3. 酒 1. かつお厚削り(ダシ) 1.8	<u>ワカメスープ</u> 鶏ムネ肉 10. はくさい 20. にんじん 5. ★細切かぼ 5. わかめ 0.5 長ねぎ 3. ネギガラスープ 5. 塩 0.3 白しょうゆ 3. 酒 1. ごしょう 0.1 ごま油 0.2	<u>わかめとじゃが芋のみそ汁</u> じゃが芋 25. たまねぎ 15. にんじん 15. えのきたけ 5. 小松菜 3. 油揚げ 5. わかめ 0.5 煮干し(パック) 1.8 みそ 7. <u>焼きアジのごまだれがけ</u> あじ 1. 切 しょうゆ 2.5 さとう 1.5 みりん 0.8 水 5. でんぷん 0.4 白すりごま 1.2 <u>おかかあえ</u> キャベツ 35. にんじん 5. 小松菜 5. きゅうり 5. 白しょうゆP 2.5 花かつお(サラダ) 0.8	<u>ポークカレー</u> しょうが 0.2 にんにく 0.2 豚肉(肩・もも) 30. たまねぎ 40. にんじん 20. じゃが芋(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 <u>梨</u> なし 0.25 個 塩 <u>福神漬あえ</u> キャベツ 25. きゅうり 5. にんじん 5. ★福神漬 10. 海水塩 0.1	<u>かぼちゃいも団子の月見汁</u> 豚肉(肩・もも) 5. だいこん 25. にんじん 10. ★いも団子FeCa南瓜入り 30. 油揚げ 3. 塩 0.3 酒 1. 白しょうゆ 3. かつお厚削り(ダシ) 1.8 <u>イカカツ</u> ★イカカツ 1. 個 揚げ油 6. 中濃ソース 5. <u>キャベツのごまあえ</u> キャベツ 35. ほうれんそう 5. にんじん 5. 白すりごま 2.5 さとう 1.5 白しょうゆP 3.	<u>豚汁</u> 豚肉(肩・もも) 10. 酒 1. ごぼう 5. たまねぎ 10. にんじん 10. だいこん 10. じゃが芋 20. 突こんにゃく 10. しょうが 0.2 長ねぎ 5. 煮干し(パック) 1.8 みそ 7.5 <u>さんまのかば揚げ</u> さんま 1. 個 でんぷん 5. 揚げ油 5. さとう 2. しょうゆ 3. みりん 3. 水 2. 白いりごま 0.5 <u>たくあんあえ</u> キャベツ 35. 小松菜 5. にんじん 5. ★細切たくあん 7. 白しょうゆP 0.5 さとう 0.05	<u>ジュリエンスープ</u> 豚もも肉 10. たまねぎ 20. にんじん 10. チンゲンサイ 3. キャベツ 30. ネギガラスープ 5. 塩 0.3 白しょうゆ 3.5 こしょう 0.02 <u>フランクフルトソース</u> ★フランクフルト(Fe含) 1. 本 トマトピューレ 4. ケチャップ 2. 中濃ソース 2. さとう 0.3 <u>和風おさつサラダ</u> 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 1.2	<u>担々こんにゃく麺スープ</u> 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. ネギガラスープ 5. ネギガラスープ 5. しょうゆ 1. みそ 7. 酒 1. トウバンジャン 0.1 白すりごま 1. ★白ねりごま 1. <u>山賊焼き</u> ★鶏むね肉(下味) 1. 個 でんぷん 8. 揚げ油 6. <u>春雨サラダ</u> 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 <u>豆乳みかんクレープ</u> ★豆乳みかんクレープ (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9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
	主食、デザート等(アレルギー対応食提供対象外)		
	【基本】切込み丸パン、背割りコッパパン	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
	巨峰っこゼリー	巨峰果汁、砂糖、マルチトール、トレハロース、ゲル化剤、クエン酸、クエン酸ナトリウム、ビタミンC、香料	
	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	小麦、乳
	クロワッサン	小麦粉、マーガリン(乳の成分を含む)、砂糖、イースト、脱脂粉乳、塩、鶏卵、乳化剤、香料、調味料、イーストフード(小麦の成分を含む)、酸化防止剤、ビタミンC、着色料	小麦、乳、卵
	豆乳みかんループ [®] (乳卵小麦なし)	豆乳、うんしゅうみかん果汁、加工油脂、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、米粉、植物油(大豆の成分を含む)、水あめ、砂糖、ぶどう糖、大豆粉、レモン果汁、しょうゆ(小麦不使用)、トレハロース、加工でんぷん、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、メタリン酸ナトリウム、カラメル色素、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	
	副食に使用する食品		
あ	イカカツ	いか、じゃがいもでんぷん、小麦粉、ドロマイト、なたね油、パーム油、砂糖、塩こうじ、酵母エキス、生パン粉(大豆の成分を含む)、ドライパン粉、大豆油、加工でんぷん、調味料、pH調整剤、副剤、食品素材(塩、とうもろこし)、膨張剤、増粘剤、ピロリン酸第二鉄	いか、小麦、大豆
	いも団子FeCa南瓜入り	じゃがいも、じゃがいもでんぷん、かぼちゃ、塩、炭酸カルシウム、ピロリン酸第二鉄	
	いわしみぞれ煮	いわし、だいこん、砂糖、しょうゆ、じゃがいもでんぷん、みりん、塩	大豆、小麦
	えだまめ(ㇿ)	えだまめ、塩	大豆
か	かまぼこ	魚肉すりみ(すけそうたら、他)、じゃがいもでんぷん、塩、砂糖、魚介エキス	
	ｷﾉｺ入ｼｰﾏｲ	小麦粉、たまねぎ、鶏肉、豚肉、豚脂、えのきたけ、しめじ、じゃがいもでんぷん、粒状大豆たんぱく、しょうゆ、砂糖、しょうが、ごま油、塩、黒こしょう	小麦、大豆、鶏肉、豚肉、ごま
	黒酢肉団子	鶏肉、たまねぎ、米黒酢、砂糖、パン粉、しょうゆ、でんぷん、なたね油、りんご酢、パイン果汁、しょうが、黒糖、塩、鶏ガラスープ、にんにく、ごま油、香辛料、小麦たんぱく酵素分解物、酵母エキス、魚醤パウダー ※魚醤は網で無分別に捕獲した魚介類を原料としています。	小麦、鶏肉、大豆、りんご、ごま、魚醤パウダー（魚介類）※
	コチュジャン	みそ、砂糖、唐辛子、大豆油、塩、米麴、パプリカ、酒精、調味料	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	
さ	ﾗﾗﾀﾞ ｺﾝﾅﾔｸ	こんにゃく粉、にんじん粉末、パプリカ色素、こんにゃく用凝固剤、かぼちゃ粉末、クチナシ色素、水酸化カルシウム、青海苔粉末、クロレラ粉末	
	ｼﾙﾊﾞｰ(下味)	シルバー、米麴、塩	
た	たけのこ(切)	たけのこ、pH調整剤	
	チーズオムレツ	鶏卵、プロセスチーズ、砂糖、大豆油、塩、酢、加工でんぷん、酸味料	卵、乳、大豆
	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) ＜鶏肉の照り焼き用＞	鶏肉、しょうゆ、みりん、砂糖	鶏肉、大豆、小麦
	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	
	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
	ﾌﾗﾝｸﾌｳ(Fe含)	豚肉、塩、砂糖、白こしょう、カルワイ、マスタード、パン酵母	豚肉
	ぶり(下味)	ぶり、みそ、みりん、酒	大豆
	細切ｶﾏﾎﾞｺ	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	塩押し大根、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	
ま	メンチカツ	豚肉、鶏肉、たまねぎ、パン粉、豚脂、砂糖、塩、酵母エキス、こしょう、炭酸カルシウム、ピロリン酸第二鉄、でんぷん、香辛料、植物繊維、加工でんぷん、増粘剤	豚肉、鶏肉、小麦
	ﾚﾝｺﾝ入ﾘﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ	豚肉、たまねぎ、白いんげん、レンコン、塩	豚肉
わ	ワンタン	小麦粉、塩	小麦
	素材100%の食品	ｺｰﾊﾟｰｽﾄ【とうもろこし】	
		白ねりごま【いりごま】	
		冷凍液卵【鶏卵】	

☆ 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。
☆ 食品はあいうえお順になっています。
☆ 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。
☆ 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。