

★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 (6東部)

※裏面をご覧ください

2024-04-02 印刷

令和6年5月1日水曜 ~ 令和6年5月31日金曜

1 ページ

1(水)	2(木)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)
C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C
★たけのこごはん	ごはん	コッパパン	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	背割りコッパパン	ごはん	ごはん	ごはん
さわに椀	ごまみそ汁	コン入り野菜スープ	わかめスープ	豆腐のすまし汁	豚汁	ワンタンスープ	ポトフ	寒天スープ	山菜うどん汁	やさいスープ
豚肉(肩・もも) 15. にんじん 10. だいこん 15. はくさい 15. 極細かぼち白 7. えのきたけ 5. みつば 3. 塩 0.3 白しょうゆ 3. 酒 1. 花かつお(ダシ) 1.8	だいこん 25. たまねぎ 20. じゃが芋 20. 長ねぎ 3. 煮干し 1.8 みそ 7.5 酒 1. 白ねりごま 4.	鶏モモ肉 15. にんじん 10. たまねぎ 25. コンパースト 20. ホールコーン 15. チンゲンサイ 5. 塩 0.25 黒こしょう 0.02 白しょうゆ 3.	鶏モモ肉 15. たまねぎ 20. にんじん 10. ★細切かぼち 10. しめじ 5. けんがらスープ 5. 長ねぎ 3. わかめ 0.5 塩 0.25 白しょうゆ 3.3 酒 1. こしょう 0.02 白いりごま 0.5	鶏ムネ肉 10. ★かまぼこ 10. にんじん 10. はくさい 10. しめじ 7. 豆腐(凍) Fe添加 20. みつば 3. 塩 0.3 酒 1. 白しょうゆ 3. 花かつお(ダシ) 1.8	豚肉(肩・もも) 10. 酒 1. ごぼう 5. たまねぎ 10. にんじん 5. だいこん 15. じゃが芋 20. 突こんにやく 10. 長ねぎ 3. 煮干し 1.8 みそ 7.5	豚肩ひき肉 15. にんじん 10. たまねぎ 15. 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. けんがらスープ 5. しょうゆ 3.5 塩 0.3 こしょう 0.02	セロリー 3. たまねぎ 15. にんじん 15. 豚肉(肩・もも) 10. じゃが芋(凍) 25. キャベツ 20. 白ワイン 1. 塩 0.3 こしょう 0.02 けんがらスープ 5. 白しょうゆ 3.	鶏モモ肉 10. たまねぎ 20. はくさい 25. えのきたけ 5. コンヤク寒天 1. 長ねぎ 3. 塩 0.3 こしょう 0.02 しょうゆ 3.5 けんがらスープ 5.	豚肉(肩・もも) 10. だいこん 20. ★うどん 25. にんじん 10. えのきたけ 5. ★山菜水煮 10. 長ねぎ 3. ★油揚げ 5. 白しょうゆ 3.5 塩 0.35 酒 1. 花かつお(ダシ) 1.8	鶏ムネ肉 10. にんじん 10. じゃが芋 20. キャベツ 20. ホールコーン 5. 小松菜 5. けんがらスープ 5. 白しょうゆ 3. 塩 0.3 黒こしょう 0.03
カツオと芋の甘辛揚げ	豚肉と竹の子の煮つけ	パ入り煎りコカ		いわしの味噌煮	春巻き	さばのみりん焼き	ワンフルト炒め	厚揚げと豚肉のみそ炒め	ドライカレービーンズ	
じゃが芋(カ) 30. かつお角切り 30. でんぱん 7. 揚げ油 6. さとう 2. しょうゆ 2.5 みりん 1.2 水 2.5 白いりごま 1.5	しょうが 0.5 豚もも肉 30. ごぼう(切) 10. にんじん 10. 突こんにやく 15. えだまめ(ムキ) 5. みりん 2. 酒 1. さとう 2. しょうゆ 4. 油P 1.	にんにく 0.2 豚ももひき肉 30. ★豚レバーチップ 2. たまねぎ 20. 大豆(ドライパック) 15. 金時豆(ドライパック) 10. トマト水煮 7. さとう 0.5 中濃ソース 1.5 ナツメグ 0.01 チリパウダー 0.3 赤ワイン 1. 油P 0.5 こしょう 0.02	肉シューマイ ★肉シューマイ 2.個 白しょうゆP 1.7 米酢 1.6	★いわし味噌煮 1.個	★春巻き 1.個 揚げ油 5.	★さば(下味) 1.切	★ワンフルト 1.本 オリーブ油 0.7 にんにく 0.2 たまねぎ 8. トマト水煮 7. さとう 0.1 塩 0.07 黒こしょう 0.01 チリパウダー 0.04	油P 0.8 しょうが 0.4 にんにく 0.4 トバツヤン 0.1 豚肉(肩・もも) 30. 厚揚げ 25. 白菜キムチ漬 5. ピーマン 5. キャベツ 30. みそ 1.5 酒 0.8 さとう 0.2 塩 0.1 オスターソース 0.8 でんぱん 0.6	★きんぴら肉団子 2.個	
チーズおなかサラダ	たくあんあえ	ひじきサラダ	ゆで干し大根の中華サラダ	梅ささみあえ	キャベツのごまあえ	寒天のごま酢あえ	コールスローサラダ	さつま芋サラダ	フルーツヨーグルト	
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 1.8 花かつお(ダシ) 0.8	はくさい 35. にんじん 5. 小松菜 5. 細切たくあん 10. 白しょうゆP 0.5 さとう(ダシ) 0.05	キャベツ 35. きゅうり 5. にんじん 5. ひじき(ドライパック) 5. 米酢 1. 白しょうゆP 2.5 油P 0.4 さとう(ダシ) 0.5	★ゆで干し大根 ミックス 5. キャベツ 30. きゅうり 5. 米酢 1. さとう(ダシ) 0.4 白しょうゆP 2. 海水塩 0.1 ごま油 0.5 一味唐辛子 0.01	きゅうり 5. にんじん 5. だいこん 35. ★ささみルーク 5. ★ねり梅 1.5 さとう(ダシ) 0.4 白しょうゆP 0.7	キャベツ 30. チンゲンサイ 5. ホールコーン 10. にんじん 5. 白すりごま 2.5 さとう(ダシ) 1.5 白しょうゆP 2.5	コンヤク寒天 1. もやし 25. きゅうり 5. にんじん 5. 米酢 1. 白しょうゆP 2. さとう(ダシ) 1. 白すりごま 2.5	キャベツ 30. きゅうり 5. ホールコーン 10. にんじん 5. 米酢 1. 油P 1. 海水塩 0.3 こしょう 0.02	さつま芋(凍) 35. きゅうり 5. にんじん 5. ホールコーン 5. 油P 1.5 海水塩 0.3 米酢 1. こしょう 0.02	★ヨーグルト 30. みかん缶 15. ★白桃缶 15. 黄桃缶 15. さとう(ダシ) 0.5	
かしわもち										
★かしわもち 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。

明細献立表 (6東部)

2024-04-02 印刷

令和6年5月1日水曜 ~ 令和6年5月31日金曜

2 ページ

20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)	31(金)
C	C	C	C	C	C	C	C	C	C
ごはん	コッパン	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	★ミルクパン	★わかめごはん	ごはん	ごはん
肉団子スープ	トマトビーンズスープ	鶏ごぼう汁	みそキムチ汁	厚揚げのみそ汁	けんちん汁	オニオンスープ	具だくさんみそ汁	春野菜のみそ汁	ポークカレー
にんじん 10. ★肉だんご 30. じゃが芋 20. キャベツ 10. チンゲンサイ 5. 秣がスープ 5. 白しょうゆ 3.5 塩 0.2 こしょう 0.02	オリーブ油 0.5 にんにく 0.2 豚肉(肩・もも) 20. たまねぎ 20. キャベツ 20. セロリー 3. 大豆(ドライパック) 15. 秣がスープ 5. ケチャップ 5. トマト水煮 10. 赤ワイン 1. 白しょうゆ 2.5 塩 0.45 こしょう 0.02	鶏ムネ肉 8. にんじん 10. だいこん 25. はくさい 20. ごぼう 5. 長ねぎ 3. 塩 0.2 酒 1. しょうゆ 4. 花かつお(ダシ) 1.8	豚バラ肉 10. たまねぎ 15. にんじん 10. はくさい 15. しめじ 5. 焼き豆腐 20. 白菜キムチ漬 8. 長ねぎ 3. 煮干し 1.8 みそ 7.5	たまねぎ 10. にんじん 10. はくさい 10. じゃが芋 15. 厚揚げ 25. 長ねぎ 3. 煮干し 1.8 みそ 7.5	ごぼう 10. にんじん 10. だいこん 20. こんにゃく 10. ★ゆしどうふ 20. 小松菜 5. 花かつお(ダシ) 1.8 ごま油 0.5 しょうゆ 3.2 酒 1. みりん 1. 塩 0.3	豚もも肉 10. オリーブ油 10. たまねぎ 35. エリンギ(切) 10. ホールコーン 10. 秣がスープ 5. 塩 0.6 白しょうゆ 1. こしょう 0.02	じゃが芋 20. ごぼう 10. たまねぎ 15. にんじん 10. 厚揚げ 15. 長ねぎ 3. 煮干し 1.8 みそ 7.5	じゃが芋 20. にんじん 10. たまねぎ 20. キャベツ 15. えのきたけ 5. 小松菜 5. 煮干し 1.8 みそ 7.5	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. りんごビール 5. チャツネ 1.5 カレールー 11. しょうゆ 2. 中濃ソース 2. ガラムマサラ 0.01
ホキのマリネ		マンダイのフライ	★赤魚の塩麹焼き	おろしハンバーグ	メンチカツ	★ポテトチップス	★鶏唐揚げ	春雨とひき肉の炒め物	
ホキ 1. でんぷん 5. 揚げ油 5. たまねぎ 5. 白ワイン 2. 米酢 2. レモン汁(凍) 2. さとう 2.5 塩 0.3 こしょう 0.02 赤パプリカ 2. 黄パプリカ 2.		★マダイ(下味) 1. 個 小麦粉 4. ★パン粉 6. 揚げ油 5. 中濃ソースP 7.	★赤魚(下味) 1. 個	★ハンバーグ 1. 個 しょうゆ 3. さとう 1.5 米酢 1. だいこん 10. 水 2.5	★メンチカツ 1. 個 揚げ油 5. 中濃ソースP 6.	★やさしいポテト(乳小麦なし) 1. 個	★鶏もも肉(下味) 2. 個 でんぷん 8. 揚げ油 7.	★春雨 7.5 豚肩ひき肉 10. にんにく 0.2 しょうが 0.2 たまねぎ 20. にんじん 5. たけのこ(切) 10. チンゲンサイ 5. 油P 0.5 しょうゆ 4. さとう 0.4 ごま油 0.4	
ほたてと大根のサラダ	ごぼうサラダ	アスパラガスのポテトサラダ	もやしのナムル	ゆかりあえ	じゃこあえ	ツナサラダ	春雨サラダ		ツナマヨオムレツ
だいこん 35. きゅうり 7. にんじん 5. ★ほたてフレーク 2.5 米酢 0.8 白しょうゆP 2. 油P 0.5 白いりごま 0.5	ごぼう(切) 25. きゅうり 5. にんじん 5. ホールコーン 5. 米酢 1. 白しょうゆP 2.2 油P 0.5 さとう(サダ) 0.35	アスパラガス 10. にんじん 5. じゃが芋(凍) 35. ノンオイルマヨネーズ(サラダ) 5. 白しょうゆP 1.5 黒こしょう 0.02 米酢 0.5	きゅうり 5. もやし 35. ほうれんそう 5. にんじん 5. 白しょうゆP 2.2 ごま油 0.5 白いりごま 1.	ゆかり 40. きゅうり 5. にんじん 5. ★ゆかり 0.5 海水塩 0.1 米酢 0.5	キャベツ 35. きゅうり 6. にんじん 6. 揚げちりめん 2. 白しょうゆP 1.2	ツナフレーク 5. キャベツ 35. きゅうり 5. にんじん 5. 米酢 1. 油P 0.5 こしょう 0.02 白しょうゆP 1. さとう 0.05	マロニー 5. きゅうり 7. キャベツ 20. にんじん 5. 米酢 1. さとう(サダ) 0.5 白しょうゆP 2. 海水塩 0.1 ごま油 0.5	★ツナマヨオムレツ 1. 個	海そうサラダ キャベツ 25. きゅうり 5. にんじん 3. 海そうサラダ 1. 米酢 1. 海水塩 0.3 こしょう 0.02 油P 1.
							みかんクレープ		
							★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。