

令和3年度1月 詳細献立表（通常給食）

※以下の点にご注意ください※

・ちりめんじゃこやわかめ、ひじきなどの海産物には同じ海域で生息する他の海洋生物（えびやいか、タコなど）が混入している可能性があります。

・揚げ油は同じ油を複数回使用するため、事前に揚げた食材の成分が微量混入することがあります。
揚げ油の使用回数は献立名の横に記載していますので、ご確認ください。

・米酢の代わりに穀物酢、穀物酢の代わりに米酢を使用する場合があります。

・塩、砂糖、酒、でん粉（じゃがいもまたはとうもろこし）、油は本献立表に記載がなくても、調理の状況により追加する場合があります。

・すべての食品は同じ調理場内で扱っているため、意図せず混入する（コンタミネーション）場合があります。

・加工食品等の詳細な原材料は、年間・学期・月の使用食材原材料表をご覧ください。
月の原材料表に記載のある食品名には「月」と表示してあります。

1/12 (水)		1/13 (木)		1/14 (金)		1/17 (月)		1/18 (火)	
七草うどん 牛乳 鶏肉のから揚げ【揚げ油①】 ごま和え プレーン蒸しパン		ご飯 牛乳 すき焼き風煮 青のり入り卵焼き ひじきとツナのそぼろ炒め		小豆ご飯 牛乳 かきたま汁 鰯の柚子味噌だれ 煮しめ		ご飯 牛乳 災害備蓄用味噌汁 ホキのごまだれがけ【揚げ油②】 五目きんぴら		ご飯 牛乳 麻婆豆腐 春雨の中華サラダ みかん	
食品名	純使用g	食品名	純使用g	食品名	純使用g	食品名	純使用g	食品名	純使用g
水	110.00	精白米(慣行)	65.00	精白米(慣行)	65.00	精白米(慣行)	70.00	精白米(慣行)	65.00
だし昆布	0.50	サラダ油(米) 16.5kg	0.50	サラダ油(米) 16.5kg	0.50	サラダ油(米) 16.5kg	0.50	サラダ油(米) 16.5kg	0.50
さば節 厚削り だし用	4.00	飲用牛乳 200ml	206.00	食塩	0.40	飲用牛乳 200ml	206.00	飲用牛乳 200ml	206.00
鶏もも皮なし小間	15.00	豚かた小間	25.00	茹で塩	0.10	水	110.00	サラダ油(米) 16.5kg	0.50
だいこん	15.00	豚ばら小間	6.00	月 あずき(乾)	3.00	FD非常用野菜お味噌汁	6.60	しょうが	0.50
こいくちしょうゆ	4.50	清酒	2.00	飲用牛乳 200ml	206.00	(キャベツ たまねぎ ほうれんそう もやし みそ わかめ)	6.60	にんにく	0.50
清酒	0.90	干しいたけ(スライス)	0.30	水	120.00	生揚げ	12.00	長ねぎ	15.00
油揚げ(細切り)	6.00	水	40.00	かつお節 厚削り だし用	3.00	ごまつな	20.00	トウバンジャン	0.20
冷凍うどん(学)	45.00	上白糖	3.50	だし昆布	0.50	えのきたけ 1/3カット バラ	10.00	豚もも挽き	15.00
月 刻み七草(乾燥) 50g袋	0.90	こいくちしょうゆ	6.50	たまねぎ	10.00	長ねぎ	8.00	豚レバーチップ 500g	1.00
長ねぎ	6.00	冷凍焼き豆腐(さいの目)	30.00	清酒	1.00	ホキ切り身 40g	40.00	たけのご水煮	20.00
食塩	0.07	はくさい	30.00	食塩	0.40	ホキ切り身 40g	40.00	干しいたけ(スライス)	1.00
飲用牛乳 200ml	206.00	しゅんぎく	4.00	うすくちしょうゆ	2.00	ホキ切り身 60g	60.00	水	40.00
鶏もも皮なし切り身 40g 開き	40.00	しらたき カット	30.00	冷凍豆腐(さいの目)	30.00	食塩	0.10	大豆ミート(ミンチ)	5.00
鶏もも皮なし切り身 40g 開き	40.00	長ねぎ	18.00	えのきたけ 1/3カット バラ	8.00	清酒	1.00	スープストックチキン(学)	0.70
鶏もも皮なし切り身 50g 開き	50.00	殺菌液卵(チルド) 10kg	45.00	でん粉	1.00	でん粉	8.00	八丁味噌 300g	1.00
しょうが	0.50	水	10.00	鶏卵 L	20.00	揚げサラダ油	4.00	デンメンジャン	3.00
こいくちしょうゆ	2.50	和風だしの素	0.10	ごまつな	10.00	水	8.00	こいくちしょうゆ	5.00
清酒	2.00	食塩	0.30	長ねぎ	10.00	しょうが	0.20	清酒	1.00
でん粉	10.00	こいくちしょうゆ	0.20	さわら切り身 40g	40.00	こいくちしょうゆ	2.00	上白糖	1.00
揚げサラダ油	5.00	上白糖	1.00	さわら切り身 40g	40.00	本みりん	1.00	長ねぎ	15.00
にんじん	5.00	青のり	0.10	さわら切り身 60g	60.00	上白糖	1.30	でん粉	2.00
緑豆もやし	35.00	紙カップ 100ml	1.00	しょうが	0.50	白すりごま	1.00	冷凍豆腐(さいの目)	100.00
ごまつな	15.00	サラダ油(米) 16.5kg	0.50	清酒	3.00	でん粉	0.30	きくらげ(乾) 短冊切り	0.50
白すりごま	4.00	しょうが	0.30	白ねりごま	1.50	サラダ油(米) 16.5kg	0.50	緑豆はるさめ 5cmカット	7.00
こいくちしょうゆ	3.00	鶏むね皮なし挽き	5.00	三温糖	2.20	鶏むね皮なし小間	7.00	にんじん	10.00
上白糖	2.00	たまねぎ	15.00	白味噌(減塩)	2.80	清酒	1.00	チンゲンサイ	20.00
本みりん	2.30	にんじん	5.00	本みりん	1.70	切りごぼう きんぴら用	15.00	こいくちしょうゆ	2.20
白ねりごま	1.50	水	5.00	こいくちしょうゆ	0.40	糸こんにやく カット	8.00	米酢	2.64
月 プレーン蒸しパン 35g	35.00	乾燥ひじき	1.20	まぐろ油漬レトルト(フレーク、ライト)	3.00	にんじん	7.00	上白糖	0.66
月 プレーン蒸しパン 45g	45.00	まぐろ油漬レトルト(フレーク、ライト)	3.00	水	5.00	さつま揚げ(スライス)500g	10.00	ごま油	1.54
月 プレーン蒸しパン 55g	55.00	大豆ミート(ミンチ)	2.00	ゆず果皮	0.50	大豆ミート(ミンチ)	2.50	みかん S	80.00
月 プレーン蒸しパン 60g	60.00	清酒	0.80	でん粉	0.10	こいくちしょうゆ	2.50		
		本みりん	0.80	サラダ油(米) 16.5kg	0.50	上白糖	0.90		
		上白糖	0.50	鶏むね皮なし1.5cm角	20.00	本みりん	0.90		
		こいくちしょうゆ	1.30	清酒	0.50	一味唐辛子	0.01		
		赤味噌(減塩)	1.00	ごぼう 洗い	10.00	じゃがいも	10.00		
		むき枝豆(冷凍)	2.00	干しいたけ(スライス)	0.30				
				れんこん	10.00				
				水	9.00				
				にんじん	5.00				
				さといも いちよう切り1cm幅	20.00				
				清酒	1.20				
				本みりん	1.20				
				上白糖	1.20				
				こいくちしょうゆ	1.80				
				冷凍さやいんげん 3cmカット	2.00				

令和3年度1月 詳細献立表 (通常給食)

1/19 (水)		1/20 (木)		1/21 (金)		1/24 (月)		1/25 (火)		1/26 (水)	
黒砂糖食パン コーヒーミルク 白菜のクリームスープ 鶏肉のマッシュポテト焼き フルーツ白玉		ご飯 牛乳 けんちん汁 モロのカレーフライ【揚げ油③】 にらともやしの和え物		ご飯 牛乳 豚ばらと白菜の味噌汁 鯖のねぎ塩焼き じゃが芋のごまみそ煮		ご飯 牛乳 すいとん汁 鮭の塩焼き 白菜と小松菜のお浸し (糸削り節)		カレーライス (ご飯)(カレー) 牛乳 海藻サラダ ぼんかん		スパゲッティミートソース (スパゲッティ)(ミートソース) 牛乳 ツナサラダ ヨーグルト	
食品名	純使用g	食品名	純使用g	食品名	純使用g	食品名	純使用g	食品名	純使用g	食品名	純使用g
黒砂糖食パン(学)粉30g	30.00	精白米(慣行)	65.00	精白米(慣行)	65.00	精白米(慣行)	65.00	精白米(慣行)	70.00	ハーフスパゲッティ 1.9mm	60.00
黒砂糖食パン(学)粉40g	40.00	サラダ油(米) 16.5kg	0.50	サラダ油(米) 16.5kg	0.50	サラダ油(米) 16.5kg	0.50	サラダ油(米) 16.5kg	0.50	ピュアオリーブ油 0.91kg	6.00
黒砂糖食パン(学)粉50g	50.00	飲用牛乳 200ml	206.00	飲用牛乳 200ml	206.00	飲用牛乳 200ml	206.00	サラダ油(米) 16.5kg	0.50	サラダ油(米) 16.5kg	0.30
黒砂糖食パン(学)粉60g	60.00	ごま油	0.50	豚ばら小間	10.00	サラダ油(米) 16.5kg	0.50	にんにく	0.50	にんにく	0.80
コーヒーミルク 200ml	200.00	ごぼう 洗い	10.00	だいごん	10.00	豚かた小間	17.00	しょうが	0.50	しょうが	0.80
サラダ油(米) 16.5kg	0.50	糸こんにゃく カット	5.00	水	110.00	清酒	1.00	豚かた小間	25.00	セロリー	1.60
たまねぎ	30.00	にんじん	8.00	煮干し だし用	2.20	にんじん	7.00	大豆ミート(ミンチ)	3.00	にんじん	24.00
スーパーストックチキン(学)	1.70	干しいたけ(スライス)	0.30	にんじん	5.00	ごぼう 洗い	10.00	カレー粉 1kg	0.10	豚もも挽き	15.00
水	45.00	水	110.00	はくさい	30.00	水	100.00	たまねぎ	35.00	ナツメグパウダー	0.04
にんじん	10.00	だし昆布	1.10	ぶなしめじ バラ	3.00	煮干し だし用	2.40	にんじん	25.00	白ごしょう	0.04
ぶなしめじ バラ	5.00	かつお節 厚削り だし用	2.20	赤味噌(減塩)	3.50	だいごん	18.00	水	75.00	赤ワイン	1.60
はくさい	15.00	だいごん	20.00	白味噌(減塩)	3.50	じゃがいも	15.00	じゃがいも	50.00	たまねぎ	50.00
小麦粉(薄力粉)	3.50	さといも いちょう切り1cm幅	30.00	長ねぎ	7.00	油揚げ(コンテナ)	12.00	スーパーストックチキン(学)	0.50	食塩	0.20
バター	2.00	冷凍豆腐(さいの目)	18.00	さば切り身 40g	40.00	干しいたけ(スライス)	0.30	食塩	0.20	大豆ミート(ミンチ)	7.00
サラダ油(米) 16.5kg	1.50	食塩	0.17	さば切り身 40g	40.00	白味噌(減塩)	3.80	白ごしょう	0.02	トマトケチャップ 3kg	24.00
調理用牛乳 10L	55.00	こいくちしょうゆ	4.50	さば切り身 40g	40.00	赤味噌(減塩)	3.80	炒めたたまねぎ(冷凍) 1kg	20.00	トマトピューレ 3kg	24.00
食塩	0.10	長ねぎ	5.00	さば切り身 60g	60.00	月 すいとん(冷凍)	25.00	おろしりんご(レトルト)	2.00	カットトマト 3kg	12.00
白ごしょう	0.02	もうかざめ40g切り身	40.00	清酒	3.00	長ねぎ	5.00	無着色中濃ソース(学)	3.00	無着色ウスターソース(学)	1.60
ほうれんそう	7.00	もうかざめ40g切り身	40.00	水	4.00	さけ切り身 40g	40.00	トマトケチャップ 3kg	2.00	無着色中濃ソース(学)	3.20
鶏もも皮なし切り身 40g 開き	40.00	もうかざめ40g切り身	40.00	にんにく	0.10	さけ切り身 40g	40.00	カレーフレーク(給食用)	12.00	上白糖	0.16
鶏もも皮なし切り身 40g 開き	40.00	もうかざめ50g切り身	50.00	長ねぎ	8.00	さけ切り身 40g	40.00	飲用牛乳 200ml	206.00	粉チーズ	1.60
鶏もも皮なし切り身 40g 開き	40.00	清酒	2.00	清酒	0.10	さけ切り身 50g	50.00	キャベツ	24.00	飲用牛乳 200ml	206.00
鶏もも皮なし切り身 50g 開き	50.00	食塩	0.20	上白糖	0.10	食塩	0.20	にんじん	3.00	キャベツ	30.00
食塩	0.15	白ごしょう	0.03	食塩	0.20	清酒	3.00	こまつな	3.50	にんじん	5.00
白ごしょう	0.03	小麦粉(薄力粉)	6.00	ブラックペッパー	0.04	はくさい	30.00	海藻ミックス	1.00	こまつな	5.00
白ワイン	1.00	カレー粉 1kg	0.30	ごま油	0.50	にんじん	5.00	ピュアオリーブ油 0.91kg	1.90	ホールコーン	5.00
ノンエッグマヨネーズ 5kg(エッグケア)	5.00	パン粉	9.00	サラダ油(米) 16.5kg	0.30	こまつな	15.00	米酢	1.30	まぐろ油漬レトルト(フレーク、ライト)	15.00
粒入りマスタード 1kg	1.50	揚げサラダ油	5.00	しょうが	0.30	こいくちしょうゆ	2.70	食塩	0.20	たまねぎ	4.00
粉チーズ	1.00	にんじん	7.00	鶏むね皮なし挽き	12.00	本みりん	1.80	白ごしょう	0.01	サラダ油(米) 16.5kg	1.00
乾燥マッシュポテト	6.00	緑豆もやし	40.00	たまねぎ	30.00	かつお節糸削り 30g袋	1.00	上白糖	0.14	こいくちしょうゆ	1.00
白玉もち(冷凍)	25.00	にら	8.00	にんじん	15.00			こいくちしょうゆ	0.40	米酢	2.50
水	10.00	サラダ油(米) 16.5kg	2.50	じゃがいも	40.00			にんにく	0.03	食塩	0.25
上白糖	2.00	こいくちしょうゆ	2.00	こんにゃく(1.5cm角切り)	10.00			粉からし	0.01	白ごしょう	0.02
白ワイン	1.00	米酢	2.50	干しいたけ(スライス)	0.30			ぼんかん S	30.00	上白糖	0.16
バインチビットシロップ漬け 2kg	10.00	食塩	0.10	水	12.00					月 ヨーグルト	70.00
黄桃ダイスシロップ漬け 2kg	10.00	白ごしょう	0.02	赤味噌(減塩)	4.00						
みかんシロップ漬け 2kg	10.00	上白糖	0.16	三温糖	1.20						
				こいくちしょうゆ	0.80						
				清酒	0.60						
				白ねりごま	2.50						
				むき枝豆(冷凍)	3.00						

令和3年度1月 詳細献立表 (通常給食)

1/27 (木)		1/28 (金)		1/31 (月)	
中華丼 (麦ご飯)(中華丼の具) 牛乳 ししゃものごま焼き(2本) 小松菜とえのきののり和え (刻みのり)		ご飯 牛乳 大根と油揚げの味噌汁 鯨の竜田揚げ【揚げ油④】 肉じゃが		ご飯 牛乳 中華コーンスープ いかのチリソースがけ【揚げ油⑤】 白菜とチンゲンサイのサラダ	
食品名	純使用g	食品名	純使用g	食品名	純使用g
精白米(慣行)	65.00	精白米(慣行)	65.00	精白米(慣行)	70.00
米粒麦	5.00	サラダ油(米)	0.50	サラダ油(米)	0.50
サラダ油(米) 16.5kg	0.50	飲用牛乳 200ml	206.00	飲用牛乳 200ml	206.00
豚かた小間	20.00	水	120.00	サラダ油(米) 16.5kg	0.50
豚ばら小間	5.00	だし昆布	0.60	豚ももせん切り	10.00
にんにく	0.50	煮干し だし用	2.50	清酒	1.00
しょうが	0.50	だいこん	30.00	たまねぎ	20.00
にんじん	15.00	キャベツ	15.00	スープストックチキン(学)	1.70
たまねぎ	30.00	油揚げ(コンテナ)	10.00	水	100.00
たけのこ水煮	10.00	赤味噌(減塩)	3.80	えのきたけ 1/3カット パラ	3.00
干しいたけ(スライス)	0.30	白味噌(減塩)	3.80	クリームコーン 1kg袋	30.00
水	50.00	カットわかめ	0.40	うすくちしょうゆ	1.00
スープストックチキン(学)	1.00	長ねぎ	8.00	食塩	0.10
食塩	0.20	月くじろ 角 1.5cm チルド	40.00	白ごしょう	0.03
白ごしょう	0.03	しょうが	1.20	ホールコーン	5.00
こいくちしょうゆ	3.00	清酒	1.00	でん粉	0.80
はくさい	40.00	こいくちしょうゆ	2.00	鶏卵 L	20.00
チンゲンサイ	15.00	でん粉	8.00	しょうが	0.30
冷凍いか短冊	25.00	揚げサラダ油	4.00	こまつな	10.00
清酒	1.00	サラダ油(米) 16.5kg	0.50	長ねぎ	5.00
でん粉	3.50	しょうが	0.30	いか切り身 40g	40.00
飲用牛乳 200ml	206.00	豚かた小間	10.00	いか切り身 40g	40.00
からぶとししゃも(メス、卵あり) 生干し	40.00	たまねぎ	30.00	いか切り身 40g	40.00
清酒	3.00	にんじん	10.00	いか切り身 60g	60.00
ノンエッグマヨネーズ 5kg(エッグケア)	2.00	しらたき カット	10.00	清酒	1.00
白ねりごま	0.50	じゃがいも	40.00	でん粉	5.30
白すりごま	1.00	水	7.00	揚げサラダ油	6.00
えのきたけ 1/3カット パラ	15.00	本みりん	0.70	サラダ油(米) 16.5kg	0.10
キャベツ	20.00	三温糖	1.20	にんにく	0.10
こまつな	10.00	こいくちしょうゆ	3.50	しょうが	0.10
サラダ油(米) 16.5kg	1.50	清酒	0.70	長ねぎ	7.00
こいくちしょうゆ	1.50	冷凍さやいんげん 3cmカット	3.00	水	16.00
米酢	1.50			上白糖	0.48
食塩	0.08			トウバンジャン	0.06
白ごしょう	0.02			トマトケチャップ 3kg	3.00
上白糖	0.13			こいくちしょうゆ	0.60
刻みのり 20g袋	0.80			でん粉	0.30
				にんじん	5.00
				はくさい	35.00
				チンゲンサイ	10.00
				月 プレスハム0.8cm色紙切り	3.00
				こいくちしょうゆ	3.00
				米酢	3.00
				上白糖	0.75
				ごま油	1.75