

## 令和4年度10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。

10/3 (月)		10/4 (火)		10/5 (水)		10/6 (木)		10/7 (金)	
ご飯 牛乳 にらたまスープ 豚肉の生姜炒め 春雨の中華サラダ		じゃこわかめご飯 牛乳 なすと油揚げの味噌汁 鰯フライ【揚げ油①】 小松菜とえのきののり和え(刻みのり)		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 ポテトサラダ みかん		ご飯 牛乳 呉汁 鯖の香味焼き 肉じゃが		十三夜ご飯 牛乳 沢煮椀 鶏肉の青のり揚げ【揚げ油②】 おしるこ	
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
精白米(慣行)	65.00	精白米(慣行)	63.00	ハーブスパゲッティ 1.9mm	60.00	精白米(慣行)	65.00	精白米(慣行)	52.00
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	サラダ油(米) 16.5kg	0.50	むき栗(生)	8.00
飲用牛乳 200ml	206.00	わかめご飯の素(減塩) 200g	1.35	サラダ油(米) 16.5kg	0.30	飲用牛乳 200ml	206.00	清酒	1.00
サラダ油(米) 16.5kg	0.50	ちりめんじゃこ	1.00	にんにく	0.80	水	100.00	食塩	0.50
鶏もも皮なし小間	10.00	ごま油	0.20	しょうが	0.80	煮干し だし用	2.00	サラダ油(米) 16.5kg	0.50
水	110.00	飲用牛乳 200ml	206.00	セロリー	1.60	にんじん	7.00	むき枝豆(冷凍)	5.00
スープストックチキン(学)	1.80	水	100.00	豚もも挽き	15.00	だいこん	20.00	飲用牛乳 200ml	206.00
にんじん	7.00	煮干し だし用	2.20	ナツメグパウダー	0.04	糸こんにゃく カット	10.00	サラダ油(米) 16.5kg	0.50
干しいたけ(スライス)	0.30	たまねぎ	20.00	白ごしょう	0.04	干しいたけ(スライス)	0.30	豚ももせん切り	5.00
冷凍豆腐(さいの目)	25.00	長なす	25.00	赤ワイン	1.60	冷凍油揚げ(細切り)	8.00	水	122.00
清酒	1.00	冷凍豆腐(さいの目)	20.00	たまねぎ	48.00	冷凍豆腐(さいの目)	15.00	かつお節 厚削り だし用	3.00
白ごしょう	0.04	油揚げ(コンテナ)	10.00	食塩	0.20	大豆水煮	10.00	切り干し大根	5.00
うすくちしょうゆ	2.00	赤味噌(減塩)	4.20	にんじん	24.00	調製豆乳 1L	15.00	にんじん	10.00
でん粉	1.00	白味噌(減塩)	3.50	大豆ミート(ミンチ)	10.00	白味噌(減塩)	3.80	えのきたけ 1/3カット バラ	8.00
鶏卵 L	20.00	長ねぎ	5.00	レンズ豆	3.00	赤味噌(減塩)	3.80	食塩	0.40
しょうが	0.10	いわし開き 30g	30.00	トマトケチャップ 3kg	24.00	しょうが	0.30	うすくちしょうゆ	3.00
ごま油	0.50	清酒	2.00	トマトピューレ 3kg	24.00	こまつな	8.00	白ごしょう	0.02
にら	8.00	食塩	0.05	カットトマト 3kg	12.00	さわら切り身 40g	40.00	こまつな	10.00
サラダ油(米) 16.5kg	0.50	白ごしょう	0.03	無着色ウスターソース(学)	1.60	さわら切り身 40g	40.00	鶏むね皮なし切り身 40g	40.00
豚かた小間	25.00	小麦粉(薄力粉)	6.00	無着色中濃ソース(学)	3.20	さわら切り身 40g	40.00	鶏むね皮なし切り身 40g	40.00
豚もも小間	20.00	パン粉	7.00	無着色中濃ソース(学)	0.16	さわら切り身 60g	60.00	鶏むね皮なし切り身 40g	40.00
清酒	0.50	揚げサラダ油	4.00	粉チーズ	2.20	清酒	1.00	鶏むね皮なし切り身 50g	50.00
しょうが	0.50	無着色中濃ソース(学)	4.00	飲用牛乳 200ml	206.00	上白糖	0.70	清酒	2.00
たまねぎ	60.00	本みりん	1.50	じゃがいも	35.00	こいくちしょうゆ	2.50	こいくちしょうゆ	1.50
こいくちしょうゆ	5.50	トマトケチャップ 3kg	0.70	にんじん	10.00	トウバンジャン 500g	0.20	にんにく	0.20
上白糖	2.00	えのきたけ 1/3カット バラ	8.00	きゅうり	10.00	しょうが	0.80	しょうが	0.20
本みりん	2.00	はくさい	30.00	月 ボークハム 0.8cm色紙切り	10.00	サラダ油(米) 16.5kg	0.30	白ごしょう	0.02
しょうが	0.50	こまつな	20.00	ノンエッグマヨネーズ 5kg(エッグケア)	7.00	豚ぼら小間	10.00	青のり	0.15
きくらげ(乾) 短冊切り	0.50	サラダ油(米) 16.5kg	1.60	みかん S	60.00	清酒	0.50	でん粉	7.00
緑豆はるさめ 5cmカット	7.00	こいくちしょうゆ	1.60			たまねぎ	20.00	揚げサラダ油	4.00
にんじん	5.00	米酢	1.60			にんじん	7.00	あずき(乾)	9.00
チンゲンサイ	20.00	食塩	0.08			しらたき カット	10.00	上白糖	8.00
こいくちしょうゆ	3.00	白ごしょう	0.02			じゃがいも	40.00	水	30.00
米酢	3.00	上白糖	0.13			水	6.00	食塩	0.10
上白糖	0.75	刻みのり 20g袋	1.00			和風だしの素	0.25	白玉もち(冷凍)	30.00
ごま油	1.75					本みりん	0.70		
						三温糖	1.00		
						こいくちしょうゆ	3.30		
						冷凍さやいんげん 3cmカット	3.00		

令和4年度10月 詳細献立表 (通常給食)

10/11 (火)		10/12 (水)		10/13 (木)		10/14 (金)		10/17 (月)		10/18 (火)	
ご飯 牛乳 里芋と厚揚げの味噌汁 ホキのごまだれがけ【揚げ油③】 小松菜とひじきのサラダ		はちみつ食パン 牛乳 野菜スープ ひき肉と大豆のトマト煮 フルーツヨーグルト		ご飯 牛乳 すき焼き風煮 卵焼き キャベツとえのきのおひたし (糸削り節)		ターメリックライス コーヒーミルク クラムチャウダー ペリペリチキン キャベツとコーンのサラダ		中華丼 (麦ご飯)(中華丼の具) 牛乳 じゃこ大根サラダ ヨーグルト		ご飯 牛乳 もみじのすまし汁 真鯛の甘辛揚げ【揚げ油④】 なすの炒め煮	
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
精白米(償行)	68.00	月 はちみつ食パン 粉30g	30.00	精白米(償行)	70.00	精白米(償行)	65.00	精白米(償行)	70.00	精白米(償行)	65.00
サラダ油(米) 16.5kg	0.50	月 はちみつ食パン 粉40g	40.00	サラダ油(米) 16.5kg	0.50	サラダ油(米) 16.5kg	0.50	米粒麦	5.00	サラダ油(米) 16.5kg	0.50
飲用牛乳 200ml	206.00	月 はちみつ食パン 粉50g	50.00	飲用牛乳 200ml	206.00	食塩	0.20	サラダ油(米) 16.5kg	0.50	飲用牛乳 200ml	206.00
水	105.00	月 はちみつ食パン 粉60g	60.00	豚ばら小間	17.00	ターメリックパウダー	0.07	サラダ油(米) 16.5kg	0.50	水	125.00
煮干し だし用	3.00	飲用牛乳 200ml	206.00	豚かた小間	18.00	コーヒーミルク 200ml	200.00	にんにく	0.50	だし昆布	0.70
さといも いちょう切り1cm幅	20.00	月 ベーコンせん切り 8mm幅	10.00	清酒	1.00	月 ベーコンせん切り 8mm幅	5.00	しょうが	0.50	かつお節 薄削り だし用	3.38
たまねぎ	20.00	たまねぎ	20.00	しょうが	0.50	たまねぎ	30.00	豚かた小間	15.00	食塩	0.30
生揚げ	30.00	水	100.00	干しいたけ(スライス)	0.40	にんじん	10.00	たまねぎ	35.00	うすくちしょうゆ	2.00
白味噌(減塩)	4.30	スープストックチキン(学)	1.50	水	30.00	水	40.00	たけのご水煮	10.00	清酒	1.00
赤味噌(減塩)	3.60	にんじん	5.00	上白糖	3.20	スープストックチキン(学)	1.50	きくらげ(乾) 短冊切り	0.30	冷凍豆腐(さいの目)	30.00
備蓄乾燥具材(わかめ ほうれん草 油揚げ)100g	0.70	えのきたけ 1/3カット パラ	10.00	こいくちしょうゆ	6.00	小麦粉(薄力粉)	3.00	にんじん	15.00	えのきたけ 1/3カット パラ	6.00
ホキ切り身 40g	40.00	レンズ豆	5.00	冷凍焼き豆腐(さいの目)	35.00	バター 450g	1.50	水	60.00	月 ちらしかまぼこ(もみじ)	8.00
ホキ切り身 40g	40.00	じゃがいも	30.00	はくさい	30.00	サラダ油(米) 16.5kg	1.50	スープストックチキン(学)	1.00	カットわかめ	0.60
ホキ切り身 40g	40.00	食塩	0.28	しらたき カット	30.00	調理用牛乳 10L	55.00	食塩	0.50	長ねぎ	5.00
ホキ切り身 60g	60.00	白こしょう	0.03	長ねぎ	15.00	スキムミルク 1kg袋	10.00	白こしょう	0.03	まだい角切り2cm	42.00
清酒	1.00	キャベツ	20.00	殺菌液卵(チルド) 10kg	45.00	食塩	0.05	こいくちしょうゆ	4.00	しょうが	0.50
でん粉	8.00	ピュアオリーブ油 0.91kg	0.60	水	10.00	白こしょう	0.03	はくさい	50.00	食塩	0.20
揚げサラダ油	5.00	にんにく	0.30	和風だしの素	0.10	じゃがいも	30.00	冷凍いか短冊	20.00	清酒	3.00
水	8.00	豚もも挽き	18.00	食塩	0.30	月 酒蒸しほたてが(冷凍)	10.00	うずら卵水煮 1kg	25.00	でん粉	9.00
しょうが	0.20	大豆ミート(ミンチ)	2.00	こいくちしょうゆ	0.20	生クリーム 1L	5.00	清酒	1.00	揚げサラダ油	4.00
こいくちしょうゆ	2.20	白ワイン	1.00	上白糖	1.00	パセリチップ	0.03	チンゲンサイ	10.00	こいくちしょうゆ	1.70
本みりん	1.00	たまねぎ	25.00	紙カップ 100ml	1.00	鶏もも皮なし切り身 40g 開き	40.00	ごま油	0.50	本みりん	1.30
上白糖	1.00	スープストックチキン(学)	0.30	にんじん	5.00	鶏もも皮なし切り身 40g 開き	40.00	でん粉	4.00	三温糖	0.70
白すりごま	1.00	食塩	0.15	キャベツ	30.00	鶏もも皮なし切り身 40g 開き	40.00	飲用牛乳 200ml	206.00	水	8.50
白ねりごま	1.00	白こしょう	0.01	えのきたけ 1/3カット パラ	8.00	鶏もも皮なし切り身 60g 開き	60.00	ごま油	1.00	でん粉	0.30
でん粉	0.30	トマトケチャップ 3kg	3.50	こまつな	5.00	食塩	0.20	ちりめんじゃこ	4.00	サラダ油(米) 16.5kg	0.50
にんじん	5.00	トマトピューレ 3kg	15.00	こいくちしょうゆ	3.00	白こしょう	0.03	だいごん	30.00	しょうが	0.50
だいごん	25.00	大豆水煮	20.00	本みりん	2.00	白ワイン	1.00	きゅうり	25.00	豚もも挽き	8.00
乾燥ひじき	1.20	オレガノチップ	0.02	かつお節糸削り 30g袋	1.00	レモン汁 500ml	0.50	こいくちしょうゆ	3.00	清酒	0.80
こまつな	10.00	プレーンヨーグルト 10kg	35.00			パプリカパウダー	0.20	米酢	3.00	大豆ミート(ミンチ)	5.00
サラダ油(米) 16.5kg	2.50	上白糖	3.00			チリパウダー	0.30	上白糖	0.75	たまねぎ	18.00
こいくちしょうゆ	2.00	パインチビットシロップ漬け 2kg	15.00			しょうが	0.30	にんじん	1.75	にんじん	10.00
米酢	2.50	黄桃ダイスシロップ漬け 2kg	15.00			にんにく	0.40	月 ヨーグルト	80.00	長なす	25.00
食塩	0.10	みかんシロップ漬け 2kg	10.00			ピュアオリーブ油 0.91kg	1.00			上白糖	1.00
白こしょう	0.02					キャベツ	35.00			赤味噌(減塩)	3.00
上白糖	0.16					にんじん	5.00			こいくちしょうゆ	1.00
						きゅうり	10.00			でん粉	0.50
						ホールコーン 固形1kg	7.00			水	8.00
						たまねぎ	3.00			ごま油	0.50
						サラダ油(米) 16.5kg	3.00			むき枝豆(冷凍)	3.00
						りんご酢	3.00				
						食塩	0.40				
						白こしょう	0.03				
						上白糖	0.16				



令和4年度10月 詳細献立表 (通常給食)

10/27 (木)		10/28 (金)		10/31 (月)	
ご飯 牛乳 なめこ汁 さんが焼き 海藻サラダ		ご飯 牛乳 トマトと卵のスープ 秋鮭のスライス焼き マセドアンサラダ		チキンライス 牛乳 パンプキンポタージュ 白身魚の香草パン粉焼き ミックスフルーツポンチ	
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)	67.00	精白米(慣行)	68.00	精白米(慣行)	55.00
サラダ油(米) 16.5kg	0.50	サラダ油(米) 16.5kg	0.50	パブリカパウダー	0.15
飲用牛乳 200ml	206.00	飲用牛乳 200ml	206.00	バター 450g	2.60
水	105.00	月 ベーコンせん切り 8mm幅	10.00	サラダ油(米) 16.5kg	0.50
煮干し だし用	2.40	にんにく	0.50	鶏もも皮なし小間	10.00
なめこ(レトルト)	20.00	たまねぎ	35.00	白ワイン	1.00
冷凍豆腐(さいの目)	30.00	水	115.00	たまねぎ	10.00
冷凍油揚げ(細切り)	10.00	スープストックチキン(学)	1.80	スープストックチキン(学)	1.00
赤味噌(減塩)	7.80	カットトマト 3kg	15.00	チリパウダー	0.10
ごまつな	10.00	食塩	0.10	白ごしょう	0.01
長ねぎ	8.00	ブラックペッパー	0.03	トマトケチャップ 3kg	10.00
アジ ミンチ	28.00	白ワイン	1.00	食塩	0.10
豚もも挽き	20.00	でん粉	1.10	ピーマン	5.00
しょうが	0.50	鶏卵 L	15.00	飲用牛乳 200ml	206.00
清酒	0.18	さけ切り身 40g	40.00	バター 450g	1.00
長ねぎ	4.50	さけ切り身 40g	40.00	たまねぎ	50.00
凍結全卵 1kg袋	4.20	さけ切り身 40g	40.00	スープストックチキン(学)	1.70
パン粉	6.50	さけ切り身 60g	60.00	水	50.00
炒めたまねぎ(冷凍) 1kg	19.00	食塩	0.30	調理用牛乳 10L	45.00
赤味噌(減塩)	3.30	白ごしょう	0.03	スキムミルク 1kg袋	10.00
こいくちしょうゆ	0.50	白ワイン	2.00	かぼちゃペースト	45.00
サラダ油(米) 16.5kg	0.80	パブリカパウダー	0.05	食塩	0.20
でん粉	2.40	チリパウダー	0.05	白ごしょう	0.03
月 焼きのり(カット)	0.20	ガーリックパウダー	0.05	米粉	2.50
キャベツ	25.00	ピュアオリーブ油 0.91kg	0.50	生クリーム 1L	3.00
きゅうり	10.00	じゃがいも	30.00	パセリ	0.50
冷凍ホールコーン	10.00	にんじん	7.00	メルルーサ切り身 40g	40.00
海藻ミックス	1.20	むき枝豆(冷凍)	8.00	メルルーサ切り身 40g	40.00
こいくちしょうゆ	3.00	まぐろ油漬レトルト(フレック, ライト)	10.00	メルルーサ切り身 40g	40.00
米酢	3.00	ピュアオリーブ油 0.91kg	2.80	メルルーサ切り身 50g	50.00
上白糖	0.75	米酢	1.90	にんにく	0.20
ごま油	1.75	食塩	0.20	白ワイン	3.00
		白ごしょう	0.02	食塩	0.15
		上白糖	0.20	白ごしょう	0.02
		こいくちしょうゆ	0.60	ピュアオリーブ油 0.91kg	3.00
		にんにく	0.05	パン粉	3.00
		粉からし	0.02	オレガノチップ	0.05
				バジルチップ	0.05
				パセリチップ	0.05
				粉チーズ	2.00
				パインチビットシロップ漬け 2kg	15.00
				黄桃ダイスシロップ漬け 2kg	15.00
				みかんシロップ漬け 2kg	10.00
				月 カットゼリー(とちおとめ母)(冷凍) 500g	20.00
				水	15.00
				上白糖	2.50
				レモン汁 500ml	0.70