

※一人分量は、小学校3～4年生を基準に作成しています。
 その他の学年の一人分量は、以下のように換算してください。
 (小1～2年生:0.8倍、小5～6年生:1.1倍、中学生:1.3倍)

令和7年10月分詳細献立表

高津学校給食センター
 ●卵・卵由来成分を含む

2025年10月1日(水)

料理名/食品名	一人分量	単位
[牛乳]		
牛乳	1.00	本
[麦ご飯75g]		
水稲穀粒(精白米)	71.00	g
おむぎ(米粒麦)	4.00	g
[揚げししゃも(小中2尾)]		
小:子持シヤモL	2.00	個
中:子持シヤモ2L	2.00	個
馬鈴しよ澱粉1kg	3.00	g
大豆白絞油	3.00	g
[土佐酢和え]		
キャベツ	23.00	g
にんじん	8.00	g
きゅうり	12.00	g
小松菜	12.00	g
かつお節・細切(ニシユ)	0.80	g
穀物酢	2.50	g
うすくちしょうゆ	1.50	g
食塩1kg	0.10	g
三温糖	0.50	g
[●親子丼の具]		
鶏肉モモ(2cm角切)	35.00	g
料理酒1.8L	0.50	g
サラダ油1.5kg	0.50	g
にんじん	10.00	g
玉葱	35.00	g
乾し椎茸(美都産)	0.30	g
●たまご	25.00	g
追加食材:鶏肉モモ(2cm角切)	15.00	g
ねぎ	2.40	g
だしパック(かつお節)	1.30	g
こいくちしょうゆ	5.00	g
食塩1kg	0.10	g
三温糖	1.00	g
馬鈴しよ澱粉1kg	1.20	g

2025年10月2日(木)

料理名/食品名	一人分量	単位
[牛乳]		
牛乳	1.00	本
[ご飯75g]		
水稲穀粒(精白米)	75.00	g
[厚揚げの肉みそ炒め]		
国産SPF豚ミンチIQF	35.00	g
おろし生にんにく1kgJFDA	0.30	g
おろし生しょうが1kgJFDA	0.30	g
料理酒1.8L	0.50	g
サラダ油1.5kg	0.50	g
玉葱	15.00	g
厚揚げ(サイコロ)	25.00	g
冷凍ミニ霜厚揚げ	15.00	g
たけのこ(短冊)タイ産	8.00	g
にら	3.00	g
チオ豆板醤1kg	0.15	g
田舎みそ(麦赤)1kg	2.50	g
こいくちしょうゆ	1.50	g
三温糖	0.20	g
中華スープ(理研)	0.40	g
本みりん1.8L	0.80	g
馬鈴しよ澱粉1kg	1.00	g
[じゃこサラダ]		
キャベツ	25.00	g
にんじん	8.00	g
きゅうり	17.00	g
ちりめん	2.00	g
QP/江崎マヨネーズ(卵不使用)	7.00	g
こいくちしょうゆ	1.00	g
穀物酢	1.00	g
三温糖	0.40	g
いりごま(白)1kg	1.50	g
ごま油1.65kg	0.30	g
[中華風コーンスープ]		
玉葱	10.00	g
にんじん	8.00	g
カネイ子国産きくらげスラ	0.40	g
ケール茶かまぼこ(ぼくじ)	8.00	g
スーパースイードコーン	12.00	g
チンゲンツァイ	12.00	g
クリームコーン(冷凍)	20.00	g
豚骨清湯スープ(1kg)	4.00	g
うすくちしょうゆ	0.80	g
食塩1kg	0.05	g
ハーフ風車コショ-300g	0.02	g

2025年10月3日(金)

料理名/食品名	一人分量	単位
[牛乳]		
牛乳	1.00	本
[ご飯75g]		
水稲穀粒(精白米)	75.00	g
[アジの香草揚げ]		
小:アジ切身約150g	1.00	個
中:アジ切身約160g	1.00	個
こいくちしょうゆ	1.50	g
食塩1kg	0.20	g
料理酒1.8L	2.00	g
おろし生にんにく1kgJFDA	0.20	g
SBトルボナールコショ-100g	0.20	g
SBトルボナールコショ-100g	0.05	g
馬鈴しよ澱粉1kg	7.00	g
大豆白絞油	5.00	g
[納豆和え]		
キャベツ	20.00	g
にんじん	8.00	g
小松菜	13.00	g
ハーフひきわり納豆(特別)	12.00	g
すりごま(白)	1.50	g
もみのり	0.80	g
こいくちしょうゆ	2.00	g
[豚汁]		
国産SPF豚モモスライスIQF	15.00	g
料理酒1.8L	0.50	g
ごま油1.65kg	0.50	g
にんじん	8.00	g
玉葱	15.00	g
ごぼう	8.00	g
板こんにゃく	8.00	g
木綿豆腐	20.00	g
きざみ揚げ(ニジムラ)	3.00	g
ねぎ	1.30	g
煮干しだし	1.30	g
田舎みそ(麦赤)1kg	6.50	g
大和米味噌(白)1kg	2.00	g

※一人分量は、小学校3～4年生を基準に作成しています。
 その他の学年の一人分量は、以下のように換算してください。
 (小1～2年生:0.8倍、小5～6年生:1.1倍、中学生:1.3倍)

令和7年10月分詳細献立表

高津学校給食センター
 ●卵・卵由来成分を含む

2025年10月6日(月)

料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳] 牛乳	1.00 本
[さつまいもご飯] 水稲穀粒(精白米)	70.00 g
さつまいも	15.00 g
食塩 1kg	0.55 g
料理酒 1.8L	0.45 g
[鶏肉のゆずみそ焼き] 小:鶏肉もも切身50g	1.00 個
中:鶏肉もも切身60g	1.00 個
食塩 1kg	0.10 g
大和米味噌(白) 1kg	4.00 g
こいくちしょうゆ	1.00 g
三温糖	1.00 g
料理酒 1.8L	2.00 g
ゆず酢	2.00 g
[五色和え] キャベツ	25.00 g
ほうれん草	12.00 g
にんじん	8.00 g
カネイ子国産きくらげスライス	0.30 g
やさしい海苔の細かまぼこ黄	6.00 g
かつお節・細切(ニシムラ)	0.40 g
こいくちしょうゆ	1.70 g
三温糖	0.50 g
[きのこのすまし汁☆] 玉葱	25.00 g
にんじん	8.00 g
えのきたけ	8.00 g
国産冷凍なめこ	7.00 g
きざみ揚げ(ニシムラ)	3.00 g
ねぎ	1.20 g
だしパック(かつお節)	1.30 g
うすくちしょうゆ	2.50 g
食塩 1kg	0.15 g
馬鈴しょ澱粉 1kg	1.00 g
[お月見ゼリー] ベスト十五夜デザート28g	1.00 個

2025年10月7日(火)

料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳] 牛乳	1.00 本
[麦ご飯75g] 水稲穀粒(精白米)	71.00 g
おおむぎ(米粒麦)	4.00 g
[サゴシのもみじ焼き] 小:さごし切身 50g	1.00 個
中:さごし切身 60g	1.00 個
食塩 1kg	0.05 g
ハーフ風車コショ-300g	0.02 g
料理酒 1.8L	0.80 g
QP/エッグ マネース (卵不使用)	8.00 g
ミカド -スト(人参)2kg	4.00 g
本みりん 1.8L	1.00 g
米パウダー	1.20 g
[めかぶのねばねば和え] キャベツ	18.00 g
にんじん	8.00 g
きゅうり	12.00 g
出雲のちくわ5mm×1/2カット	8.00 g
千切りめかぶ 韓国産	8.00 g
もみのり	0.40 g
こいくちしょうゆ	1.50 g
[豚キムチうどん] 国産SPF豚ももスライスIQF	20.00 g
おろし生しょうが 1kg JFDA	0.30 g
おろし生にんにく 1kg JFDA	0.30 g
料理酒 1.8L	0.50 g
ごま油 1.65kg	0.50 g
玉葱	10.00 g
ぶなしめじ	8.00 g
太もやし	10.00 g
TM 学冷凍うどん	40.00 g
にら	3.00 g
カゼイのキムチ	6.00 g
ずりごま(白)	1.00 g
こいくちしょうゆ	1.50 g
田舎みそ(麦赤) 1kg	1.00 g
本みりん 1.8L	1.00 g
中華スープ(理研)	0.80 g

2025年10月8日(水)

料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳] 牛乳	1.00 本
[麦ご飯75g] 水稲穀粒(精白米)	71.00 g
おおむぎ(米粒麦)	4.00 g
[鶏肉のガチャブ和え] 鶏肉(筋肉タ 肉)2cmカットIQF	45.00 g
馬鈴しょ澱粉 1kg	4.00 g
大豆白絞油	4.00 g
玉葱	30.00 g
パプリカ	5.00 g
むぎえだまめ500g	10.00 g
サラダ油 1.5kg	0.30 g
SB パセリ(乾)	0.04 g
トマトガチャブ デリカコース	8.00 g
トマトピューレ(食塩無添加3k	4.00 g
ウスターソース 1.8L	2.40 g
食塩 1kg	0.05 g
三温糖	0.60 g
[●さつまいもと卵のサラダ] さつまいも	20.00 g
ピッコロハム	5.00 g
きゅうり	15.00 g
にんじん	8.00 g
玉葱	5.00 g
●いらたまご(真空)	8.00 g
追加食材:ピッコロハム	6.00 g
代替食材:スーパースイートコーン	6.00 g
QP/エッグ マネース (卵不使用)	6.00 g
穀物酢	1.20 g
ハーフ風車コショ-300g	0.02 g
三温糖	0.30 g
[エビ団子のスープ] だいこん	20.00 g
にんじん	8.00 g
太もやし	5.00 g
たけのこ(千切り)タイ産	10.00 g
えびボール10g	20.00 g
中華スープ(理研)	0.80 g
うすくちしょうゆ	2.00 g
ハーフ風車コショ-300g	0.02 g

※一人分量は、小学校3～4年生を基準に作成しています。
 その他の学年の一人分量は、以下のように換算してください。
 (小1～2年生:0.8倍、小5～6年生:1.1倍、中学生:1.3倍)

令和7年10月分詳細献立表

高津学校給食センター
 ●卵・卵由来成分を含む

2025年10月9日(木)

料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[ご飯75g]	
水稲穀粒(精白米)	75.00 g
[シイラの南部焼き]	
小:シイラ切身50g	1.00 個
中:シイラ切身60g	1.00 個
おろし生しょうが1kgJFDA	0.30 g
こいくちしょうゆ	2.00 g
料理酒1.8L	1.00 g
本みりん 1.8L	1.50 g
三温糖	0.20 g
ごま油 1.65kg	0.50 g
いりごま(白)1kg	1.00 g
かやいりごま黒1kg	0.50 g
[人参とほうれん草の炒め物]	
国産SPF豚モモスライスIQF	15.00 g
料理酒1.8L	0.50 g
サラダ油 1.5kg	0.50 g
にんじん	25.00 g
玉葱	10.00 g
ほうれん草	15.00 g
こいくちしょうゆ	1.80 g
食塩 1kg	0.10 g
ハウス風車コショ-300g	0.02 g
本みりん 1.8L	1.00 g
[鶏と秋なすのみそ汁]	
鶏肉(むね肉ダ-イ)2cmカットIQF	15.00 g
料理酒1.8L	0.50 g
サラダ油 1.5kg	0.50 g
にんじん	5.00 g
ごぼう	8.00 g
厚揚げ(サイコロ)	20.00 g
なす	10.00 g
ねぎ	1.30 g
田舎みそ(麦赤)1kg	6.50 g
大和米味噌(白)1kg	2.00 g

2025年10月10日(金)

料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[ご飯75g]	
水稲穀粒(精白米)	75.00 g
[ポークステーキ BBQソース]	
小:豚ロース50g(ニムラ)	1.00 枚
中:豚ロース60g(ニムラ)	1.00 枚
食塩 1kg	0.08 g
ハウス風車コショ-300g	0.02 g
料理酒1.8L	1.00 g
アップルソース	6.00 g
トマトチャップリカース	3.00 g
ウスターソース 1.8L	2.00 g
こいくちしょうゆ	1.00 g
本みりん 1.8L	1.00 g
水	2.00 g
馬鈴しょ澱粉1kg	0.30 g
[ひじきとわかめのチ-ズ サラダ]	
キャベツ	10.00 g
きゅうり	15.00 g
にんじん	5.00 g
国産カラービーマン(ミックス)	4.00 g
カットわかめセレクト	0.50 g
芽ひじき1kg韓国産	0.30 g
プロテスタ-イカットチ-ズ 8mm	4.00 g
ライトツナ水煮フレーク	6.00 g
パンオイル青じそドレッシング	3.50 g
[ポトフ]	
玉葱	10.00 g
にんじん	8.00 g
荒挽ミニカテルワインナー	20.00 g
じゃがいも	25.00 g
キャベツ	20.00 g
ぶなしめじ	7.00 g
SBパセリ(乾)	0.05 g
コンソメ乳なし(理研)	1.20 g
うすくちしょうゆ	0.80 g

2025年10月14日(火)

料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[麦ご飯75g]	
水稲穀粒(精白米)	71.00 g
おのおき(米粒麦)	4.00 g
[みそ豚丼の具]	
国産SPF豚モモスライスIQF	45.00 g
おろし生しょうが1kgJFDA	0.50 g
料理酒1.8L	0.50 g
サラダ油 1.5kg	0.50 g
玉葱	25.00 g
大もやし	12.00 g
ぶなしめじ	8.00 g
インゲン500g	10.00 g
いりごま(白)1kg	1.00 g
田舎みそ(麦赤)1kg	4.50 g
こいくちしょうゆ	1.50 g
食塩 1kg	0.10 g
三温糖	2.00 g
ごま油 1.65kg	0.50 g
[切干大根とツナの和え物]	
切干大根	3.00 g
キャベツ	15.00 g
きゅうり	10.00 g
にんじん	5.00 g
ライトツナ水煮フレーク	8.00 g
穀物酢	2.00 g
うすくちしょうゆ	1.50 g
食塩 1kg	0.10 g
サラダ油 1.5kg	0.50 g
[厚揚げと鶏つくねのすまし汁]	
玉葱	10.00 g
にんじん	5.00 g
厚揚げ	20.00 g
鶏つくね Fe・Ca	20.00 g
カットわかめセレクト	0.30 g
ねぎ	1.20 g
だしパック(かつお節)	1.30 g
こいくちしょうゆ	0.50 g
うすくちしょうゆ	2.00 g
食塩 1kg	0.05 g

※一人分量は、小学校3～4年生を基準に作成しています。
 その他の学年の一人分量は、以下のように換算してください。
 (小1～2年生:0.8倍、小5～6年生:1.1倍、中学生:1.3倍)

令和7年10月分詳細献立表

高津学校給食センター
 ●卵・卵由来成分を含む

2025年10月15日(水)

料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[麦ご飯75g]	
水稲穀粒(精白米)	71.00 g
おおむぎ(米粒麦)	4.00 g
[赤魚の塩こうじ揚げ]	
小:赤魚切身50g	1.00 切
中:赤魚切身60g	1.00 切
塩糀1.2kg	5.00 g
食塩 1kg	0.05 g
料理酒1.8L	1.00 g
馬鈴しょ澱粉1kg	7.00 g
大豆白絞油	5.00 g
[蒸し鶏のサラダ]	
蒸しざさみ(真空) 500g	15.00 g
キャベツ	10.00 g
きゅうり	18.00 g
にんじん	5.00 g
なす	8.00 g
すりごま(白)	1.20 g
かや練りごま 550g	0.80 g
こいくちしょうゆ	2.00 g
三温糖	0.60 g
ごま油 1.65kg	0.50 g
おろし生しょうが1kgJFDA	0.20 g
コチュジャン	0.20 g
[●サンラータンスープ]	
玉葱	10.00 g
にんじん	8.00 g
太もやし	10.00 g
カネイ子国産きくらげスラ	0.30 g
たけのこ(千切り)タイ産	10.00 g
ねぎ	1.30 g
●たまご	25.00 g
代替食材:JFDA冷凍とうふ(サイロ)	15.00 g
中華スープ(理研)	1.00 g
うすくちしょうゆ	2.00 g
食塩 1kg	0.10 g
料理酒1.8L	1.00 g
馬鈴しょ澱粉1kg	1.20 g
穀物酢	1.50 g
ごま油 1.65kg	0.50 g

2025年10月16日(木)

料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[ご飯75g]	
水稲穀粒(精白米)	75.00 g
[ハンバーグトマトソース]	
小:ポーク&チキンハンバーグ 50gNEW	1.00 個
中:ポーク&チキンハンバーグ 80gNEW	1.00 個
玉葱	7.00 g
サラダ油 1.5kg	0.05 g
冷凍カットトマト	8.00 g
ダイオマト(ハチハツ)	8.00 g
食塩 1kg	0.15 g
ハーフ風車コショ-300g	0.02 g
三温糖	0.50 g
水	2.00 g
[アーモンドメロン]	
アーモンドメロン 4L	0.07 個
[サケ入りオクラシチュー]	
秋鮭ビシソウ角切り2cm(スナリス)	15.00 g
玉葱	20.00 g
にんじん	10.00 g
さつまいも	20.00 g
ぶなしめじ	8.00 g
小松菜	12.00 g
牛乳(料理用)	30.00 g
ポタニジュベニス	10.00 g
理研 コシゾメS 500g	0.50 g
有塩バター450g	0.20 g
生クリーム	2.00 g
ハーフ風車コショ-300g	0.02 g

2025年10月17日(金)

料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[ご飯75g]	
水稲穀粒(精白米)	75.00 g
[イワシのアングレース]	
ワイルドいわし小口切り	50.00 g
おろし生しょうが1kgJFDA	0.40 g
料理酒1.8L	1.00 g
馬鈴しょ澱粉1kg	8.00 g
大豆白絞油	5.00 g
ウスターソース 1.8L	1.50 g
三温糖	0.30 g
本みりん 1.8L	1.00 g
水	1.50 g
乾燥パン粉フレークス	5.00 g
[アーモンドサラダ]	
キャベツ	20.00 g
にんじん	8.00 g
ニチレイブロックリー(エ)	15.00 g
チキンハム(短冊)500g	7.00 g
クッキングアモド(スライス)	2.00 g
穀物酢	1.50 g
うすくちしょうゆ	1.50 g
三温糖	0.30 g
サラダ油 1.5kg	0.50 g
食塩 1kg	0.10 g
ハーフ風車コショ-300g	0.02 g
[お豆のまろやかみそ汁]	
玉葱	15.00 g
にんじん	5.00 g
じゃがいも	20.00 g
TQFいちよう切り蒲鉾500g	8.00 g
カットわかめセレクト	0.40 g
白花豆&白いんげん豆(ハ-ド)	10.00 g
煮干しだし	1.30 g
田舎みそ(麦赤)1kg	6.50 g
大和味噌(白)1kg	2.00 g

※一人分量は、小学校3～4年生を基準に作成しています。
 その他の学年の一人分量は、以下のように換算してください。
 (小1～2年生:0.8倍、小5～6年生:1.1倍、中学生:1.3倍)

令和7年10月分詳細献立表

高津学校給食センター
 ●卵・卵由来成分を含む

2025年10月20日(月)

料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[ご飯75g]	
水稲穀粒(精白米)	75.00 g
[カレイのから揚げ]	
小:ミナト干しカレイ50g	1.00 個
中:ミナト干しカレイ60g	1.00 個
米パウダー	5.00 g
大豆白絞油	5.00 g
[れんこんきんぴら]	
国産SPF豚モモスライスIQF	10.00 g
料理酒1.8L	0.50 g
サラダ油 1.5kg	0.30 g
にんじん	8.00 g
ごぼう	10.00 g
れんこん水煮(いちよう)	12.00 g
JFSAつきこんにやく 1kg	12.00 g
むきえだまめ500g	8.00 g
いりごま(白)1kg	1.50 g
こいくちしょうゆ	2.50 g
三温糖	1.00 g
ごま油 1.65kg	0.30 g
[つわの芋煮風汁]	
ゆず 天然真鯛 角切(5粒入)	1.50 g
料理酒1.8L	1.00 g
玉葱	30.00 g
にんじん	10.00 g
さといも	10.00 g
さといも(冷凍・乱切)200g	30.00 g
ねぎ	1.20 g
だし昆布	1.40 g
うすくちしょうゆ	2.00 g
食塩 1kg	0.30 g
馬鈴しょ澱粉1kg	1.20 g
ゆず(果皮、生)	0.05 g
ゆず酢	1.00 g

2025年10月21日(火)

料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[麦ご飯75g]	
水稲穀粒(精白米)	71.00 g
おおむぎ(米粒麦)	4.00 g
[豚肉とキャベツの甘辛炒め]	
国産SPF豚モモスライスIQF	45.00 g
おろし生しょうが1kgJFDA	0.20 g
料理酒1.8L	0.50 g
ごま油 1.65kg	0.50 g
玉葱	25.00 g
キャベツ	20.00 g
パプリカ	5.00 g
にら	5.00 g
こいくちしょうゆ	1.50 g
オイスターソース 585g	2.00 g
食塩 1kg	0.10 g
三温糖	1.30 g
馬鈴しょ澱粉1kg	1.00 g
ごま油 1.65kg	0.50 g
[ポテトサラダ]	
ライトツナ水煮フレーク	8.00 g
じゃがいも	25.00 g
ニチレイブロッコリー(エ)	15.00 g
にんじん	8.00 g
スーパースイートコーン	8.00 g
QP/エッグ マネース(卵不使用)	7.00 g
穀物酢	1.20 g
食塩 1kg	0.10 g
ハウス風車300g	0.02 g
[タラのみそ汁]	
だいこん	15.00 g
にんじん	5.00 g
助宗タラ角切(2cm角)	20.00 g
冷凍ミニ絹厚揚げ	15.00 g
ねぎ	1.20 g
煮干しだし	1.20 g
田舎みそ(麦赤)1kg	6.50 g
大和米味噌(白)1kg	2.00 g

2025年10月22日(水)

料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[麦ご飯75g]	
水稲穀粒(精白米)	71.00 g
おおむぎ(米粒麦)	4.00 g
[●卵焼きのこあんかけ]	
小:●厚焼卵(真空)50g×10カット	1.00 個
中:●厚焼卵(真空)62.5g×8カット	1.00 個
小:代替食材:アジフライ50g	1.00 個
中:代替食材:アジフライ60g	1.00 個
代替食材:サラダ油	5.00 g
えのきたけ	3.00 g
国産冷凍なめこ	4.00 g
こいくちしょうゆ	1.50 g
食塩 1kg	0.08 g
本みりん 1.8L	1.50 g
馬鈴しょ澱粉1kg	0.30 g
水	10.00 g
[たくあん和え]	
キャベツ	20.00 g
きゅうり	17.00 g
にんじん	8.00 g
千切りたくあん	5.00 g
塩昆布(ジエラサ)	0.50 g
いりごま(白)1kg	1.00 g
かつお節・細切(シムラ)	0.80 g
こいくちしょうゆ	1.00 g
[おとうふ・キーマカレー]	
国産SPF豚ミンチIQF	30.00 g
おろし生だんにく1kgJFDA	0.30 g
おろし生しょうが1kgJFDA	0.30 g
カレー粉(純)200g	0.10 g
赤ワイン 1.8L	0.50 g
サラダ油 1.5kg	0.20 g
玉葱	30.00 g
にんじん	15.00 g
しぼり豆腐	25.00 g
冷凍カットトマト	15.00 g
国産マッシュルーム みじん切	8.00 g
ミックスマッシュルーム(シムラ)	8.00 g
ハウス給食用カレーフレークN	9.00 g
ジエラサカレーフレーク	3.00 g
トマトチップス テリカース	4.00 g
ウスターソース 1.8L	1.50 g

※一人分量は、小学校3～4年生を基準に作成しています。
 その他の学年の一人分量は、以下のように換算してください。
 (小1～2年生:0.8倍、小5～6年生:1.1倍、中学生:1.3倍)

令和7年10月分詳細献立表

高津学校給食センター
 ●卵・卵由来成分を含む

2025年10月23日(木)

料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[ご飯75g]	
水稲穀粒(精白米)	75.00 g
[サバのみそ煮]	
小:さばの味噌煮50g(真空)	1.00 個
中:さばの味噌煮70g(真空)	1.00 個
[ほうれん草の白和え]	
ほうれん草	22.00 g
にんじん	8.00 g
JFSAつきこんじゃく 1kg	10.00 g
乾し椎茸(美都産)	0.50 g
こいくちしょうゆ	0.25 g
三温糖	0.25 g
冷凍白和えの素	18.00 g
すりごま(白)	0.40 g
がや練りごま 550g	0.24 g
こいくちしょうゆ	1.30 g
三温糖	0.50 g
[沢煮椀]	
国産SPF豚モモスライスIQF	12.00 g
料理酒1.8L	0.50 g
サラダ油 1.5kg	0.50 g
玉葱	10.00 g
にんじん	10.00 g
ごぼう	8.00 g
マロニー(5cmカット)	3.00 g
えのきたけ	8.00 g
ねぎ	1.30 g
だしパック(かつお節)	1.30 g
うすくちしょうゆ	2.50 g
食塩 1kg	0.15 g
ハウス風車コショ-300g	0.03 g

2025年10月24日(金)

料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[プレーンパン]	
小:プレーンパン70g(個包装)	1.00 個
中:プレーンパン90g(個包装)	1.00 個
[バツファローチキン]	
小:鶏むね切身50g	1.00 個
中:鶏むね切身60g	1.00 個
馬鈴しょ澱粉 1kg	7.00 g
大豆白絞油	5.00 g
トトギャグ デリカユース	5.00 g
こいくちしょうゆ	1.00 g
おろし生にんにく1kgJFDA	0.20 g
卵 1コ	0.10 g
シリアル100(720ml)ニシム	1.00 g
三温糖	1.00 g
本みりん 1.8L	1.00 g
ハウス風車コショ-300g	0.02 g
水	4.00 g
[マカロニチーズ]	
キングイナ-キス(スライス)5mm	6.00 g
サラダ油 1.5kg	0.30 g
じゃがいも	10.00 g
にんじん	5.00 g
玉葱	20.00 g
JFSA ツイストマカニ 1kg	7.00 g
プロセスタ イスカッパース 8mm	7.00 g
SB パセリ(乾)	0.10 g
コンソメ乳なし(理研)	0.25 g
ハウス風車コショ-300g	0.02 g
水	10.00 g
[コンソメスープ]	
カットベーコンIQF500g	4.00 g
料理酒1.8L	0.50 g
玉葱	20.00 g
にんじん	6.00 g
スーパースイートコーン	8.00 g
煮しひよこ豆(ドライ)70g	4.00 g
小松菜	8.00 g
コンソメ乳なし(理研)	1.00 g
うすくちしょうゆ	2.00 g

2025年10月27日(月)

料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[ご飯75g]	
水稲穀粒(精白米)	75.00 g
[メバルの甘酢あん]	
メバル小口切	45.00 g
馬鈴しょ澱粉 1kg	6.00 g
大豆白絞油	5.00 g
玉葱	25.00 g
にんじん	10.00 g
国産たけのこ水煮(乱切り)	12.00 g
青ピーマン	7.00 g
サラダ油 1.5kg	0.30 g
トトギャグ デリカユース	4.00 g
こいくちしょうゆ	2.50 g
食塩 1kg	0.10 g
三温糖	1.20 g
穀物酢	5.00 g
馬鈴しょ澱粉 1kg	2.00 g
水	10.00 g
[のりごぼうサラダ]	
ごぼう	16.00 g
キャベツ	10.00 g
きゅうり	18.00 g
チキンささみ水煮(さんれい)	6.00 g
キングアマ-ト(細切)500g	2.00 g
もみのり	0.40 g
QP/エッグ マネ-ス(卵不使用)	7.00 g
三温糖	0.30 g
穀物酢	1.00 g
[豆乳麺]	
カットベーコンIQF500g	5.00 g
料理酒1.8L	0.50 g
玉葱	25.00 g
にんじん	5.00 g
冷凍そうめん	20.00 g
ほうれん草	8.00 g
だしパック(かつお節)	1.30 g
中華スープ(理研)	0.50 g
こいくちしょうゆ	1.00 g
本みりん 1.8L	1.00 g
田舎みそ(麦赤) 1kg	2.00 g
食塩 1kg	0.10 g
カルシウム無調整豆乳 1L	20.00 g
一味どうがらし(粉)ハウス	0.02 g

※一人分量は、小学校3～4年生を基準に作成しています。
 その他の学年の一人分量は、以下のように換算してください。
 (小1～2年生:0.8倍、小5～6年生:1.1倍、中学生:1.3倍)

令和7年10月分詳細献立表

高津学校給食センター
 ●卵・卵由来成分を含む

2025年10月28日(火)

料理名/食品名	一人分量	単位
[牛乳]		
牛乳	1.00	本
[麦ご飯75g]		
水稲穀粒(精白米)	71.00	g
おおむぎ(米粒麦)	4.00	g
[高菜そぼろ丼の具]		
国産牛肉モモミンチIQF	15.00	g
国産SPF豚ミンチIQF	30.00	g
おろし生しょうが1kgJFDA	0.25	g
料理酒1.8L	0.50	g
サラダ油 1.5kg	0.50	g
玉葱	25.00	g
たかな塩漬(刻み)	10.00	g
こいくちしょうゆ	1.50	g
本みりん 1.8L	2.00	g
三温糖	1.00	g
いりごま(白) 1kg	1.00	g
[リっちゃんの元気サラダ]		
キャベツ	15.00	g
きゅうり	15.00	g
チキンハム(短冊)500g	8.00	g
スーパースイートコーン	5.00	g
にんじん	8.00	g
らくらく昆布	0.30	g
かつお節・細切(ニシム)	0.40	g
三温糖	1.00	g
穀物酢	2.50	g
ハウス風車コショ-300g	0.02	g
食塩 1kg	0.20	g
サラダ油 1.5kg	0.80	g
[さつま揚げとツマ作のみそ汁]		
玉葱	10.00	g
にんじん	5.00	g
ぶなしめじ	5.00	g
さつまあげ角天(短冊かつ)	15.00	g
さつまいも	25.00	g
ねぎ	1.30	g
煮干しだし	1.30	g
田舎みそ(麦赤) 1kg	6.00	g
大和米味噌(白) 1kg	2.00	g
[(中学のみ) 黒糖ピーンズ]		
ごろりん黒糖まめ 8g	1.00	個

2025年10月29日(水)

料理名/食品名	一人分量	単位
[牛乳]		
牛乳	1.00	本
[麦ご飯75g]		
水稲穀粒(精白米)	71.00	g
おおむぎ(米粒麦)	4.00	g
[おさかなぎょうざ(小2コ、中3コ)]		
小:おさかなギョ-ザ16g	2.00	個
中:おさかなギョ-ザ16g	3.00	個
大豆白絞油	3.00	g
[大根サラダ]		
だいこん	20.00	g
キャベツ	20.00	g
にんじん	5.00	g
ｽｸｰﾙ系かまぼこ(ほぐし)	10.00	g
穀物酢	2.00	g
食塩 1kg	0.20	g
三温糖	0.20	g
サラダ油 1.5kg	2.00	g
[●豆腐とうずら卵のｶｰｰ煮]		
国産SPF豚ミンチIQF	15.00	g
おろし生しょうが1kgJFDA	0.30	g
料理酒1.8L	0.50	g
サラダ油 1.5kg	0.50	g
玉葱	35.00	g
木綿豆腐(サイコ)	35.00	g
JFDA冷凍とうぶ(サイコ)ニシム	30.00	g
たけのこ(短冊)タイ産	10.00	g
チンゲンツァイ	8.00	g
●うずら卵水煮200卵入り	15.00	g
追加食材:木綿豆腐	15.00	g
カレー粉(純)200g	0.30	g
こいくちしょうゆ	2.80	g
中華スープ(理研)	0.80	g
食塩 1kg	0.20	g
本みりん 1.8L	1.00	g
馬鈴しよ澱粉 1kg	1.50	g
ごま油 1.65kg	0.50	g

2025年10月30日(木)

料理名/食品名	一人分量	単位
[牛乳]		
牛乳	1.00	本
[ご飯75g]		
水稲穀粒(精白米)	75.00	g
[ハニーマスタードチキン]		
小:鶏肉モモ切身50g	1.00	個
中:鶏肉モモ切身60g	1.00	個
食塩 1kg	0.05	g
ハウス風車コショ-300g	0.02	g
料理酒1.8L	1.00	g
おろし生にんにく1kgJFDA	0.30	g
QPハック マヨネ- (卵不使用)	4.00	g
ザラ印純粋ハチミツ	2.00	g
こいくちしょうゆ	0.50	g
テ-オフィッシュマイルド マスタード 300g	1.00	g
[海そうサラダ]		
キャベツ	20.00	g
にんじん	5.00	g
だいこん	15.00	g
ちりめん	3.00	g
湯戻し海藻サラダ100g	0.50	g
ノンオイル青じそレタック	4.50	g
[世界一おいしいかぼちゃｽｰﾌﾟ]		
特選インナーズキルｽ(ｽﾗｲｽ)5mm	8.00	g
玉葱	25.00	g
サラダ油 1.5kg	0.30	g
かぼちゃ	20.00	g
にんじん	8.00	g
ミカベ-ｽﾄ(かぼちゃ)2kg	20.00	g
SBパセリ(乾)	0.04	g
理研 コンソメS 500g	0.50	g
食塩 1kg	0.20	g
ハウス風車コショ-300g	0.02	g
ポタ-ージュベ-ｽ	6.00	g
有塩バター450g	0.25	g
牛乳(料理用)	20.00	g

※一人分量は、小学校3～4年生を基準に作成しています。
 その他の学年の一人分量は、以下のように換算してください。
 (小1～2年生:0.8倍、小5～6年生:1.1倍、中学生:1.3倍)

令和7年10月分詳細献立表

高津学校給食センター
 ●卵・卵由来成分を含む

2025年10月31日(金)

料理名/食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[ご飯75g]	
水稲穀粒(精白米)	75.00 g
[かまのかば焼き(小中2こ)]	
さんま米粉付20g50入り	2.00 個
大豆白絞油	4.00 g
こいくちしょうゆ	2.00 g
本みりん 1.8L	2.00 g
三温糖	0.50 g
料理酒1.8L	0.50 g
水	6.00 g
いりごま(白)1kg	0.50 g
[里芋の煮物]	
鶏肉(ムネ肉ミンチ)IQF500	12.00 g
おろし生しょうが1kgJFDA	0.30 g
料理酒1.8L	0.50 g
サラダ油 1.5kg	0.30 g
玉葱	12.00 g
にんじん	8.00 g
さといも	10.00 g
さといも(冷凍・乱切)ニシムラ	15.00 g
むきえだまめ500g	6.00 g
こいくちしょうゆ	1.40 g
うすくちしょうゆ	0.50 g
三温糖	0.25 g
本みりん 1.8L	0.50 g
馬鈴しょ澱粉1kg	0.50 g
水	13.00 g
[だんご汁]	
玉葱	10.00 g
にんじん	5.00 g
だごん	15.00 g
えのきたけ	6.00 g
冷凍白玉(ニシムラ)	20.00 g
きざみ揚げ(ニシムラ)	3.00 g
小松菜	5.00 g
煮干しだし	1.30 g
田舎みそ(麦赤)1kg	6.50 g
大和米味噌(白)1kg	2.00 g