

※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12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12月1日 月曜日

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
〔焼きそばのゆずおろしソース〕 小:ミト真鯖切身(浜田産)50g 中:ミト真鯖切身(浜田産)60g うすくちしょうゆ 本みりん 1.8L 三温糖 だいこん ゆず(果皮、生)	1.00 1.00 2.00 1.50 0.70 15.00 0.30	個 個 g g g g g
〔納豆和え〕 ハル ひきわり納豆(ヒワリ) ほうれん草 キャベツ にんじん もみのり100g すりごま(白) こいくちしょうゆ	10.00 15.00 20.00 8.00 0.50 1.00 2.00	g g g g g g g
〔さつまいものみそ汁〕 さつまいも 玉葱 にんじん えのきたけ きざみ揚げ(ニシムラ) 白ねぎ 田舎みそ(麦赤)1kg 大和米味噌(白)1kg 煮干しだし	20.00 15.00 7.00 7.00 3.00 1.30 6.50 2.00 1.30	g g g g g g g g g

2025年12月2日 火曜日

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) おおむぎ(米粒麦)	71.00 4.00	g g
〔ツナとごぼうのごまサラダ(主)〕 ごぼう こいくちしょうゆ 本みりん 1.8L だいこん にんじん 小松菜 ライトツナ水煮フレーク いりごま(白)1kg かたや練りごま 550g こいくちしょうゆ 三温糖 穀物酢 ごま油 1.65kg	16.00 0.50 0.60 10.00 9.00 20.00 10.00 0.90 0.90 1.70 0.40 1.20 0.40	g g g g g g g g g g g g g
〔みかん〕 みかん M	1.00	個
〔肉団子シチュー〕 おーぐ&おーミートボールSS じゃがいも にんじん 玉葱 冷凍カットマト ビーフシチュー(粉末) ウスターソース 1.8L マイルドデミグラスソース 3kg トマトチャップ デリカース ハル 風車コショ-300g サラダ油 1.5kg	30.00 20.00 10.00 25.00 10.00 12.00 2.00 5.00 3.00 0.02 0.50	g g g g g g g g g g g

2025年12月3日 水曜日

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) おおむぎ(米粒麦)	71.00 4.00	g g
〔赤魚のカレー天ぷら〕 小:赤魚切身50g 中:赤魚切身60g 小麦粉 QP/ハエグ マヨネーズ(卵不使用) 水 大豆白絞油 カレー粉(純)200g ハル 風車コショ-300g 食塩 1kg	1.00 1.00 7.00 1.00 10.00 5.00 0.40 0.02 0.20	個 個 g g g g g g g
〔かつのりサラダ〕 チキンハム(短冊)500g だいこん ほうれん草 にんじん かつお節・細切(ニシム)100g もみのり100g 穀物酢 三温糖 食塩 1kg ごま油 1.65kg	10.00 30.00 10.00 10.00 0.70 0.80 2.70 0.80 0.20 0.60	g g g g g g g g g g
〔●かきたまみそ汁〕 ●たまご 追加食材:木綿豆腐(サイコ) 木綿豆腐(サイコ) 玉葱 にんじん きざみ揚げ(ニシムラ) 乾し椎茸(美都産) 白ねぎ 田舎みそ(麦赤)1kg 大和米味噌(白)1kg 煮干しだし	20.00 6.00 20.00 14.00 6.00 3.00 0.30 1.30 6.50 2.00 1.30	g g g g g g g g g g 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12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12月4日 木曜日

料理名／食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[ご飯75g]	
水稻穀粒(精白米)	75.00 g
[焼きぎょうざ(小中2個)]	
小:味の素焼餃子18g	2.00 個
中:味の素焼餃子24g	2.00 個
[ねばねば野菜の梅じゃこ和え]	
キャベツ	30.00 g
にんじん	10.00 g
モロヘイヤカット	6.00 g
国産オクラスライス	6.00 g
ちりめん	1.00 g
乾燥カリカリ梅(三島)200	0.20 g
こいくちしょうゆ	0.80 g
[ちゃんぽんめん]	
豚モモ(こま切れ)	15.00 g
サラダ油 1.5kg	0.50 g
料理酒1.8L	0.50 g
おきえびL(シム7)	6.00 g
IQFいちょう切り蒲鉾500g	6.00 g
にんじん	5.00 g
玉葱	8.00 g
白菜	12.00 g
たけのこ(短冊)タイ産	6.00 g
キヌサヤ500g	1.50 g
学給ちゃんぽん(国産小麦)200g	35.00 g
カネイチ国産さくらげスライス500g	0.20 g
豚骨白湯スープ	4.00 g
うすくちしょうゆ	2.20 g
食塩 1kg	0.10 g
ハウス風車コショ-300g	0.02 g
中華スープ(理研)	0.30 g

2025年12月5日 金曜日

料理名／食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[ご飯75g]	
水稻穀粒(精白米)	75.00 g
[ホキフライ]	
小:ホキフライ50g シェ7サ	1.00 個
中:ホキフライ60g シェ7サ	1.00 個
大豆白絞油	5.00 g
[切干大根のソース炒め]	
豚モモ(こま切れ)	10.00 g
サラダ油 1.5kg	0.50 g
料理酒1.8L	0.50 g
キャベツ	25.00 g
にんじん	4.00 g
切干大根(シム7)	4.00 g
ねぎ	3.00 g
ウスターソース 1.8L	1.00 g
JS特級中濃ソースF1.8L	4.60 g
三温糖	0.20 g
こいくちしょうゆ	0.80 g
[ポトフ]	
荒挽ミニカナルウインナー	20.00 g
じゃがいも	10.00 g
玉葱	15.00 g
白菜	20.00 g
にんじん	8.00 g
ぶなしめじ	7.00 g
SBパセリ(乾)	0.05 g
理研 コンソメS 500g	1.00 g
うすくちしょうゆ	1.20 g

2025年12月8日 月曜日

料理名／食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[ご飯75g]	
水稻穀粒(精白米)	75.00 g
[元氣いっぱいハンバーグ]	
小:ポ-グ&特ハンバーグ 50gNEW	1.00 個
中:ポ-グ&特ハンバーグ 60gNEW	1.00 個
おき枝豆 500g	2.00 g
スーパースイートコーン	2.00 g
タ-ストト(H-ウチハ-ツ)3kg	10.00 g
食塩 1kg	0.20 g
ハウス風車コショ-300g	0.02 g
三温糖	0.30 g
水	2.00 g
[春菊のごま和え]	
しゅんぎく	10.00 g
キャベツ	20.00 g
ほうれん草	16.00 g
にんじん	6.00 g
油揚げ(カット)	3.00 g
ずりごま(白)	1.00 g
こいくちしょうゆ	1.80 g
三温糖	0.30 g
[やまとしょうが汁]	
鶏モモ(1.5cm角切)	15.00 g
サラダ油 1.5kg	0.50 g
料理酒1.8L	0.50 g
ごぼう	7.00 g
さといも	7.50 g
さといも(冷凍・乱切)シム7	7.50 g
だいこん	10.00 g
白菜	13.00 g
にんじん	5.00 g
おろししょうが1kgJFD	0.20 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12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12月9日 火曜日

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
[小いわしの米粉揚げ]		
こいわし米粉揚げ	40.00	g
大豆白絞油	4.00	g
[系こんサラダ]		
系こんにやく(白)	20.00	g
こいくちしょうゆ	0.80	g
本みりん 1.8L	0.40	g
ほうれん草	12.00	g
太もやし	10.00	g
にんじん	5.00	g
ライトツナ水煮フレーク	6.00	g
ごま油 1.65kg	0.50	g
三温糖	0.30	g
こいくちしょうゆ	1.50	g
穀物酢	0.90	g
すりごま(白)	0.30	g
[マーボー大根]		
豚もも肉ミンチ	20.00	g
おろし生しょうが1kgJFD	0.50	g
おろし生にんにく1kgJFD	0.40	g
料理酒1.8L	1.00	g
サラダ油 1.5kg	0.25	g
玉葱	30.00	g
にんじん	15.00	g
冷凍ミニ絹厚揚げ(ニシムラ)	20.00	g
だいこん	45.00	g
乾し椎茸(美都産)	0.50	g
たけのこ(短冊)タイ産	10.00	g
にら	3.00	g
白ねぎ	1.30	g
田舎みそ(麦赤)1kg	2.80	g
こいくちしょうゆ	2.00	g
三温糖	0.30	g
中華スープ(理研)	1.00	g
馬鈴薯でんぷん1kg	2.00	g

2025年12月10日 水曜日

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
[さわらの袖庵焼き]		
小:さわら切身50g	1.00	個
中:さわら切身60g	1.00	個
料理酒1.8L	4.00	g
こいくちしょうゆ	3.60	g
本みりん 1.8L	1.00	g
ゆず酢	3.00	g
[●ケールとたまごのソテー]		
カットベーコンIQF500g	5.00	g
ケール	15.00	g
キャベツ	15.00	g
にんじん	8.00	g
玉葱	10.00	g
●いりたまご(真空)	6.00	g
追加食材:カットベーコンIQF500g	6.00	g
代替食材:スーパースイートコーン	5.00	g
有塩バター450g	0.20	g
食塩 1kg	0.20	g
ハウス風車コショ-300g	0.02	g
こいくちしょうゆ	0.70	g
[根菜豚汁]		
豚もも(こま切れ)	15.00	g
おろし生しょうが1kgJFD	0.50	g
料理酒1.8L	0.20	g
ごま油 1.65kg	0.50	g
ごぼう	8.00	g
きざみ揚げ(ニシムラ)	3.00	g
木綿豆腐(サイコ)	12.00	g
板こんにやく	10.00	g
だいこん	10.00	g
にんじん	7.00	g
れんこん水煮(いちよう)	7.00	g
白ねぎ	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12月11日 木曜日

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
[タコライスの具]		
牛ミンチ	15.00	g
豚もも肉ミンチ	20.00	g
おろし生にんにく1kgJFD	0.30	g
赤ワイン 1.8L	1.00	g
サラダ油 1.5kg	0.50	g
ア-イ 豆板醤 1kg	0.25	g
キャベツ	20.00	g
玉葱	20.00	g
むき枝豆 500g	5.00	g
冷凍カットマト	25.00	g
トマトカット デリヘル	8.00	g
トマトビ-ル(食塩無添加3k	4.00	g
コンソメ乳なし(理研)	0.80	g
カレー粉(純)200g	0.20	g
三温糖	0.80	g
ウスターソース 1.8L	0.80	g
プロセダ 1カットチーズ 8mm	8.00	g
[ひじきとア-モントのサラダ]		
キャベツ	15.00	g
小松菜	10.00	g
にんじん	7.00	g
芽ひじき1kg韓国産	1.00	g
クッキングア-モント(細切)500g	3.00	g
ライトツナ水煮フレーク	10.00	g
三温糖	0.60	g
穀物酢	1.50	g
ソリアルモ100(720ml)-ニシムラ	0.50	g
食塩 1kg	0.25	g
サラダ油 1.5kg	0.50	g
[かぶのスープ]		
カットベーコンIQF500g	7.00	g
かぶ	12.00	g
白菜	10.00	g
にんじん	5.00	g
玉葱	15.00	g
えのきたけ	8.00	g
SB パセリ(乾)	0.10	g
コンソメ乳なし(理研)	1.20	g
食塩 1kg	0.20	g

令和7年12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

※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)

2025年12月12日 金曜日

料理名／食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[ご飯75g]	
水稻穀粒(精白米)	75.00 g
[メルルーサのりんごソース]	
小:メルルーサ 50g	1.00 個
中:メルルーサ 60g	1.00 個
米パウダー	5.00 g
大豆白絞油	5.00 g
アップルソース	5.00 g
リゼ・ド・オー・ワタ・アイス	5.00 g
穀物酢	2.00 g
三温糖	2.60 g
こいくちしょうゆ	3.00 g
[お豆とトマトのチーズ煮]	
特選インナー(スライス)5mm Fe・Ca	12.00 g
プロセスチーズ 8mm	7.00 g
スーパースイートコーン	5.00 g
ミックスビーンズ(コンソメ)	8.00 g
じゃがいも	25.00 g
にんじん	5.00 g
玉葱	10.00 g
SB パセリ(乾)	0.05 g
理研 コンソメS 500g	0.25 g
サラダ油 1.5kg	0.20 g
[わかめスープ]	
厚揚げ(サイコロ)	20.00 g
だいこん	20.00 g
にんじん	7.00 g
乾し椎茸(美都産)	0.40 g
カットわかめセレクト	0.50 g
いりごま(白) 1kg	1.00 g
中華スープ(理研)	1.00 g
うすくちしょうゆ	2.00 g

2025年12月15日 月曜日

料理名／食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[ご飯75g]	
水稻穀粒(精白米)	75.00 g
[タレカツ]	
小:国産ささみか(乳・卵時)40g	1.00 個
中:国産ささみか(乳・卵時)60g	1.00 個
大豆白絞油	4.00 g
ウスターソース 1.8L	2.00 g
こいくちしょうゆ	1.00 g
料理酒 1.8L	1.50 g
三温糖	1.00 g
本みりん 1.8L	0.70 g
水	5.00 g
[海藻サラダ(青じそ)]	
スーパースライス(ぼうし)	5.00 g
キャベツ	25.00 g
小松菜	15.00 g
にんじん	3.00 g
湯戻し海藻サラダ100g	0.50 g
ノンオイル青じそドレッシング	3.50 g
[クラムチャウダー]	
カットベーコンIQF500g	5.00 g
おいしいあさり500g	15.00 g
玉葱	20.00 g
にんじん	10.00 g
セロリー	3.00 g
キャベツ	10.00 g
かぶ	10.00 g
ニチレイブロccoliロー(エ)	12.00 g
牛乳(料理用)	30.00 g
ポタージュベース	5.00 g
理研 コンソメS 500g	1.00 g
米パウダー	3.00 g
有塩バター450g	0.20 g
生クリーム	2.00 g
ハウス風車コショ-300g	0.02 g
白ワイン	1.00 g
おろし生にんにく1kgJFD	0.20 g
食塩 1kg	0.10 g

2025年12月16日 火曜日

料理名／食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[麦ご飯75g]	
水稻穀粒(精白米)	71.00 g
おおむぎ(米粒麦)	4.00 g
[鮭のずんだソース]	
小:秋鮭(ピンク)切身 50g	1.00 個
中:秋鮭(ピンク)切身 60g	1.00 個
食塩 1kg	0.20 g
ハウス風車コショ-300g	0.02 g
料理酒 1.8L	1.00 g
田舎みそ(麦赤) 1kg	1.00 g
QPノンエッグマヨネーズ(卵不使用)	5.00 g
グリーンピースペースト	3.00 g
米パウダー	1.20 g
むき枝豆 500g	3.00 g
[きしやず炒り]	
鶏もも(1.5cm角切)	20.00 g
サラダ油 1.5kg	0.50 g
料理酒 1.8L	0.50 g
ごぼう	10.00 g
にんじん	8.00 g
ざつまあげ角天(短冊カット)	5.00 g
おかから(新製法)	10.00 g
ねぎ	1.00 g
本みりん 1.8L	0.80 g
こいくちしょうゆ	2.00 g
三温糖	0.80 g
煮干しだし	0.30 g
[はっと汁]	
ずいどん(平型)8g(乳抜き)	24.00 g
だいこん	20.00 g
にんじん	8.00 g
乾し椎茸(美都産)	0.40 g
白ねぎ	1.30 g
煮干しだし	1.00 g
うすくちしょうゆ	2.00 g
こいくちしょうゆ	1.00 g
食塩 1kg	0.20 g

令和7年12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

※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)

2025年12月17日 水曜日

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
[焼きししゃも(小中2尾)]	
小:シシャモ干物約15g	2.00 個
中:シシャモ干物約20g	2.00 個
[春雨サラダ(副)]	
はるさめ(カンシ)1kg	3.60 g
ｽﾌｰﾙ系かまぼこ(ほぐし)	7.00 g
カネイチ国産きくらげスライス500g	0.60 g
小松菜	6.40 g
にんじん	4.00 g
キャベツ	17.60 g
三温糖	0.70 g
ごいくちしょうゆ	2.70 g
穀物酢	1.80 g
すりごま(白)	0.80 g
ごま油 1.65kg	0.45 g
[●おでん]	
鶏肉モモ(2cm角切)	20.00 g
サラダ油 1.5kg	0.50 g
料理酒1.8L	0.50 g
●うずら卵水煮200卵入り1.35kg	15.00 g
追加食材:鶏肉モモ(2cm角切)	14.00 g
だいこん	30.00 g
さといも	10.00 g
さといも(冷凍・乱切)ニシム	10.00 g
にんじん	8.00 g
厚揚げ(サイコロ)	15.00 g
板こんにゃく	15.00 g
まるごとイカだんご6～10g	20.00 g
北海道産切昆布1kg	0.40 g
三温糖	1.00 g
ごいくちしょうゆ	2.00 g
うすくちしょうゆ	2.00 g
本みりん 1.8L	0.50 g
だしパック(かつお節)	1.50 g

2025年12月18日 木曜日

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
[ポークチャップ]	
豚モモ(こま切れ)	50.00 g
赤ワイン 1.8L	1.00 g
サラダ油 1.5kg	0.50 g
玉葱	30.00 g
ぶなしめじ	10.00 g
むき枝豆 500g	10.00 g
食塩 1kg	0.10 g
トマトチャップ デリカース	7.00 g
トマトビュール(食塩無添加3k	2.00 g
ウスターソース 1.8L	1.50 g
三温糖	1.00 g
[ツナマヨサラダ(副)]	
ライトツナ水煮フレーク	7.00 g
キャベツ	16.00 g
小松菜	15.00 g
にんじん	5.00 g
カットわかめセレクト	0.30 g
スーパースイートコーン	5.00 g
QPI/エッグ マヨネーズ(卵不使用)	5.00 g
食塩 1kg	0.08 g
[じゃがいもバターみそ汁]	
じゃがいも	25.00 g
玉葱	20.00 g
にんじん	7.00 g
きざみ揚げ(ニシムラ)	3.00 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
煮干しだし	1.30 g
有塩バター450g	0.20 g

2025年12月19日 金曜日

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
[チキンチキンごぼう]	
鶏ムネ肉(1.5cm角切り)	45.00 g
米パウダー	8.00 g
大豆白絞油	4.50 g
ごぼう	20.00 g
サラダ油 1.5kg	0.50 g
むき枝豆 500g	6.00 g
本みりん 1.8L	0.50 g
料理酒1.8L	1.00 g
ごいくちしょうゆ	3.00 g
三温糖	2.00 g
[ほうれん草の白和え]	
ほうれん草	22.00 g
にんじん	7.00 g
JFS つきこんにゃく 1kg	10.00 g
乾し椎茸(美都産)	0.50 g
ごいくちしょうゆ	0.25 g
三温糖	0.25 g
冷凍白和えの素	18.00 g
すりごま(白)	0.75 g
かゝ練りごま 550g	0.27 g
ごいくちしょうゆ	1.30 g
三温糖	0.50 g
[タラのみぞれ汁]	
助宗タラ角切(2cm角)	20.00 g
だいこん	20.00 g
にんじん	8.00 g
さといも(冷凍・乱切)ニシム	15.00 g
きざみ揚げ(ニシムラ)	3.00 g
白ねぎ	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

令和7年12月分詳細献立表

※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)

2025年12月22日 月曜日

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
[豚肉のきんぴら(主)]	
国産SPF豚モモスライスIQF	24.00 g
サラダ油 1.5kg	0.50 g
にんじん	8.00 g
ごぼう	12.00 g
れんこん水煮(いちよう)	18.00 g
JFS つきこんにゃく 1kg	12.00 g
インゲン500g	6.00 g
いりごま(白) 1kg	1.00 g
こいくちしょうゆ	2.40 g
三温糖	1.00 g
[なんきんサラダ]	
ダイスカぼちゃ	20.00 g
ニチレイブロックリー(エ)	10.00 g
キャベツ	18.00 g
ライトツナ水煮フレーク	7.00 g
プロセスチーズ5mm	5.00 g
穀物酢	0.80 g
三温糖	0.30 g
食塩 1kg	0.05 g
QP/ノック マヨネーズ(卵不使用)	7.00 g
[冬至のうどん汁]	
鶏もも(1.5cm角切)	20.00 g
料理酒 1.8L	0.50 g
サラダ油 1.5kg	0.50 g
白菜	10.00 g
玉葱	10.00 g
にんじん	5.00 g
乾し椎茸(美都産)	0.40 g
きざみ揚げ(ニシムラ)	3.00 g
TM 学冷凍うどん	30.00 g
白ねぎ	1.30 g
だしパック(かつお節)	1.30 g
こいくちしょうゆ	2.50 g
うすくちしょうゆ	1.00 g
食塩 1kg	0.10 g
本みりん 1.8L	1.00 g

2025年12月23日 火曜日

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
[豚キムチ大根]	
国産SPF豚モモスライスIQF	50.00 g
料理酒 1.8L	0.50 g
ごま油 1.65kg	0.50 g
だいこん	40.00 g
玉葱	15.00 g
インゲン500g	5.00 g
はくさい(キムチ)リハラ	8.00 g
三温糖	1.00 g
こいくちしょうゆ	1.50 g
うすくちしょうゆ	1.30 g
本みりん 1.8L	1.10 g
馬鈴薯でんぶん 1kg	1.00 g
煮干しだし	0.30 g
[もやしのナムル]	
ほうれん草	15.00 g
太もやし	15.00 g
キャベツ	20.00 g
にんじん	3.00 g
チキンハム(短冊) 500g	7.00 g
すりごま(白)	1.00 g
ごま油 1.65kg	0.50 g
こいくちしょうゆ	1.50 g
食塩 1kg	0.05 g
[なめこ汁]	
国産冷凍なめこ	12.00 g
厚揚げ(サイコロ)	20.00 g
きざみ揚げ(ニシムラ)	3.00 g
にんじん	8.00 g
玉葱	15.00 g
白ねぎ	1.30 g
煮干しだし	1.00 g
田舎もろ(麦赤) 1kg	6.50 g
大和米味噌(白) 1kg	2.00 g

2025年12月24日 水曜日

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
[鶏肉の赤ワインソース]	
小:鶏肉モモ切身50g	1.00 個
中:鶏肉モモ切身60g	1.00 個
ハズ風車300-300g	0.02 g
赤ワイン 1.8L	2.00 g
おろし生にんにく 1kgJFD	0.20 g
トマトチップ デザート	8.00 g
こいくちしょうゆ	2.00 g
三温糖	1.00 g
赤ワイン 1.8L	2.00 g
馬鈴薯でんぶん 1kg	0.20 g
水	5.00 g
[●もみの木サラダ]	
ライトツナ水煮フレーク	7.00 g
ニチレイブロックリー(エ)	15.00 g
国産カラーピーマン(赤)	2.50 g
星型チーズ(白)	2.50 g
キャベツ	20.00 g
●いりたまご(真空)	7.00 g
追加食材:ライトツナ水煮フレーク	6.00 g
代替食材:スーパースイートコーン	4.00 g
三温糖	0.60 g
穀物酢	1.50 g
こいくちしょうゆ	1.80 g
ソリアルモ100(720ml)ニシムラ	0.50 g
サラダ油 1.5kg	0.50 g
[☆ABCスープ]	
カットベーコンIQF500g	7.00 g
マカロニ(アルファベット)500g	4.00 g
玉葱	20.00 g
にんじん	7.00 g
小松菜	8.00 g
理研 コンソメS 500g	1.00 g
うすくちしょうゆ	2.00 g
[カップデザート]	
ベストクリームカップデザート36g	1.00 個

令和7年12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

※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)

2025年12月25日 木曜日

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
[ちくわの磯辺揚げ(小中2個)]	
出雲のちくわ1/2カット約12.5	2.00 個
小麦粉	6.00 g
あおのり50g	0.05 g
水	7.00 g
大豆白絞油	2.50 g
[白菜のゆず塩昆布和え]	
白菜	30.00 g
だいこん	20.00 g
小松菜	5.00 g
にんじん	7.00 g
塩昆布(ジェフサ)	1.00 g
いりごま(白)1kg	1.00 g
穀物酢	1.60 g
三温糖	0.80 g
ゆず酢	0.50 g
食塩 1kg	0.20 g
[肉じゃが]	
国産牛肉(モモｽﾗｲｽ)	25.00 g
料理酒1.8L	0.50 g
こいくちしょうゆ	1.20 g
三温糖	1.00 g
サラダ油 1.5kg	0.50 g
じゃがいも	45.00 g
にんじん	15.00 g
玉葱	35.00 g
糸こんにゃく(白)	15.00 g
大福揚(カット)	15.00 g
インゲン500g	5.00 g
三温糖	1.30 g
こいくちしょうゆ	2.00 g
うすくちしょうゆ	1.80 g
料理酒1.8L	1.00 g
本みりん 1.8L	1.60 g
だし昆布	0.15 g