

※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1～3年生:0.8倍、小5～6年生:1.1倍、中学生:1.3倍)

令和6年2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

2024年2月1日 木曜日

中西小が外国語活動で考えたサラダ献立

献立	ご飯	
	チャプチェ Nakanishikko Chinese Salad 厚揚げのすまし汁	
料理名/食品名	一人分量 単位	切り方
【牛乳・和No1】		
【牛乳】		
牛乳	1.00 本	
【米飯・和No1】		
【ご飯75g】		
水稲穀粒(精白米)	75.00 g	
【炒め物・中No18】		
【R6.2チャプチェ】		
マロニー(5cmカット)	5.00 g	
豚肉(モモ肉スライス)	40.00 g	
リッパ サラダ油 1.5kg	0.50 g	
玉葱	20.00 g	スライス
たけのこ(千切り)タイ産	8.00 g	
国産カラーピーマン(ミックス)	5.00 g	
にら	5.00 g	2cm幅
テオ おろしにんにく国産	0.40 g	
テオ 国産生おろし生姜	0.40 g	
はくさい(キムチ)リハラ	7.00 g	
三温糖	0.80 g	
JFS V料理酒1.8L	0.80 g	
VP本みりん	1.60 g	
こいくちしょうゆ	1.60 g	
【あえ物・中No31】		
【Nakanishikko Chinese Salad】		
太もやし	15.00 g	
きゅうり	10.00 g	輪切り
キャベツ	20.00 g	1cm幅
チキンハム(短冊)500g	5.00 g	
もみのり	0.50 g	
三温糖	0.50 g	
こいくちしょうゆ	2.00 g	
穀物酢	1.40 g	
JFD いらごま(白)	0.80 g	炒る/する
JFS 純正ごま油	0.40 g	
【汁物・和No124】		
【R6.2厚揚げのすまし汁】		
厚揚げ(サイコロ)	20.00 g	
アール系かまぼこ(ほぐし)	7.00 g	
玉葱	10.00 g	スライス
にんじん	7.00 g	いちよう
えのきたけ	8.00 g	
カットわかめセレクト	0.30 g	もどす
ねぎ	3.00 g	小口切り
こいくちしょうゆ	1.00 g	
うすくちしょうゆ	2.00 g	
食塩	0.20 g	
だしパック(かつお節)	2.00 g	
だし昆布	1.00 g	

2024年2月2日 金曜日

節分献立/保幼小中連携献立

献立	ご飯		
	いわしのみぞれ煮	根菜のきんぴら	
料理名/食品名	一人分量 単位	切り方	節分豆
			豆乳入りみそ汁
【牛乳・和No1】			
【牛乳】			
牛乳	1.00 本		
【米飯・和No1】			
【ご飯75g】			
水稲穀粒(精白米)	75.00 g		
【ゆで物・和No15】			
【いわしのみぞれ煮】			
小:いわしのみぞれ煮(真空)40g	1.00 個		
中:いわしのみぞれ煮(真空)50g	1.00 個		
【炒め物・和No23】			
【根菜のきんぴら(副)】			
豚肉(モモ肉スライス)	15.00 g		
JFS V料理酒1.8L	1.00 g		
JFS 純正ごま油	0.50 g		
にんじん	5.00 g	千切り	
ごぼう	5.00 g	ぎざぎざ	
レンコン水煮(いちよう切)	15.00 g		
突きこんにやく(はりまや)	8.00 g		
ぎつまあげ(玉ねぎ)40g	5.00 g	スライス	
インゲン500	5.00 g	2cm幅	
がやいりごま(白)1kg	1.50 g		
こいくちしょうゆ	2.50 g		
三温糖	1.00 g		
ハウス特製一味 300g	0.01 g		
【汁物・和No58】			
【R5.10豆乳入りみそ汁】			
じゃがいも	20.00 g	サイコロ	
玉葱	15.00 g	スライス	
にんじん	5.00 g	いちよう	
ぶなしめじ	7.00 g		
小松菜	7.00 g	2cm幅	
油揚げ(カット)	3.00 g		
豆乳	20.00 g		
煮干しだし	3.00 g		
備前 中味噌	7.00 g		
備前 白上味噌	2.00 g		
【生物その他・和No5】			
【節分豆】			
節分豆 8g	1.00 個		

2024年2月5日 月曜日

保幼小中連携献立

献立	ご飯		
	どひょうおのかば焼き	和風ポテトサラダ	
料理名/食品名	一人分量 単位	切り方	鶏つくね汁
【牛乳・和No1】			
【牛乳】			
牛乳	1.00 本		
【米飯・和No1】			
【ご飯75g】			
水稲穀粒(精白米)	75.00 g		
【揚げ物・和No116】			
【どひょうおのかば焼き】			
あご開き50～60g	1.00 個	油で揚げる	
馬鈴薯でんぶん1kg	4.00 g		
大豆白絞油	5.00 g		
こいくちしょうゆ	2.30 g		
VP本みりん	2.00 g		
三温糖	0.80 g		
JFS V料理酒1.8L	0.50 g		
水	5.00 g		
【あえ物】			
【和風ポテトサラダ】			
チキンハム(短冊)500g	8.00 g		
チルドポテトダイズ	35.00 g		
ブロッコリー	5.00 g	子房にわかる	
にんじん	5.00 g	いちよう	
玉葱	3.00 g	スライス	
QPノック マヨネーズ(卵不使用)	7.00 g		
こいくちしょうゆ	1.50 g		
かつお節・細切(ニシム)	0.50 g		
【汁物・和No126】			
【R6.2鶏つくね汁】			
鶏つくね Fe・C	25.00 g		
白菜	20.00 g	2cm幅	
玉葱	10.00 g	スライス	
にんじん	7.00 g	いちよう	
ねぎ	3.00 g	小口切り	
うすくちしょうゆ	2.00 g		
こいくちしょうゆ	1.00 g		
だしパック(かつお節)	2.00 g		
だし昆布	1.00 g		
食塩	0.15 g		

令和6年2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

2024年2月6日火曜日

献立	麦ごはん(少量)	
	ショールパン(小中2個)	切干大根のサラダ
みそラーメン		
料理名/食品名	一人分量 単位	切り方
【牛乳・和No1】		
【牛乳】		
牛乳	1.00 本	
【米飯・和No7】		
【麦ごはん60g(少量)】		
水稲穀粒(精白米)	57.00 g	
おおむぎ(米粒麦)	3.00 g	
【蒸し物・中No3】		
【小籠包(2個)】		
ジェフ ショールパン30g	2.00 個	
【あえ物】		
【R5.7切干大根のサラダ】		
切干大根(益田産)	3.00 g	茹でる
小松菜	15.00 g	1.5cm幅
キャベツ	20.00 g	1cm幅
にんじん	5.00 g	千切り
塩昆布(ジェフサ)	0.80 g	
穀物酢	2.50 g	
こいくちしょうゆ	1.30 g	
三温糖	0.60 g	
JFS 純正ごま油	0.80 g	
【汁物】		
【みそラーメン】		
国産SPF豚モモスライスIQF	15.00 g	
リッパ サラダ油 1.5kg	0.50 g	
JFS V料理酒1.8L	1.00 g	
太もやし	7.00 g	
にんじん	5.00 g	千切り
玉葱	15.00 g	スライス
たけのこ(短冊)タイ産	5.00 g	
ベトナム産きくらげスライス	0.30 g	
スーパースイートコーン	5.00 g	
ねぎ	3.00 g	小口切り
学給ちゃんぼん(国産小麦)	35.00 g	
豚骨清湯スープ(1kg)	5.00 g	
備前 中味噌	3.00 g	
備前 白上味噌	1.00 g	
食塩	0.10 g	
ハウス トマト300g	0.02 g	

2023年2月7日水曜日

献立	麦ご飯	
	●ピビンパの具	海藻サラダ
ビーフンスープ		
料理名/食品名	一人分量 単位	切り方
【牛乳・和No1】		
【牛乳】		
牛乳	1.00 本	
【米飯・和No6】		
【麦ご飯75g】		
水稲穀粒(精白米)	71.00 g	
おおむぎ(米粒麦)	4.00 g	
【丼物・カレー等・中No5】		
【●ピビンパの具】		
国産牛肉モモミンチIQF	40.00 g	
テオ おろしにんにく国産	0.16 g	
JFS V料理酒1.8L	0.80 g	
リッパ サラダ油 1.5kg	0.50 g	
はくさい(キムチ)リッパ	8.00 g	
太もやし	20.00 g	
にんじん	15.00 g	千切り
●いりたまご(真空)	7.00 g	
追加食材: 国産牛肉モモミンチIQF	14.00 g	
小松菜	15.00 g	2cm幅
こいくちしょうゆ	1.60 g	
備前 中味噌	3.00 g	
三温糖	0.60 g	
VP本みりん	1.50 g	
JFS 純正ごま油	0.50 g	
【あえ物・和No157】		
【R6.2海藻サラダ(青じそ)】		
キャベツ	20.00 g	1cm幅
にんじん	5.00 g	千切り
だいこん	15.00 g	千切り
ちりめん	3.00 g	炒る
湯戻し海藻サラダ100g	0.50 g	もどす
フンオイル青じそドレッシング	4.50 g	
【汁物・中No16】		
【ビーフンスープ】		
鶏モモ(1.5cm角切)	7.00 g	
リッパ サラダ油 1.5kg	0.20 g	
玉葱	15.00 g	スライス
チンゲンツァイ	12.00 g	1.5cm幅
乾し椎茸(美都産)	0.20 g	もどす
ビーフン(15cmカット)	4.00 g	
スーパースイートコーン	8.00 g	
中華スープ(理研)	1.00 g	
うずくちしょうゆ	2.00 g	

2023年2月8日木曜日

献立	ご飯	
	鶏肉の塩麴焼き	こんにやくサラダ
じゃがいものみそ汁		
料理名/食品名	一人分量 単位	切り方
【牛乳・和No1】		
【牛乳】		
牛乳	1.00 本	
【米飯・和No1】		
【ご飯75g】		
水稲穀粒(精白米)	75.00 g	
【焼物・和No62】		
【鶏肉の塩こうじ焼き】		
小: 鶏肉モモ切身60g(材料)	1.00 個	焼く
中: 鶏肉モモ切身80g(材料)	1.00 個	焼く
塩麹	6.00 g	
JFS V料理酒1.8L	1.50 g	
【あえ物・和No78】		
【こんにやくサラダ】		
小松菜	12.00 g	1.5cm幅
太もやし	12.00 g	
にんじん	5.00 g	千切り
突きこんにやく(はりまや)	15.00 g	下煮する
こいくちしょうゆ	0.50 g	
VP本みりん	0.50 g	
ライトツナ水煮フレーク	8.00 g	
三温糖	0.50 g	
こいくちしょうゆ	2.00 g	
穀物酢	1.50 g	
JFS 純正ごま油	0.50 g	
食塩	0.10 g	
【汁物・和No7】		
【じゃがいものみそ汁】		
じゃがいも	20.00 g	サイコロ
玉葱	15.00 g	スライス
にんじん	7.00 g	いちょう
えのぎたけ	8.00 g	
IQFいちょう切り蒲鉾500g	8.00 g	
ねぎ	3.00 g	小口切り
備前 中味噌	7.00 g	
備前 白上味噌	2.00 g	
煮干しだし	3.00 g	

令和6年2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

2024年2月9日 金曜日 益田・鹿足・益田養護学校共通カミカミ献立

献立	ご飯	
	サーモンフライ	大豆とナッツのサラダ
コーンクリームスープ		
料理想名/食品名	一人分量 単位	切り方
【牛乳・和No1】		
【牛乳】		
牛乳	1.00 本	
【米飯・和No1】		
【ご飯75g】		
水稲穀粒(精白米)	75.00 g	
【揚げ物・洋No8】		
【サーモンフライ】		
小: 鮭フライ40g	1.00 個	油で揚げる
中: 鮭フライ50g	1.00 個	油で揚げる
大豆白絞油	4.00 g	
【あえ物・洋No88】		
【大豆とナッツのサラダ(共)】		
キャベツ	25.00 g	1cm幅
きゅうり	7.00 g	輪切り
にんじん	5.00 g	千切り
クッキングアーマード(スライス)	3.00 g	炒る
蒸し大豆500g	8.00 g	
かつお節・細切(ニシム)	0.70 g	
QPソニック マヨネーズ(卵不使用)	7.00 g	
備前 中味噌	0.50 g	
穀物酢	0.50 g	
【汁物・洋No6】		
【コーンクリームスープ】		
カットベーコンIQF500g	7.00 g	
にんじん	8.00 g	千切り
スーパースイートコーン	10.00 g	
玉葱	15.00 g	スライス
国産マッシュルーム(スライス)	5.00 g	
クリームコーン(冷凍)	25.00 g	
SB パセリ(乾)	0.05 g	
食塩	0.20 g	
ハウス マド ラスジョー-300g	0.02 g	
ポタージュベース	8.00 g	
牛乳(料理用)	20.00 g	

2024年2月13日 火曜日

安田小学校リクエスト献立

献立	麦ご飯	
	りっちゃんの元気サラダ	キムチ汁
みかん		
(中学のみ) チーズ		
料理想名/食品名	一人分量 単位	切り方
【牛乳・和No1】		
【牛乳】		
牛乳	1.00 本	
【米飯・和No6】		
【麦ご飯75g】		
水稲穀粒(精白米)	71.00 g	
おおむぎ(米粒麦)	4.00 g	
【あえ物・洋No54】		
【R5.10りっちゃんの元気サラダ】		
キャベツ	25.00 g	1cm幅
ほうれん草	15.00 g	2cm幅
チキンハム(短冊) 500g	10.00 g	
スーパースイートコーン	8.00 g	
にんじん	8.00 g	千切り
らくらく昆布	0.25 g	
かつお節・細切(ニシム)	0.25 g	
三温糖	1.20 g	
穀物酢	3.00 g	
ハウス マド ラスジョー-300g	0.02 g	
食塩	0.40 g	
リケン サラダ油 1.5kg	0.85 g	
【果物・和No4】		
【みかん】		
みかん M	1.00 個	
【汁物・和No77】		
【キムチ汁】		
豚肉(モモ肉スライス)	25.00 g	
JFS V料理酒1.8L	1.00 g	
リケン サラダ油 1.5kg	0.50 g	
じゃがいも	15.00 g	サイコロ
にんじん	7.00 g	いちよう
だいこん	10.00 g	いちよう
白菜キムチ	8.00 g	
小松菜	10.00 g	2cm幅
厚揚げ(サイコロ)	15.00 g	
煮干しだし	3.00 g	
備前 中味噌	4.00 g	
備前 白上味噌	5.00 g	
【チーズ・和No5】		
【(中のみ) チーズ】		
MBPベビーチーズ11.5g	1.00 個	

2024年2月14日 水曜日

高津小が外国語活動で考えたカレー献立

献立	麦ごはん	
	●ツナマヨオムレツ	ゆずサラダ
Takatsukko PokkaPocurry		
料理想名/食品名	一人分量 単位	切り方
【牛乳・和No1】		
【牛乳】		
牛乳	1.00 本	
【米飯・和No6】		
【麦ご飯75g】		
水稲穀粒(精白米)	71.00 g	
おおむぎ(米粒麦)	4.00 g	
【蒸し物・和No17】		
【●ツナマヨオムレツ】		
小: ●ツナマヨオムレツ50g	1.00 個	
中: ●ツナマヨオムレツ60g	1.00 個	
代替食材: 小: かぼちゃとさつまいものコロック40g	1.00 個	
中: かぼちゃとさつまいものコロック55g	1.00 個	
リケン サラダ油 1.5kg	4.00 g	
【あえ物・洋No47】		
【ゆずサラダ】		
にんじん	5.00 g	千切り
キャベツ	25.00 g	1cm幅
ニチレイブロッコリー(エ)	15.00 g	
チキンささみ水煮(さんれ)	7.00 g	
三温糖	0.60 g	
穀物酢	1.50 g	
さいくちしょうゆ	1.80 g	
ゆず酢	0.50 g	
リケン サラダ油 1.5kg	0.50 g	
【丼物・カレー等】		
【Takatsukko PokkaPocurry】		
国産合挽きミンチ	30.00 g	
JF れんこんワイン(赤)1.8L	0.50 g	
リケン サラダ油 1.5kg	0.25 g	
玉葱	35.00 g	スライス
さつまいも	25.00 g	サイコロ
にんじん	15.00 g	いちよう
ほうれん草	10.00 g	2cm幅
ハウス 給食用カレーブロックN	12.00 g	
シェアガレブロック	3.00 g	
カママイルドトマトケチャップ 3kg	5.00 g	
JF ウスターソース エグゼレント1.8L	1.50 g	

令和6年2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

2024年2月15日木曜日

西益田小が外国語活動で考えたスープ献立

献立	ご飯	
	豚肉の生姜焼き	小松菜の中華和え
Nutritious Nishimsudkko Soup		
料理想名/食品名	一人分量 単位	切り方
【牛乳・和No1】		
【牛乳】		
牛乳	1.00 本	
【米飯・和No1】		
【ご飯75g】		
水稲穀粒(精白米)	75.00 g	
【炒め物・和No8】		
【豚肉のしょうが焼き】		
国産SPF豚モモスライスIQF	40.00 g	
玉葱	30.00 g	スライス
キャベツ	20.00 g	2cm幅
テオ 国産生おろし生姜	1.00 g	
こいくちしょうゆ	4.00 g	
VP本みりん	1.60 g	
三温糖	0.70 g	
JFS V料理酒1.8L	1.30 g	
リッ サラダ油 1.5kg	0.30 g	
【あえ物・中No32】		
【R6.2小松菜の中華和え】		
キャベツ	15.00 g	1cm幅
小松菜	15.00 g	1.5cm幅
ふるふる寒天(耐熱用)	0.70 g	もどす
にんじん	5.00 g	千切り
ライトツナ水煮フレーク	7.00 g	
三温糖	0.50 g	
穀物酢	2.00 g	
こいくちしょうゆ	2.50 g	
ごま油	1.50 g	
【汁物】		
【R6.2栄養満点西益田スープ】		
味 なめらかワンタン(約63)	15.00 g	
特選インナーキムチ(スライス)5mm	7.00 g	
にんじん	5.00 g	いちょう
じゃがいも	20.00 g	サイコロ
白菜	15.00 g	2cm幅
中華スープ(理研)	1.00 g	
うすくちしょうゆ	2.00 g	
ハウス マスターソース-300g	0.02 g	

2024年2月16日金曜日

益田の食育の日献立

献立	ご飯	
	揚げシヤモ(小中2尾)	ふるさとサラダ
益田きゅうぎゅうすき焼き		
料理想名/食品名	一人分量 単位	切り方
【牛乳・和No1】		
【牛乳】		
牛乳	1.00 本	
【米飯・和No1】		
【ご飯75g】		
水稲穀粒(精白米)	75.00 g	
【揚げ物・和No4】		
【揚げししゃも(2個)】		
小:子持ちシヤモ(ニシム)1L3g	2.00 個	油で揚げる
中:子持ちシヤモ(ニシム)2L16g	2.00 個	油で揚げる
馬鈴薯てんぷん1kg	4.00 g	
大豆白絞油	1.50 g	
【あえ物・和No156】		
【R6.2ふるさとサラダ】		
キャベツ	25.00 g	1cm幅
ニチレイブロッコリー(エ)	15.00 g	
にんじん	6.00 g	千切り
ライトツナ水煮フレーク	7.00 g	
こいくちしょうゆ	1.00 g	
ゆず酢	0.30 g	
!しまねふるさとドレッシング	5.00 g	
【煮物】		
【益田きゅうぎゅうすき焼き】		
牛肉(こま切れ)	40.00 g	
ごぼう	8.00 g	ささがき
JFS V料理酒1.8L	1.00 g	
こいくちしょうゆ	3.40 g	
三温糖	1.25 g	
リッ サラダ油 1.5kg	0.50 g	
だいこん	20.00 g	7mm仔ヨウ
焼き豆腐(サイコロ)	20.00 g	
白菜	30.00 g	2cm幅
にんじん	8.00 g	いちょう
糸こんにやく(白)	7.00 g	
しゅんぎく	6.00 g	2cm幅
まいたけ	7.00 g	
乾し椎茸(美都産)	0.50 g	もどす
こいくちしょうゆ	2.50 g	
三温糖	1.25 g	

2024年2月19日月曜日

献立	ご飯	
	とり天	揚げ入りおひたし
豆腐とわかめのみそ汁		
料理想名/食品名	一人分量 単位	切り方
【牛乳・和No1】		
【牛乳】		
牛乳	1.00 本	
【米飯・和No1】		
【ご飯75g】		
水稲穀粒(精白米)	75.00 g	
【揚げ物】		
【とり天】		
小:鶏肉モモ切身50g(材体)	1.00 個	油で揚げる
中:鶏肉モモ切身60g(材体)	1.00 個	油で揚げる
JFS V料理酒1.8L	1.00 g	
テオ おろしにんにく国産	0.30 g	
テオ 国産生おろし生姜	0.50 g	
食塩	0.20 g	
うすくちしょうゆ	0.80 g	
小麦粉	6.30 g	
水	5.50 g	
大豆白絞油	5.00 g	
【あえ物・和No38】		
【揚げ入りお浸し】		
ほうれん草	20.00 g	2cm幅
キャベツ	25.00 g	1cm幅
にんじん	5.00 g	千切り
油揚げ(カット)	3.00 g	油抜きする
ちりめん	2.00 g	炒る
こいくちしょうゆ	2.50 g	
三温糖	0.45 g	
【汁物・和No43】		
【R5.10豆腐とわかめのみそ汁】		
木綿豆腐	20.00 g	厚1/4縦1/3
玉葱	15.00 g	スライス
にんじん	5.00 g	いちょう
えのきたけ	10.00 g	
カットわかめセレクト	0.30 g	もどす
備前 中味噌	7.00 g	
備前 白上味噌	2.00 g	
煮干したし	3.00 g	

令和6年2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

2024年2月20日火曜日

献立	麦ご飯	
	パトウの青のりパン粉焼き	ごぼうサラダ
沢煮椀		
料理想名/食品名	一人分量 単位	切り方
【牛乳・和No1】		
【牛乳】		
牛乳	1.00 本	
【米飯・和No6】		
【麦ご飯75g】		
水稲穀粒(精白米)	71.00 g	
おおむぎ(米粒麦)	4.00 g	
【焼物】		
【パトウの青のりパン粉焼き】		
小:パトウ切り身 50g	1.00 個	焼く
中:パトウ切り身 60g	1.00 個	焼く
食塩	0.20 g	
ハウス マスジョ-300g	0.02 g	
グラスメイト500g(粉チーズ)	1.50 g	
青のり粉100g	0.30 g	
乾燥パン粉フレークス	0.90 g	
【あえ物・和No158】		
【R5.7ごぼうサラダ】		
ごぼう	20.00 g	ささがき
にんじん	5.00 g	千切り
小松菜	20.00 g	1.5cm幅
チキンささみ水煮	8.00 g	
がやいりごま(白)1kg	1.50 g	炒る/する
QPノンイック マヨネーズ(卵不使用)	7.00 g	
こいくちしょうゆ	0.50 g	
三温糖	0.30 g	
【汁物・和No125】		
【R6.2沢煮椀】		
国産SPF豚モモスライスIQF	15.00 g	
リッパ サラダ油 1.5kg	0.50 g	
JFS V料理酒1.8L	0.50 g	
にんじん	7.00 g	千切り
たけのこ(千切り)タイ産	10.00 g	
マロニー(5cmカット)	5.00 g	
えのきたけ	7.00 g	
ねぎ	3.00 g	小口切り
だしパック(かつお節)	2.00 g	
うすくちしょうゆ	3.00 g	
食塩	0.10 g	
ハウス マスジョ-300g	0.03 g	

2024年2月21日水曜日

献立	オムライス(チキンライス)		1食ケチャップソース	
	オムライス(●薄焼き玉子)	花野菜サラダ	プリン	
ミートボールと白菜のスープ				
料理想名/食品名	一人分量 単位	切り方		
【牛乳・和No1】				
【牛乳】				
牛乳	1.00 本			
【変わり飯・洋No5】				
【チキンライス(三島)】				
水稲穀粒(精白米)	65.00 g			
炊飯用チキンの素(三島)	0.02 Kg			
【間接焼】				
【●薄焼き玉子】				
●オムライス用玉子焼40g	1.00 枚			
代替食材 :ロイヤルカット60g	1.00 個			油で揚げる
リッパ サラダ油 1.5kg	6.00 g			
【その他】				
【1食ケチャップソース】				
1食ケチャップソース8g	1.00 個			
【あえ物・洋No52】				
【花野菜サラダ】				
ニチレイブロックリー(エ)	15.00 g			
カリフラワー(ニシムラ)	15.00 g			
にんじん	8.00 g	千切り		
キャベツ	15.00 g	1cm幅		
ライトツナ水煮フレーク	8.00 g			
クッキングアモンド(細切)500g	2.00 g	炒る		
オーブと旨味マキト レッパ	4.50 g			
【汁物・洋No1】				
【ミートボールと白菜のスープ】				
国産大豆の豆腐ミートボール(SS)	25.00 g			
じゃがいも	20.00 g	サイコロ		
白菜	30.00 g	2cm幅		
にんじん	8.00 g	いちよう		
玉葱	20.00 g	スライス		
味コンソメJ 500g	1.00 g			
うすくちしょうゆ	2.00 g			
リッパ サラダ油 1.5kg	0.50 g			
【菓子・寄物・洋No6】				
【プリン】				
なめらかプリン(鉄・C)40g	1.00 個			

2024年2月22日木曜日

世界の味めぐり献立(ケニア)

献立	ご飯	
	サマキ	スクマウィキ
カラंगा		
料理想名/食品名	一人分量 単位	切り方
【牛乳・和No1】		
【牛乳】		
牛乳	1.00 本	
【米飯・和No1】		
【ご飯75g】		
水稲穀粒(精白米)	75.00 g	
【揚げ物】		
【サマキ】		
小:まだら 40g	1.00 切	油で揚げる
中:まだら 50g	1.00 切	油で揚げる
馬鈴薯でんぷん1kg	4.00 g	
大豆白絞油	4.00 g	
三温糖	2.60 g	
こいくちしょうゆ	3.00 g	
VP本みりん	1.30 g	
ソリアモン100(720ml)ニシムラ	2.00 g	
水	6.00 g	
【炒め物】		
【スクマウィキ】		
学級用ノンイックベーコン 500g	10.00 g	
ケール	15.00 g	1cm幅
キャベツ	15.00 g	2cm幅
にんじん	8.00 g	千切り
玉葱	10.00 g	スライス
スーパースイートコーン	5.00 g	
有塩バター450g	0.50 g	
食塩	0.20 g	
ハウス マスジョ-300g	0.02 g	
こいくちしょうゆ	1.00 g	
【汁物】		
【カラंगा】		
鶏肉モモ(2cm角切)	15.00 g	
リッパ サラダ油 1.5kg	0.30 g	
じゃがいも	20.00 g	サイコロ
にんじん	10.00 g	いちよう
玉葱	25.00 g	スライス
冷凍カットマト	10.00 g	
国産オグラスライス	5.00 g	
ハウス 給食用カレーフレークN	10.00 g	

令和6年2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

2024年2月26日月曜日

吉田南小リクエスト献立

献立	わかめご飯	
	カレイのから揚げ	納豆サラダ
だんご汁		
料理名/食品名	一人分量 単位	切り方
【牛乳・和No1】		
【牛乳】		
牛乳	1.00 本	
【変わり飯・和No1】		
【R5.3わかめご飯】		
水稲穀粒(精白米)	75.00 g	
わかめごはんの素(減塩)	2.20 g	
【揚げ物・和No17】		
【カレイのから揚げ】		
小:ミナト干しカレイ50g	1.00 個	油で揚げる
中:ミナト干しカレイ60g	1.00 個	油で揚げる
馬鈴薯でんぷん1kg	4.00 g	
大豆白絞油	4.00 g	
【あえ物・洋No3】		
【納豆サラダ】		
チキンハム(短冊)500g	6.00 g	
川ひきわり納豆(特判)	8.00 g	
ほうれん草	10.00 g	2cm幅
キャベツ	25.00 g	1cm幅
にんじん	5.00 g	千切り
備前 中味噌	0.50 g	
こいくちしょうゆ	0.60 g	
QPノンエッグ マヨネーズ(卵不使用)	6.00 g	
【汁物・和No99】		
【R5.6だんご汁】		
玉葱	15.00 g	スライス
にんじん	5.00 g	いちょう
えのきたけ	8.00 g	
油揚げ(カット)	3.00 g	油抜きする
冷凍白玉(30g)	25.00 g	
ねぎ	3.00 g	小口切り
煮干しだし	3.00 g	
備前 中味噌	7.00 g	
備前 白上味噌	2.00 g	

2024年2月27日火曜日

献立	麦ご飯	
	豆腐ハンバーグきのこソースかけ	ひじきマリネ
クラムチャウダー		
料理名/食品名	一人分量 単位	切り方
【牛乳・和No1】		
【牛乳】		
牛乳	1.00 本	
【米飯・和No6】		
【麦ご飯75g】		
水稲穀粒(精白米)	71.00 g	
おおむぎ(米粒麦)	4.00 g	
【焼物・洋No2】		
【豆腐ハンバーグのきのこソースかけ】		
小:国産大豆の豆腐ハンバーグ60g	1.00 個	焼く
中:国産大豆の豆腐ハンバーグ80g	1.00 個	焼く
玉葱	5.00 g	スライス
ぶなしめじ	4.00 g	子房にわけ
リケン サラダ油 1.5kg	0.05 g	
マルト デミグラスソース 3kg	5.00 g	
カママルト トマトチャップ 3kg	5.00 g	
JF レクジョンワイン(赤)1.8L	0.70 g	
三温糖	0.50 g	
JF ウスターソース エクセント1.8L	0.50 g	
【あえ物・洋No23】		
【ひじきマリネ】		
芽ひじき1kg韓国産	1.00 g	もどす
キャベツ	20.00 g	1cm幅
小松菜	15.00 g	1.5cm幅
にんじん	5.00 g	千切り
ライトツナ水煮フレーク	6.00 g	
三温糖	1.40 g	
穀物酢	2.50 g	
マルト デミグラスソース300g	0.02 g	
食塩	0.30 g	
リケン サラダ油 1.5kg	0.70 g	
【汁物・洋No7】		
【クラムチャウダー】		
おいしいあざり	5.00 g	
はたて貝柱水煮フレーク	7.00 g	
カットベーコンIQF500g	5.00 g	
玉葱	20.00 g	サイコロ
じゃがいも	15.00 g	サイコロ
にんじん	8.00 g	いちょう
かぶ	8.00 g	サイコロ
SB パセリ(乾)	0.05 g	
牛乳(料理用)	20.00 g	
ポタージュベース	8.00 g	
リケン サラダ油 1.5kg	0.50 g	
食塩	0.01 g	

2024年2月28日水曜日

献立	麦ご飯	
	ぶりのゆず塩焼き	ちくわとブロッコリーのオイマヨ炒め
●かきたまみそ汁		
料理名/食品名	一人分量 単位	切り方
【牛乳・和No1】		
【牛乳】		
牛乳	1.00 本	
【米飯・和No6】		
【麦ご飯75g】		
水稲穀粒(精白米)	71.00 g	
おおむぎ(米粒麦)	4.00 g	
【焼物】		
【ぶりのゆず塩焼き】		
小:ぶり 50g	1.00 個	焼く
中:ぶり 60g	1.00 個	焼く
JFS V料理酒1.8L	1.00 g	
塩糍	5.00 g	
ゆず酢	1.50 g	
【炒め物・中No19】		
【ちくわとブロッコリーのオイマヨ炒め】		
出雲のおいしいちくわ5mm	7.00 g	
キャベツ	20.00 g	1.5cm幅
にんじん	5.00 g	千切り
玉葱	15.00 g	スライス
ニチレイブロッコリー(エ)	20.00 g	
リケン サラダ油 1.5kg	0.20 g	
QPノンエッグ マヨネーズ(卵不使用)	4.00 g	
オイスターソース 585g	1.50 g	
三温糖	0.20 g	
食塩	0.10 g	
マルト デミグラスソース300g	0.02 g	
【汁物・和No106】		
【R5.6●かきたまみそ汁】		
●たまご	15.00 g	割りほぐす
追加食材:木綿豆腐	10.00 g	縦1/3横1/4
木綿豆腐	12.00 g	縦1/3横1/4
玉葱	20.00 g	スライス
にんじん	7.00 g	いちょう
えのきたけ	7.00 g	
ねぎ	3.00 g	小口切り
備前 中味噌	7.00 g	
備前 白上味噌	2.00 g	
煮干しだし	3.00 g	

令和5年2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

2024年2月29日木曜日

献立	麦ご飯	
	高菜と肉のそぼろごはんの具	大根のごまサラダ
けんちん汁		
料理名/食品名	一人分量 単位	切り方
【牛乳・和No1】		
【牛乳】		
牛乳	1.00 本	
【米飯・和No1】		
【ご飯75g】		
水稻穀粒(精白米)	75.00 g	
【丼物・カレー等・和No28】		
【高菜と肉のそぼろごはんの具】		
国産牛肉モモミンチIQF	30.00 g	
国産SPF豚ミンチIQF	20.00 g	
チーオ 国産生おろし生姜	0.20 g	
たかな塩漬(刻み)	10.00 g	
リッ サラダ油 1.5kg	0.30 g	
こいくちしょうゆ	1.20 g	
三温糖	1.20 g	
JFS V料理酒1.8L	2.00 g	
【あえ物・中No33】		
【大根のごまサラダ】		
だいこん	25.00 g	千切り
チキンハム(短冊) 500g	7.00 g	
小松菜	15.00 g	2cm幅
にんじん	5.00 g	千切り
三温糖	0.80 g	
がやいりごま(白)1kg	1.50 g	炒る/する
こいくちしょうゆ	2.50 g	
穀物酢	2.00 g	
JFS 純正ごま油	0.50 g	
【汁物・和No17】		
【けんちん汁】		
ぎといも(冷凍・乱切)ニシム	15.00 g	
にんじん	7.00 g	いちよう
ごぼう	8.00 g	輪切り
白菜	15.00 g	2cm幅
板こんにゃく	10.00 g	厚1/2縦1/4
木綿豆腐(サイコロ)	15.00 g	
乾し椎茸(美都産)	0.30 g	もどす
油揚げ(カット)	3.00 g	油抜きする
ねぎ	3.00 g	小口切り
だしパック(かつお節)	2.00 g	
だし昆布	1.00 g	
うすくちしょうゆ	3.00 g	
馬鈴薯てんぷん1kg	1.00 g	