

※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8年1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

2026年1月8日 (木)

料理名／食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[ご飯75g]	
水稻穀粒(精白米)	75.00 g
[フリの照り焼き]	
小:ぶり 50g	1.00 個
中:ぶり 60g	1.00 個
こいくちしょうゆ	1.00 g
料理酒1.8L	1.50 g
本みりん 1.8L	1.00 g
おろし生しょうが1kgJFDA	0.40 g
サラダ油 1.5kg	0.50 g
こいくちしょうゆ	2.00 g
三温糖	1.00 g
本みりん 1.8L	0.80 g
馬鈴しよ蕪粉1kg	0.30 g
水	3.00 g
[筑前煮★]	
鶏肉モモ(2cm角切)	20.00 g
料理酒1.8L	0.50 g
サラダ油 1.5kg	0.50 g
ごぼう	12.00 g
板こんにゃく	12.00 g
にんじん	10.00 g
れんこん水煮(乱切り)	15.00 g
乾し椎茸(美都産)	0.50 g
インゲン500g	5.00 g
こいくちしょうゆ	2.20 g
三温糖	0.60 g
だしパック(かつお節)	0.30 g
[七草みそ汁]	
IQFいちよう切り蒲鉾500g	10.00 g
だいこん	15.00 g
にんじん	8.00 g
かぶ	12.00 g
大根葉1cmカット IQF	5.00 g
せり	2.00 g
だしパック(かつお節)	1.00 g
田舎みそ(麦赤)1kg	6.50 g
大和米味噌(白)1kg	2.00 g

2026年1月9日 (金)

料理名／食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[ご飯75g]	
水稻穀粒(精白米)	75.00 g
[揚げ小籠包(小2こ、中3こ)]	
小:Kポーク包子トレ入り	2.00 個
中:Kポーク包子トレ入り	3.00 個
大豆白絞油	4.00 g
[白玉ぜんざい]	
冷凍白玉(30個)	35.00 g
矢野おはき用あんこ	20.00 g
水	36.00 g
[麻婆白菜丼の具]	
豚もも肉ミンチ	20.00 g
おろし生しょうが1kgJFDA	0.30 g
おろし生にんにく1kgJFDA	0.30 g
料理酒1.8L	0.50 g
ごま油 1.65kg	0.30 g
玉葱	25.00 g
にんじん	15.00 g
冷凍ミニ絹厚揚げ	17.00 g
白菜	50.00 g
カネイチ国産きくらげスラ	0.30 g
たけのこ(短冊)タイ産	10.00 g
冷凍カットトマト	8.00 g
にら	5.00 g
田舎みそ(麦赤)1kg	2.80 g
こいくちしょうゆ	2.70 g
三温糖	0.30 g
中華スープ(理研)	1.00 g
本みりん 1.8L	1.00 g
チオ 豆板醤 1kg	0.05 g
馬鈴しよ蕪粉1kg	2.00 g
ごま油 1.65kg	0.20 g

2026年1月13日 (火)

料理名／食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[美ご飯75g]	
水稻穀粒(精白米)	71.00 g
おおむぎ(米粒麦)	4.00 g
[豚肉と大根のオイスター炒め]	
国産SPF豚モモスライスIQF	50.00 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	10.00 g
だいこん	30.00 g
にんじん	10.00 g
インゲン500g	5.00 g
こいくちしょうゆ	1.00 g
オイスターソース 585g	2.30 g
食塩 1kg	0.10 g
三温糖	0.50 g
馬鈴しよ蕪粉1kg	1.00 g
ごま油 1.65kg	0.50 g
[たくあん納豆和え]	
刈 ひきわり納豆(ヒカリ)	12.00 g
キャベツ	13.00 g
かぶ	13.00 g
小松菜	10.00 g
千切りたくあん	7.00 g
塩昆布(ジエフサ)	0.50 g
かつお節・細切(30個)	0.80 g
いりごま(白)1kg	1.00 g
こいくちしょうゆ	0.50 g
[サケ団子のみそ汁]	
玉葱	10.00 g
にんじん	5.00 g
乾し椎茸(美都産)	0.30 g
厚揚げ(サイコロ)	15.00 g
国産鮭ボールCa(玉葱入)	25.00 g
ねぎ	1.20 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8年1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

2026年1月14日 (水)

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)	71.00 g
おおむぎ(米粒麦)	4.00 g
[サゴシのユーリンソース]	
小:さごし切身 50g	1.00 個
中:さごし切身 60g	1.00 個
食塩 1kg	0.10 g
ハウス 風車ソー-300g	0.02 g
料理酒 1.8L	1.00 g
馬鈴しよ澱粉 1kg	5.00 g
大豆白絞油	5.00 g
白ねぎ	4.00 g
おろし生しょうが 1kgJFDA	0.20 g
こいくちしょうゆ	1.60 g
穀物酢	1.60 g
本みりん 1.8L	1.80 g
三温糖	0.40 g
ごま油 1.65kg	0.20 g
水	4.00 g
[チャブチェ]	
マロニー(5cmカット)	5.00 g
豚もも肉ミンチ	12.00 g
おろし生にんにく 1kgJFDA	0.20 g
料理酒 1.8L	0.50 g
ごま油 1.65kg	0.30 g
玉葱	12.00 g
にんじん	8.00 g
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
はくさい(キムチ)リハラ	5.00 g
こいくちしょうゆ	1.80 g
本みりん 1.8L	0.60 g
[●たまごと小松菜のスーパ]	
だいこん	12.00 g
にんじん	5.00 g
白菜	12.00 g
ほぐしささみ水煮(塩分科)	6.00 g
小松菜	12.00 g
●たまご	15.00 g
代替食材:冷凍絹厚揚げ	12.00 g
豚骨清湯スープ(1kg)	4.00 g
食塩 1kg	0.30 g
ハウス 風車ソー-300g	0.02 g
馬鈴しよ澱粉 1kg	1.00 g

2026年1月15日 (木)

料理名／食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[ご飯75g]	
水稻穀粒(精白米)	75.00 g
[蒸し鶏のゆずみそかけ]	
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	0.15 g
三温糖	0.20 g
料理酒 1.8L	2.00 g
大和米味噌(白) 1kg	3.50 g
ゆず酢	0.60 g
本みりん 1.8L	0.80 g
三温糖	0.30 g
うすくちしょうゆ	0.30 g
馬鈴しよ澱粉 1kg	0.30 g
水	5.00 g
[おからサラダ]	
おから(新製法)	7.00 g
にんじん	5.00 g
キャベツ	15.00 g
ニチレイブロックリー(エ)	7.00 g
スーパースイートコーン	5.00 g
出雲のちくわ5mm×1/2カット	8.00 g
プロセダ イスカットチース 8mm	8.00 g
QPハニegg マヨネーズ(卵不使用)	7.00 g
穀物酢	0.80 g
食塩 1kg	0.05 g
三温糖	0.50 g
[なめこのすまし汁]	
国産冷凍なめこ	12.00 g
にんじん	7.00 g
だいこん	20.00 g
えのきたけ	5.00 g
ささみ揚げ(ニシムラ)	3.00 g
カットわかめセレクト	0.30 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	0.15 g

2026年1月16日 (金)

料理名／食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[ご飯75g]	
水稻穀粒(精白米)	75.00 g
[フリ大根]	
チキスグリ角切(皮付) 1kg	40.00 g
おろし生しょうが 1kgJFDA	0.30 g
料理酒 1.8L	0.50 g
こいくちしょうゆ	1.00 g
馬鈴しよ澱粉 1kg	6.00 g
大豆白絞油	4.00 g
だいこん	40.00 g
しょうが(根茎、生)	0.10 g
白ねぎ	10.00 g
こいくちしょうゆ	3.00 g
三温糖	0.60 g
本みりん 1.8L	1.00 g
料理酒 1.8L	0.80 g
水	22.00 g
[春菊とツナの和え物]	
しゅんぎく	10.00 g
キャベツ	25.00 g
にんじん	8.00 g
ライドツナ水煮フレーク	7.00 g
いりごま(白) 1kg	1.00 g
うすくちしょうゆ	1.80 g
穀物酢	1.50 g
[めった汁]	
豚モモ(ごま切れ)	12.00 g
料理酒 1.8L	0.50 g
サラダ油 1.5kg	0.30 g
玉葱	15.00 g
にんじん	7.00 g
ごぼう	8.00 g
さつまいも	15.00 g
板こんにゃく	10.00 g
乾し椎茸(美都産)	0.30 g
ねぎ	2.40 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8年1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

2026年1月19日 (月)

料理名／食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[ごはん75g]	
水稻穀粒(精白米)	75.00 g
[鶏と高野豆腐のアーモンド 絡め]	
JFDAこうや豆腐	7.00 g
馬鈴しょ澱粉 1kg	5.00 g
大豆白絞油	3.00 g
鶏肉モモ(2cm角切)	30.00 g
料理酒 1.8L	0.50 g
サラダ油 1.5kg	0.30 g
むきえだまめ500g	8.00 g
こいくちしょうゆ	3.70 g
料理酒 1.8L	1.30 g
本みりん 1.8L	0.70 g
三温糖	2.50 g
シリアルモン100(720ml)-ｼｰﾙﾄﾞ	0.50 g
クッキング アーモンド (ダイス)500g	4.00 g
[ゆず入り大根なます]	
ライトツナ水煮フレーク	8.00 g
だいこん	35.00 g
にんじん	10.00 g
いりごま(白) 1kg	1.00 g
穀物酢	2.70 g
三温糖	0.80 g
ゆず酢	0.80 g
食塩 1kg	0.25 g
[ちゃんこ汁]	
鶏肉団子(ﾂﾁ肉・玉葱・青葱)	15.00 g
玉葱	10.00 g
白菜	20.00 g
にんじん	5.00 g
ぶなしめじ	5.00 g
冷凍ミニ絹厚揚げ	10.00 g
白ねぎ	5.00 g
だしパック(かつお節)	1.30 g
中華スープ(理研)	0.50 g
うすくちしょうゆ	2.00 g
食塩 1kg	0.30 g
本みりん 1.8L	0.40 g
ごま油 1.65kg	0.30 g

2026年1月20日 (火)

料理名／食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[麦ごはん75g]	
水稻穀粒(精白米)	71.00 g
おおむぎ(米粒麦)	4.00 g
[サバの塩焼き]	
小:氷温造り塩さば切身 40g	1.00 個
中:氷温造り塩さば切身 50g	1.00 個
[納豆サラダ]	
チキンハム(短冊) 500g	8.00 g
ｸﾘ ｳｷﾜﾘ納豆(ﾋｷﾌﾘ)	12.00 g
ほうれん草	10.00 g
キャベツ	20.00 g
にんじん	5.00 g
田舎みそ(麦赤) 1kg	0.50 g
こいくちしょうゆ	0.50 g
QPﾌｪｯｸﾞ ﾏﾖﾈｰｽﾞ (卵不使用)	6.00 g
[じゃがいものみそ汁]	
玉葱	10.00 g
にんじん	7.00 g
じゃがいも	20.00 g
えのきたけ	7.00 g
きざみ揚げ(ニシムラ)	3.00 g
カットわかめゼレクト	0.30 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

2026年1月21日 (水)

料理名／食品名	一人分量 単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[麦ごはん75g]	
水稻穀粒(精白米)	71.00 g
おおむぎ(米粒麦)	4.00 g
[豚肉のｺﾁｼﾞ ｬﾝ炒め]	
国産SPF豚モモスライスIQF	50.00 g
おろし生にんにく1kgJFDA	0.50 g
料理酒 1.8L	0.50 g
ごま油 1.65kg	0.50 g
玉葱	20.00 g
キャベツ	18.00 g
ぶなしめじ	7.00 g
たけのこ(短冊)タイ産	5.00 g
にら	5.00 g
ｺﾁｭｼﾞｬﾝ	2.00 g
こいくちしょうゆ	3.50 g
三温糖	3.20 g
中華スープ(理研)	0.50 g
すりごま(白)	1.00 g
ごま油 1.65kg	0.50 g
[●マカロニサラダ]	
キャベツ	15.00 g
にんじん	5.00 g
ニチレイブロックリー(エ)	8.00 g
チキンハム(短冊) 500g	8.00 g
ﾏｶﾐ(単管) JFS 1kg	4.00 g
●いりたまご(真空)	8.00 g
追加食材:チキンハム	6.00 g
代替食材:スーパースイートコーン	7.00 g
穀物酢	2.00 g
食塩 1kg	0.20 g
ﾊﾞｽﾞ 風車ｺｼｮ-300g	0.02 g
三温糖	0.40 g
サラダ油 1.5kg	0.80 g
[冬野菜のスープ]	
だいこん	10.00 g
にんじん	5.00 g
白菜	10.00 g
厚揚げ(サイコロ)	15.00 g
ｽｸｰﾙ系かまぼｺ(ほぐし)	8.00 g
小松菜	5.00 g
理研 コンソメS 500g	1.00 g
うすくちしょうゆ	2.00 g
ﾊﾞｽﾞ 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8年1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

2026年1月22日 (木)

料理名／食品名	一人分量	単位
[牛乳]		
牛乳	1.00	本
[鮎飯]		
水稻穀粒(精白米)	75.00	g
あゆほぐし身(天然、焼き)	15.00	g
こいくちしょうゆ	0.60	g
うすくちしょうゆ	2.40	g
食塩 1kg	0.35	g
料理酒 1.8L	2.40	g
あゆ出汁	6.00	g
[鶏の甘酢和え]		
小:鶏肉モモ切身50g	1.00	個
中:鶏肉モモ切身60g	1.00	個
こいくちしょうゆ	1.00	g
料理酒 1.8L	2.00	g
米パウダー	3.00	g
こいくちしょうゆ	2.00	g
三温糖	0.50	g
料理酒 1.8L	2.40	g
穀物酢	0.80	g
[大根の高菜漬け和え]		
だいこん	30.00	g
キャベツ	15.00	g
にんじん	5.00	g
たかな塩漬(刻み)	5.00	g
かつお節・細切(シム)	0.40	g
ずりごま(白)	1.00	g
うすくちしょうゆ	1.00	g
[里芋と厚揚げのみそ汁]		
玉葱	15.00	g
にんじん	5.00	g
さといも(冷凍・乱切)シム	15.00	g
厚揚げ	18.00	g
ねぎ	1.20	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

2026年1月23日 (金)

料理名／食品名	一人分量	単位
[牛乳]		
牛乳	1.00	本
[ご飯75g]		
水稻穀粒(精白米)	75.00	g
[アジの香味揚げ]		
小:アジ切身約140g	1.00	個
中:アジ切身約150g	1.00	個
こいくちしょうゆ	1.20	g
食塩 1kg	0.15	g
料理酒 1.8L	1.80	g
おろし生にんにく 1kgJFDA	0.20	g
SBトルコパスタ100g	0.20	g
SBトルコパスタ100g	0.05	g
馬鈴しょ澱粉 1kg	7.00	g
大豆白絞油	4.00	g
[切干大根のトマト煮]		
豚もも肉ミンチ	10.00	g
料理酒 1.8L	0.50	g
サラダ油 1.5kg	0.30	g
にんじん	5.00	g
ぶなしめじ	5.00	g
切干大根(益田産)	4.00	g
国産大豆水煮 1kg	13.00	g
冷凍カットトマト	15.00	g
トマトピューレ(食塩無添加3k	7.00	g
コンソメ乳なし(理研)	0.50	g
うすくちしょうゆ	0.60	g
本みりん 1.8L	1.00	g
SBパセリ(乾)	0.03	g
[フロッコリーのシチュー]		
鶏肉モモ(2cm角切)	12.00	g
料理酒 1.8L	0.50	g
サラダ油 1.5kg	0.30	g
玉葱	20.00	g
にんじん	10.00	g
白菜	10.00	g
国産マッシュルーム(ｽﾀｲｽ)	8.00	g
フロッコリー	15.00	g
牛乳(料理用)	30.00	g
ポタージュベース	10.00	g
コンソメ乳なし(理研)	0.50	g
有塩バター450g	0.25	g
生クリーム	1.50	g
ﾊﾞｽﾞ風車ｺｼｮｰ300g	0.02	g

2026年1月26日 (月)

料理名／食品名	一人分量	単位
[牛乳]		
牛乳	1.00	本
[揚げパン(きなこ)]		
小:コッペンパン40g×10=シム	1.00	個
中:コッペンパン70g×8=シム	1.00	個
大豆白絞油	8.00	g
きなこ(丸世)シム	3.20	g
グラニュー糖	3.50	g
[ツナマヨサラダ]		
ライトツナ水煮フレーク	10.00	g
キャベツ	25.00	g
ニチレイブロックリー(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
クッキングアモト(スライス)	3.00	g
ちりめん	3.00	g
QPノエグマヨネーズ(卵不使用)	7.00	g
食塩 1kg	0.10	g
穀物酢	1.50	g
[カレーうどん]		
TM 学冷凍うどん	40.00	g
国産SPF豚モモスライスIQF	25.00	g
料理酒 1.8L	0.50	g
サラダ油 1.5kg	0.50	g
玉葱	15.00	g
にんじん	5.00	g
乾し椎茸(美都産)	0.50	g
油揚げ(カット)	3.00	g
ねぎ	1.20	g
煮干しだし	1.30	g
カレー粉(純)200g	0.05	g
ﾊﾞｽﾞ給食用ｶｰﾚｰｸN	3.00	g
シェパカーレーク	2.40	g
こいくちしょうゆ	1.00	g
三温糖	0.30	g
[ヨーグルト]		
ソフール元気ヨーグルト70g	1.00	個

※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8年1月分詳細献立表

2026年1月27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]		
水稻穀粒(精白米)	71.00	g
おおむぎ(米粒麦)	4.00	g
[赤魚の西京焼き]		
小:赤魚切身50g	1.00	切
中:赤魚切身60g	1.00	切
大和米味噌(白)1kg	4.00	g
こいくちしょうゆ	1.00	g
本みりん 1.8L	1.00	g
料理酒1.8L	1.50	g
[7 ロックリーのチーズ ソテー]		
学給用スティックベーコン 500g	10.00	g
おろし生にんにく1kgJFDA	0.30	g
料理酒1.8L	0.50	g
JFSA7ロッキーフォークEXVソテー 油	0.50	g
ニチレイプロロックリー(エ	15.00	g
キャベツ	12.00	g
にんじん	10.00	g
スーパースイートコーン	8.00	g
7 ロックリーカットチーズ 5mm	8.00	g
うすくちしょうゆ	0.80	g
埋研 コンソメS 500g	0.50	g
SB7 ラックペーパー7ピキ	0.02	g
[冬野菜のゆず塩鍋]		
鶏肉(ヒ肉ﾀﾞｲｽﾞ)2cmｶｯﾄIQF	15.00	g
料理酒1.8L	0.50	g
サラダ油 1.5kg	0.30	g
だいこん	20.00	g
にんじん	5.00	g
白菜	10.00	g
乾し椎茸(美都産)	0.20	g
えのきたけ	5.00	g
ｽｰﾌﾟｶﾞﾝﾓﾄﾞｷﾐﾆ 4～6g	20.00	g
マロニー (5cmカット)	3.00	g
水菜	3.00	g
だしパック(かつお節)	1.30	g
うすくちしょうゆ	2.00	g
食塩 1kg	0.25	g
本みりん 1.8L	1.00	g
ゆず酢	1.50	g

2026年1月28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]		
水稻穀粒(精白米)	71.00	g
おおむぎ(米粒麦)	4.00	g
[チキンカツ]		
小:チキンカツ 50g	1.00	個
中:チキンカツ 60g	1.00	個
大豆白絞油	5.00	g
[ほうれん草のごまみそ和え]		
キャベツ	25.00	g
ほうれん草	18.00	g
にんじん	8.00	g
油揚げ(カット)	4.00	g
やさしい海の細かまぼこ黄	5.00	g
すりごま(白)	1.00	g
田舎みそ(麦赤)1kg	0.50	g
こいくちしょうゆ	1.50	g
三温糖	0.30	g
[●カツ丼の具]		
にんじん	12.00	g
玉葱	35.00	g
乾し椎茸(美都産)	0.80	g
●たまご	25.00	g
代替食材:冷凍豆腐	12.00	g
ねぎ	8.00	g
だしパック(かつお節)	1.30	g
だし昆布	0.50	g
こいくちしょうゆ	5.00	g
料理酒1.8L	1.00	g
三温糖	1.00	g
馬鈴しょ澱粉1kg	1.50	g
食塩 1kg	0.10	g

2026年1月29日 (木)

料理名／食品名	一人分量	単位
[牛乳]		
牛乳	1.00	本
[菜飯75g]		
水稻穀粒(精白米)	75.00	g
三島菜めし250	1.30	g
[おむすびのり]		
おむすびころんちよのり	1.00	枚
[サケの塩焼き]		
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	0.05	g
塩糀1.2kg	5.00	g
料理酒1.8L	0.80	g
サラダ油 1.5kg	0.50	g
[即席漬け]		
キャベツ	30.00	g
きゅうり	8.00	g
にんじん	8.00	g
国産原料福神漬	7.00	g
塩昆布(ジェフサ)	0.30	g
こいくちしょうゆ	0.30	g
ごま油 1.65kg	0.80	g
[ずいどんみそ汁]		
だいこん	10.00	g
にんじん	5.00	g
じゃがいも	20.00	g
厚揚げ(サイコロ)	15.00	g
ずいどん(平型)8g(乳抜き)	32.00	g
ねぎ	1.20	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8年1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

2026年1月30日（金）

料理名／食品名	一人分量
	単位
[牛乳]	
牛乳	1.00 本
[ご飯75g]	
水稻穀粒(精白米)	75.00 g
[鯨の竜田揚げ]	
鯨竜田揚げ	50.00 g
大豆白紋油	5.00 g
[白菜の和風コールスロー]	
白菜	30.00 g
きゅうり	5.00 g
にんじん	8.00 g
スーパースイートコーン	10.00 g
チキンハム(短冊)500g	6.00 g
かつお節・細切(ニシム)	0.60 g
QP/ハエッグ マヨネーズ(卵不使用)	5.00 g
穀物酢	1.50 g
ゆず酢	0.50 g
食塩 1kg	0.10 g
ハウス 風車ソー-300g	0.02 g
[うすめめしの具]	
鶏肉(ヒレ肉ﾀｲｽ)2cmｶｯﾄIQF	13.00 g
サラダ油 1.5kg	0.50 g
料理酒1.8L	0.50 g
にんじん	8.00 g
ごぼう	5.00 g
乾し椎茸(美都産)	0.50 g
JFDA冷凍どうふ(サイコロ)ニシム	15.00 g
IQFﾀｲｽｶｯﾄ蒲鉾	5.00 g
さといも(冷凍・乱切)ニシム	20.00 g
大根葉1cmｶｯﾄ IQF	5.00 g
こいくちしょうゆ	2.00 g
うすくちしょうゆ	1.20 g
本みりん 1.8L	1.00 g
食塩 1kg	0.30 g
だしﾊｯｸ(かつお節)	1.30 g
馬鈴しょ澱粉1kg	1.60 g
[きざみのり]	
一食ちらしのり(SS)0.3g	1.00 個