

※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4年4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

2022年4月8日 金曜日

献立	ご飯		切り方
	アジのムニエル	切干大根のサラダ	
野菜のコンソメスープ			
料理名/食品名	一人分量 単位		
【牛乳・和No1】			
【牛乳】			
牛乳	1.00 本		
【米飯・和No4】			
【ご飯】			
水稲穀粒(精白米)	80.00 g		
【焼物・洋No19】			
【あじのムニエル】			
小:アジ切身150g	1.00 個	焼く	
中:アジ切身160g	1.00 個	焼く	
食塩	0.20 g		
ハウスﾄﾞﾗｽｺｼﾞｮ-300g	0.02 g		
小麦粉	1.00 g		
有塩バター450g	3.00 g		
昭和サラダ油	1.00 g		
【あえ物】			
【切干大根のサラダ】			
切干大根(益田産)	3.00 g	茹でる	
ほうれん草	15.00 g	2cm幅	
キャベツ	10.00 g	1cm幅	
にんじん	5.00 g	千切り	
チキンささみ水煮(さんれ)	8.00 g		
QPノンエッグマヨネーズ(卵不使用)	7.00 g		
こいくちしょうゆ	1.00 g		
が れいりごま(白)1kg	0.50 g	炒る/する	
食塩	0.08 g		
【汁物】			
【野菜のコンソメスープ】			
鶏肉モモ(2cm角切)ニシムラ	8.00 g		
サラダ油	0.20 g		
玉葱	20.00 g	スライス	
だいこん	10.00 g	千切り	
にんじん	5.00 g	千切り	
小松菜	10.00 g	1.5cm幅	
味コンソメJ500g	1.00 g		
うすくちしょうゆ	2.00 g		
ハウスﾄﾞﾗｽｺｼﾞｮ-300g	0.02 g		
食塩	0.10 g		

2022年4月11日 月曜日

献立	ご飯		切り方
	鶏肉のスタミナ炒め	ほうれん草ののりマヨサラダ	
わかめスープ			
料理名/食品名	一人分量 単位		
【牛乳・和No1】			
【牛乳】			
牛乳	1.00 本		
【米飯・和No4】			
【ご飯】			
水稲穀粒(精白米)	80.00 g		
【炒め物・和No36】			
【鶏肉のスタミナ炒め】			
カットレバーミニ凝粉付	15.00 g	油で揚げる	
鶏肉モモ(2cm角切)ニシムラ	30.00 g	油で揚げる	
馬鈴薯てんぷん1kg	5.00 g		
大豆白絞油	3.00 g		
国産カラーピーマン(ミックス)	7.00 g		
にら	5.00 g	2cm幅	
玉葱	10.00 g	スライス	
太もやし	25.00 g		
エリンギ	8.00 g	スライス	
ごま油	0.50 g		
オイスターソース585g	2.50 g		
こいくちしょうゆ	0.60 g		
VP本みりん	1.00 g		
食塩	0.10 g		
ハウスﾄﾞﾗｽｺｼﾞｮ-300g	0.02 g		
【あえ物】			
【ほうれん草ののりマヨサラダ】			
ほうれん草	20.00 g	1.5cm幅	
キャベツ	15.00 g	1.5cm幅	
にんじん	7.00 g	千切り	
出雲のおいしいちくわ5mm	8.00 g		
QPノンエッグマヨネーズ(卵不使用)	6.00 g		
こいくちしょうゆ	1.00 g		
もみのり	0.50 g		
【汁物・中No3】			
【わかめスープ】			
玉葱	15.00 g	スライス	
にんじん	7.00 g	千切り	
たけのこ(千切り)タイ産	15.00 g		
スクール系かまぼこ(ほぐし)	8.00 g		
カットわかめセレクト	0.50 g	もどす	
中華スープ(理研)	1.00 g		
うすくちしょうゆ	2.00 g		

2022年4月12日 火曜日

献立	麦ご飯		切り方
	ハンバーグおろしソースかけ	ハムとアーモンドのサラダ	
ほんべんのみそ汁			
料理名/食品名	一人分量 単位		
【牛乳・和No1】			
【牛乳】			
牛乳	1.00 本		
【米飯・和No3】			
【麦ご飯80g】			
水稲穀粒(精白米)	76.00 g		
おおむぎ(米粒麦)	4.00 g		
【焼物・和No36】			
【ハンバーグおろしソースかけ】			
小:国産大豆の豆腐ハンバーグ 50g	1.00 個	焼く	
中:国産大豆の豆腐ハンバーグ 60g	1.00 個	焼く	
大根おろし	10.00 g		
JF本味噌1.8L	3.00 g		
みとボン酢	7.00 g		
【あえ物・洋No16】			
【ハムとアーモンドのサラダ】			
キャベツ	20.00 g	1cm幅	
ニチレイブロックリー(エ)	12.00 g		
チキンハム(短冊)500g	10.00 g		
にんじん	5.00 g	千切り	
クッキングアーモンド(細切)500g	3.00 g	炒る	
ちりめん(ニシムラ)	1.50 g	炒る	
こいくちしょうゆ	0.40 g		
穀物酢	1.80 g		
三温糖	0.30 g		
食塩	0.20 g		
【汁物・和No86】			
【ほんべんの味噌汁】			
ほんべんおわん種(白)	15.00 g		
にんじん	5.00 g	いちょう	
玉葱	13.00 g	スライス	
小松菜	10.00 g	1.5cm幅	
木綿豆腐	13.00 g	厚1/4縦1/3	
きざみ揚げ(ニシムラ)	3.00 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		

令和4年4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

入学・進級お祝い献立/保小中連携献立

2022年4月13日水曜日

2022年4月14日木曜日

2022年4月15日金曜日

献立	麦ご飯	
	鶏肉のさっぱり煮	おからサラダ
チンゲン菜のスープ		
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No3】		
〔麦ご飯80g〕		
水稲穀粒(精白米)	76.00 g	
おむぎ(米粒麦)	4.00 g	
【煮物・和No52】		
〔鶏肉のさっぱり煮〕		
小:鶏肉モモ切身50g(材1本)	1.00 個	煮る
中:鶏肉モモ切身60g(材1本)	1.00 個	煮る
テオおろしにんにく国産	0.20 g	
JFD料理酒	3.00 g	
こいくちしょうゆ	3.00 g	
JF本味酢1.8L	3.00 g	
三温糖	0.50 g	
穀物酢	3.00 g	
水	15.00 g	
【あえ物・洋No42】		
〔おからサラダ〕		
おから(新製法)	7.00 g	
にんじん	5.00 g	千切り
キャベツ	13.00 g	1.5cm幅
きゅうり	8.00 g	輪切り
シーキン水煮ライトフレク(ニシム)	7.00 g	
スーパースイートコーン	5.00 g	
7 ロスタ イスカットチーズ 8mm	7.00 g	
穀物酢	0.80 g	
三温糖	0.50 g	
食塩	0.15 g	
QPノンエッグマヨネーズ(卵不使用)	7.00 g	
【汁物・中No18】		
〔チンゲンサイのスープ〕		
チンゲンサイ	15.00 g	2cm幅
玉葱	10.00 g	スライス
にんじん	5.00 g	いちよう
スクール系かまぼこ(ほぐし)	10.00 g	
木綿豆腐	20.00 g	厚1/4縦1/3
がやいりごま(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	
食塩	0.10 g	
馬鈴薯でんぷん1kg	1.00 g	
ごま油	0.30 g	

献立	ご飯	
	さわらの若草焼き	あすっこのおかかあえ
厚揚げのみそ汁		
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No4】		
〔ご飯〕		
水稲穀粒(精白米)	80.00 g	
【焼物】		
〔さわらの若草焼き〕		
小:さわら50g	1.00 切	焼く
中:さわら60g	1.00 切	焼く
食塩	0.20 g	
ハウスド ラスコヨ-300g	0.02 g	
QPノンエッグマヨネーズ(卵不使用)	8.00 g	
グリーンピースペースト	5.00 g	
【あえ物・和No98】		
〔あすっこのおかかあえ〕		
あすっこ	20.00 g	2cm幅
キャベツ	22.00 g	1.5cm幅
スーパースイートコーン	8.00 g	
花かつお(鰹・細切)500g	1.20 g	
こいくちしょうゆ	2.00 g	
【汁物・和No1】		
〔厚揚げのみそ汁〕		
玉葱	15.00 g	スライス
にんじん	5.00 g	いちよう
えのきたけ	10.00 g	
厚揚げ	20.00 g	縦1/3横1/3
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	
煮干しだし	3.00 g	

献立	ご飯	
	タコライス具	春色サラダ
☆ABCスープ		
お祝いいちごゼリー		
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No4】		
〔ご飯〕		
水稲穀粒(精白米)	80.00 g	
【炒め物・洋No17】		
〔タコライスの具〕		
豚もも肉ミンチ	35.00 g	
テオおろしにんにく国産	0.30 g	
JFレクソフイン(赤)1.8L	1.00 g	
リケンサラダ油1.5kg	0.50 g	
テオ豆板醤1kg	0.25 g	
キャベツ	20.00 g	1.5cm幅
玉葱	20.00 g	スライス
おきえだまめ500g	5.00 g	
冷凍カットトマト	25.00 g	
カ マイルト トマトチップ 3kg	10.00 g	
トマトビュレ(食塩無添加3k	5.00 g	
味コンソメJ500g	1.00 g	
カレー粉(純)200g	0.20 g	
三温糖	1.00 g	
JFスターソースエクゼレント1.8L	1.00 g	
食塩	0.05 g	
7 ロスタ イスカットチーズ 8mm	10.00 g	
【あえ物・洋No30】		
〔春色サラダ〕		
キャベツ	18.00 g	1.5cm幅
ニチレイブロックリー(エ	15.00 g	
にんじん	5.00 g	千切り
スーパースイートコーン	6.00 g	
シーキン水煮ライトフレク(ニシム)	7.00 g	
リケンサラダ油1.5kg	0.50 g	
うすくちしょうゆ	2.10 g	
穀物酢	2.00 g	
三温糖	0.70 g	
【汁物・洋No23】		
〔☆ABCスープ〕		
小松菜	10.00 g	1.5cm幅
玉葱	15.00 g	スライス
にんじん	7.00 g	いちよう
マカロニ(アルファベット)500g	4.50 g	
エリンギ	8.00 g	千切り
味コンソメJ500g	1.00 g	
うすくちしょうゆ	2.00 g	
【菓子・寄物・和No5】		
〔お祝いいちごゼリー〕		
ベスト お祝いいちごゼリー	1.00 個	

令和4年4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

世界の味めぐり献立(中国)

2022年4月18日月曜日

2022年4月19日火曜日

益田の食育の日

2022年4月20日水曜日

献立	ロールパン	
	鯨肉のから揚げ	花野菜のレモンドレッシングサラダ
スパゲッティミートソース		
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	
【普通パン・和No7】		
【ロールパン】		
THすこやかロール40g	1.00 個	
【揚げ物】		
【鯨肉のから揚げ】		
鯨電田揚	45.00 g	油で揚げる
大豆白絞油	4.00 g	
【あえ物・洋No36】		
【花野菜のレモンドレッシングサラダ】		
ニチレイプロッコー(エ)	15.00 g	
カリフラワー(ニシムラ)	15.00 g	
にんじん	5.00 g	千切り
キャベツ	12.00 g	1.5cm幅
クッキングアーマント(細切)500g	3.00 g	炒る
三温糖	0.60 g	
穀物酢	1.50 g	
こいくちしょうゆ	1.80 g	
ソリアモン100(720ml)ニシムラ	0.50 g	
JFDEXクアーツオーブンオイル	0.50 g	
【主食併用麺】		
【スパゲッティミートソース】		
パコスハゲティハリュール71.6mm	27.00 g	茹でる
国産SPF豚ミンチIQF	15.00 g	
国産牛肉モモミンチIQF	15.00 g	
玉葱	45.00 g	スライス
にんじん	7.00 g	千切り
カゴメマイルドトマトチップ3kg	15.00 g	
冷凍カットトマト	6.00 g	
味コンソメJ500g	1.00 g	
食塩	0.15 g	
リケンサラダ油1.5kg	0.20 g	

献立	麦ご飯	
	いわしのおかか煮	切干大根の中華炒め
鶏つくね汁		
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No3】		
【麦ご飯80g】		
水稲穀粒(精白米)	76.00 g	
おおむぎ(米粒麦)	4.00 g	
【ゆて物・和No14】		
【いわしのおかか煮】		
小:いわしおかか煮(真空)40g	1.00 個	
中:いわしおかか煮(真空)50g	1.00 個	
【炒め物・中No5】		
【切干大根の中華炒め】		
カットベーコンIQF500g	10.00 g	
乾し椎茸(美都産)	0.60 g	もどす
切干大根(益田産)	3.50 g	茹でる
玉葱	10.00 g	スライス
にんじん	5.00 g	千切り
小松菜	10.00 g	2cm幅
中華スープ	0.50 g	
こいくちしょうゆ	1.00 g	
VP本みりん	1.00 g	
ごま油	0.30 g	
【汁物・和No16】		
【鶏つくね汁】		
鶏つくね	25.00 g	
木綿豆腐	20.00 g	厚1/4縦1/3
IQFいちよう切り蒲鉾	8.00 g	
にんじん	5.00 g	いちよう
えのきたけ	8.00 g	
ねぎ	3.00 g	小口切り
うずくちしょうゆ	2.00 g	
こいくちしょうゆ	1.00 g	
だしパック(かつお節)	1.20 g	
食塩	0.15 g	

献立	麦ご飯	
	シューマイ(小中2個)	フルーツ杏仁
マーボー豆腐		
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No3】		
【麦ご飯80g】		
水稲穀粒(精白米)	76.00 g	
おおむぎ(米粒麦)	4.00 g	
【蒸し物】		
【シューマイ(小中2個)】		
TM鉄腕豚肉焼売Fe(28g)	2.00 個	蒸す
【その他・和No9】		
【フルーツ杏仁】		
やわらか杏仁豆腐	40.00 g	
パコロアマミツサリミカノ産	10.00 g	
パコ黄桃イカット1.5kg	10.00 g	
フルーツバック(パイン)パック	15.00 g	
バナナ	10.00 g	スライス
【煮物・中No12】		
【マーボー豆腐】		
豚もも肉ミンチ	22.00 g	
チオ国産生おろし生姜	0.25 g	
チオおろしにんにく国産	0.20 g	
JFD料理酒	1.00 g	
チオ豆板醤1kg	0.20 g	
昭和サラダ油	0.25 g	
にんじん	15.00 g	7mm1つゆ
玉葱	30.00 g	サイコロ
乾し椎茸(美都産)	0.70 g	もどす
木綿豆腐(サイコロ)	45.00 g	
JFD冷凍とうふ(サイコロ)ニシムラ	40.00 g	
チンゲンツァイ	8.00 g	2cm幅
備前中味噌	2.00 g	
備前白上味噌	2.00 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)	0.70 g	
JFD料理酒	1.00 g	
JF本味酢1.8L	1.00 g	
馬鈴薯でんぷん1kg	1.60 g	
水	25.00 g	

令和4年4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

2022年4月21日木曜日

献立	わかめご飯	
	高野豆腐オランダ煮	こんにやくサラダ
たけのこのみそ汁		
料理解名/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】		
【わかめご飯】		
水稻穀粒(精白米)	80.00 g	
わかめごはんの素(減塩)	2.50 g	
【煮物・和No49】		
【高野豆腐オランダ煮】		
JFDこうや豆腐	6.00 g	
馬鈴薯でんぷん1kg	4.00 g	
大豆白絞油	3.00 g	
鶏肉モモ(2cm角切)ニシムラ	20.00 g	
にんじん	10.00 g	7mm仔ヨリ
じゃがいも	15.00 g	サイコロ
玉葱	20.00 g	スライス
むきえだまめ500g	5.00 g	
昭和サラダ油	0.80 g	
うすくちしょうゆ	1.80 g	
三温糖	1.20 g	
煮干しだし	1.00 g	
【あえ物・和No78】		
【こんにやくサラダ】		
小松菜	15.00 g	1.5cm幅
太もやし	13.00 g	
突きこんにやく	15.00 g	茹でる
シーチキン水煮(1パック)ニシムラ	7.00 g	
ちりめん(ニシムラ)	2.00 g	炒る
三温糖	0.50 g	
こいくちしょうゆ	2.00 g	
穀物酢	2.00 g	
JFS純正ごま油	0.50 g	
【汁物・和No62】		
【筍のみそ汁】		
にんじん	8.00 g	いちょう
えのきたけ	8.00 g	
たけのこ(ゆで)	10.00 g	短冊切り
たけのこ(短冊)タイ産	5.00 g	
木綿豆腐(サイコロ)	15.00 g	
きざみ揚げ(ニシムラ)	3.00 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	

2022年4月22日金曜日

献立	ご飯	
	シイラのパン粉焼き	ひじきのマリネ
ミネストローネ		
料理解名/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No4】		
【ご飯】		
水稻穀粒(精白米)	80.00 g	
【焼物】		
【シイラのパン粉焼き】		
小:シイラ切身50g	1.00 個	焼く
中:シイラ切身60g	1.00 個	焼く
食塩	0.20 g	
ハウストマトソース-300g	0.02 g	
クラスメイト(粉チーズ)500g	1.50 g	
バジル(粉)	0.43 g	
乾燥パン粉フレークス	1.00 g	
【あえ物・洋No23】		
【ひじきのマリネ】		
芽ひじき1kg韓国産	1.00 g	茹でる
小松菜	18.00 g	1.5cm幅
ニチレイブロッコリー(エ)	12.00 g	
にんじん	5.00 g	千切り
チキンハム(短冊)500g	7.00 g	
三温糖	0.80 g	
穀物酢	2.50 g	
ハウストマトソース-300g	0.02 g	
食塩	0.30 g	
リケンサラダ油1.5kg	0.60 g	
【汁物・洋No3】		
【ミネストローネ】		
鶏肉モモ(2cm角切)ニシムラ	10.00 g	
チオオろしにんにく国産	0.19 g	
JFレクションワイン(赤)1.8L	1.00 g	
リケンサラダ油1.5kg	0.50 g	
玉葱	15.00 g	サイコロ
にんじん	8.00 g	いちょう
冷凍カットトマト	15.00 g	
キャベツ	15.00 g	1.5cm幅
国産大豆水煮	10.00 g	
味コンソメJ500g	1.00 g	
コママルトトマトチップ 3kg	10.00 g	
トマトビュレ(食塩無添加3k)	10.00 g	
三温糖	0.20 g	
クラスメイト(粉チーズ)500g	1.00 g	

2022年4月25日月曜日

献立	ご飯	
	メバルの甘酢あんかけ	れんこんきんぴら
さつま汁		
料理解名/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No4】		
【ご飯】		
水稻穀粒(精白米)	80.00 g	
【揚げ物・和No92】		
【メバルの甘酢あんかけ】		
メバル小口切(粉付)	40.00 g	油で揚げる
大豆白絞油	4.00 g	
玉葱	10.00 g	スライス
にんじん	3.00 g	千切り
青ピーマン	3.00 g	スライス
JFD料理酒	1.00 g	
三温糖	1.50 g	
JF本味酢1.8L	0.50 g	
チオ国産生おろし生姜	0.25 g	
穀物酢	2.25 g	
こいくちしょうゆ	3.00 g	
水	10.00 g	
【炒め物・和No9】		
【れんこんきんぴら】		
れんこん水煮(いちょう)	20.00 g	
突きこんにやく	10.00 g	
むきえだまめ500g	10.00 g	
ごぼう	8.00 g	輪切り
さつまあげ(玉ねぎ)40g	7.00 g	スライス
か・わりごま(白)1kg	1.00 g	
こいくちしょうゆ	1.50 g	
三温糖	1.00 g	
JFD料理酒	1.00 g	
リケンサラダ油1.5kg	0.20 g	
【汁物・和No6】		
【さつま汁】		
鶏肉モモ(2cm角切)	20.00 g	
JFD料理酒	1.00 g	
リケンサラダ油1.5kg	0.25 g	
にんじん	10.00 g	いちょう
玉葱	20.00 g	スライス
じゃがいも	20.00 g	サイコロ
木綿豆腐	15.00 g	厚1/4縦1/3
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	

令和4年4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

吉田小の外国語の学習で考えたカレー献立

2022年4月26日火曜日

2022年4月27日水曜日

保小中連携献立

2022年4月28日木曜日

献立	麦ご飯		一人分量 単位	切り方
	豚肉のしょうが焼き	アスパラ入りごまマヨサラダ のっぺい汁		
料理名/食品名				
【牛乳・和No1】				
【牛乳】				
牛乳			1.00 本	
【米飯・和No3】				
【麦ご飯80g】				
水稻穀粒(精白米)			76.00 g	
おおむぎ(米粒麦)			4.00 g	
【炒め物・和No8】				
【豚肉のしょうが焼き】				
国産SPF豚ももスライスIQF			40.00 g	
玉葱			35.00 g	スライス
にんじん			10.00 g	千切り
太もやし			15.00 g	
テオ・国産生おろし生姜			1.00 g	
こいくちしょうゆ			4.00 g	
JF本味酢1.8L			1.60 g	
三温糖			0.70 g	
JF料理酒1.8L			1.30 g	
昭和サラダ油			0.20 g	
【あえ物】				
【アスパラ入りごまマヨサラダ】				
チキンハム(短冊)500g			5.00 g	
スーパースイートコーン			5.00 g	
キャベツ			15.00 g	1.5cm幅
きゅうり			10.00 g	輪切り
グリーンアスパラ(カット)			15.00 g	
か やいりごま(白)1kg			1.00 g	炒る/する
QPノンエッグマヨネーズ(卵不使用)			7.00 g	
ハウスド ラスコショ-300g			0.02 g	
うすくちしょうゆ			0.30 g	
食塩			0.20 g	
【汁物・和No68】				
【のっぺい汁】				
厚揚げ(サイコロ)			15.00 g	
さといも(冷凍・乱切)ニムラ			15.00 g	
だいこん			10.00 g	いちよう
にんじん			5.00 g	いちよう
板こんにゃく			8.00 g	厚1/2縦1/4
乾し椎茸(美都産)			0.30 g	もどす
ねぎ			3.00 g	小口切り
食塩			0.30 g	
こいくちしょうゆ			3.00 g	
馬鈴薯でんぷん1kg			1.00 g	
だしパック(かつお節)			1.20 g	

献立	麦ご飯		一人分量 単位	切り方
	鮭の西京焼き	納豆和え		
料理名/食品名				
【牛乳・和No1】				
【牛乳】				
牛乳			1.00 本	
【米飯・和No3】				
【麦ご飯80g】				
水稻穀粒(精白米)			76.00 g	
おおむぎ(米粒麦)			4.00 g	
【焼物】				
【さけの西京焼き】				
小:秋鮭(ピンク)切身50g			1.00 個	焼く
中:秋鮭(ピンク)切身60g			1.00 個	焼く
備前白上味噌			4.00 g	
こいくちしょうゆ			1.00 g	
VP本みりん			1.00 g	
JFSV料理酒1.8L			1.00 g	
【あえ物・和No85】				
【納豆和え(連携)】				
刈ひきわり納豆(特判)			8.00 g	
小松菜			15.00 g	2cm幅
キャベツ			25.00 g	1cm幅
にんじん			6.00 g	千切り
か やいりごま(白)1kg			0.80 g	炒る/する
もみのり			1.00 g	
こいくちしょうゆ			2.50 g	
【汁物・和No2】				
【わかたけ汁】				
たけのこ(短冊)タイ産			5.00 g	
たけのこ(ゆで)			10.00 g	短冊切り
玉葱			15.00 g	いちよう
にんじん			5.00 g	いちよう
えのきたけ			8.00 g	
IQFいちよう切り蒲鉾			8.00 g	
カットわかめセレクト			0.50 g	もどす
だしパック(かつお節)			1.20 g	
だし昆布			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	

献立	ご飯		一人分量 単位	切り方
	かぼちゃコロッケ	海藻サラダ		
料理名/食品名				
【牛乳・和No1】				
【牛乳】				
牛乳			1.00 本	
【米飯・和No4】				
【ご飯】				
水稻穀粒(精白米)			80.00 g	
【揚げ物・洋No14】				
【かぼちゃコロッケ(小40,中60)】				
小:国産かぼちゃ肉74140g			1.00 個	油で揚げる
中:国産かぼちゃ肉74160g			1.00 個	油で揚げる
大豆白絞油			4.00 g	
【あえ物・和No42】				
【海藻サラダ】				
キャベツ			20.00 g	1cm幅
きゅうり			15.00 g	輪切り
にんじん			5.00 g	千切り
ちりめん(ニシムラ)			2.00 g	炒る
海藻サラダGS100g			0.50 g	もどす
JFDノンオイルドレッシング 青			4.50 g	
【丼物・カレー等】				
【ミンチトマトカレー】				
豚もも肉ミンチ			15.00 g	
国産牛肉ももミンチIQF			20.00 g	
GS料理用ワイン(赤)1.8L			1.00 g	
リッパサラダ油1.5kg			0.50 g	
エリンギ			8.00 g	スライス
玉葱			35.00 g	スライス
にんじん			10.00 g	いちよう
ほうれん草			10.00 g	3cm幅
ニチレイブロッコリー(エ)			10.00 g	
冷凍カットトマト			15.00 g	
ハウス給食用カレーフレークN			12.00 g	
シェパルカレー			4.00 g	
カゴ マイルド トマトチップ 3kg			5.00 g	
JFワスターソースエクセレント1.8L			1.50 g	