

平成29年12月分詳細献立表

美都学校給食共同調理場

●卵・卵由来成分を含む

2017年12月1日 金曜日

2017年 12月4日 月曜日

2017年 12月5日 火曜日

献立	ごはん	
	揚げぶり大根煮	しらすのおひたし
具沢山生姜汁		
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]		
水稻穀粒(精白米)	80.00 g	
【煮物・和No1】		
[揚げぶり大根煮]		
ブリ角切 (スキんレス)	35.00 g	
こいくちしょうゆ	2.00 g	
JFD 料理酒	1.00 g	
JF 本味酢 1.8L	0.80 g	
馬鈴薯でんぷん1kg	5.00 g	
大豆白絞油	3.00 g	
だいこん	40.00 g	乱切り
JF 本味酢 1.8L	2.50 g	
こいくちしょうゆ	3.00 g	
JFD 料理酒	1.00 g	
三温糖	0.90 g	
だし昆布	1.00 g	
【あえ物・和No37】		
[おひたし(しらす)]		
キャベツ	30.00 g	せん切り
小松菜	20.00 g	4cm幅
ちりめん	2.00 g	
こいくちしょうゆ	2.00 g	
【汁物・和No15】		
[具だくさんしょうが汁]		
豚肉(モモ肉小切)	10.00 g	
厚揚げ	20.00 g	コロコロ
板こんにゃく	12.00 g	手でちぎる
にんじん	12.00 g	コロコロ
玉葱	12.00 g	くし形切り
ねぎ	4.00 g	小口切り
しょうが	0.40 g	おろす
煮干しだし	3.00 g	
こいくちしょうゆ	2.00 g	
馬鈴薯でんぷん1kg	1.00 g	
サラダ油	0.50 g	

献立	ごはん	
	ポークチャップ	いそかあえ
さつまいも団子汁		
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]		
水稻穀粒(精白米)	80.00 g	
【炒め物・和No16】		
[ポークチャップ]		
豚肉(こま切れ)	50.00 g	
JF セレクションワイン(赤)1.8L	1.00 g	
昭和 サラダ油 1.5kg	0.20 g	
玉葱	30.00 g	乱切り
パセリ	1.00 g	みじんぎり
食塩	0.20 g	
コシヨー(純)200g	0.02 g	
カメマイルトトマトチャップ 3kg	10.00 g	
トマトピューレ(食塩無添加3k	5.00 g	
JF ウスターソース エキセント1.8L	3.00 g	
【あえ物・和No12】		
[磯香和え(益)]		
ほうれん草	20.00 g	4cm幅
キャベツ	30.00 g	千切り
にんじん	6.40 g	せん切り
スクール糸かまぼこ(ほぐし)	8.00 g	
素干し風焼のり 50g	0.50 g	
こいくちしょうゆ	1.50 g	
【汁物・和No161】		
[さつまいも団子汁]		
さつまいも	20.00 g	スチコン
馬鈴薯でんぷん1kg	5.00 g	
スキムミルク	4.00 g	
薄力小麦粉1kg	3.00 g	
にんじん	8.00 g	短冊切り
ねぎ	7.00 g	小口切り
ぶなしめじ	10.00 g	小房に分け
油揚げ	2.00 g	短冊切り
やさしい海ハートスライスなると	6.00 g	
みそ	8.00 g	
煮干しだし	3.00 g	

献立	ごはん	
	たらのきのこ蒸し	いか大根煮
豚汁		
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]		
水稻穀粒(精白米)	80.00 g	
【焼物】		
[たらのきのこ蒸し]		
まだら切身 40g	1.00 個	
食塩	0.30 g	
コシヨー(純)200g	0.01 g	
ぶなしめじ	10.00 g	小房に分け
えのきたけ	8.00 g	
玉葱	8.00 g	半月スライス
ケンノンエッグマヨネーズタイプ 1kg	10.00 g	
みそ	1.00 g	
舟形おかずカップ中	1.00 個	
【煮物・和No23】		
[いか大根煮]		
いか耳短冊(1.5cm)	15.00 g	
だいこん	55.00 g	厚いちよう
にんじん	15.00 g	厚いちよう
インゲン500g	5.00 g	2.5cm幅
こいくちしょうゆ	3.60 g	
三温糖	0.80 g	
JF 本味酢 1.8L	0.50 g	
煮干しだし	1.20 g	
【汁物・和No3】		
[豚汁]		
豚肉(モモ肉小切)	18.00 g	
JFD 料理酒	1.00 g	
昭和 サラダ油 1.5kg	0.50 g	
にんじん	10.00 g	いちよう
ごぼう	7.00 g	ささがき
白菜	20.00 g	さいの目
板こんにゃく	10.00 g	手でちぎる
木綿豆腐	15.00 g	コロコロ
油揚げ	3.00 g	短冊切り
ねぎ	5.00 g	小口切り
煮干しだし	3.00 g	
みそ	10.00 g	

平成29年12月分詳細献立表

美都学校給食共同調理場

●卵・卵由来成分を含む

2017年12月6日 水曜日

2017年12月7日 木曜日

2017年 12月8日 金曜日

献立	麦ご飯	
	チキンチキンごぼう	かぶと小松菜の甘酢和え
●ふわふわスープ		
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	
おおむぎ(米粒麦)	4.00 g	
【揚げ物】		
[チキンチキンごぼう]		
鶏若鶏肉胸(皮付き)	55.00 g	
馬鈴薯でんぷん1kg	4.00 g	
ごぼう	20.00 g	斜め小口
米粉	5.00 g	
JFD 料理酒	1.00 g	
JF 本味酢 1.8L	0.50 g	
三温糖	2.00 g	
こいくちしょうゆ	3.00 g	
【あえ物・和No1】		
[かぶと小松菜の甘酢和え]		
小松菜	20.00 g	4cm幅
かぶ	30.00 g	スライス
出雲のおいしいちくわ	7.00 g	半月スライス
穀物酢	2.70 g	
三温糖	0.50 g	
うすくちしょうゆ	1.00 g	
食塩	0.20 g	
【汁物・洋No37】		
●ふわふわスープ		
じゃがいも	25.00 g	コロコロ
玉葱	15.00 g	コロコロ
にんじん	5.00 g	コロコロ
無添加ポークウインナー	10.00 g	
パセリ	1.00 g	みじん切り
●たまご	13.00 g	割りほぐす
エダムパウダー	2.00 g	
パン粉 1kg	2.00 g	
味 コンソメJ 500g	1.00 g	
うすくちしょうゆ	2.00 g	
コシヨー(純) 200g	0.02 g	
サラダ油	0.50 g	

献立	ごはん	
	鮭西京焼き	お豆とポテトのチーズ煮
沢煮椀		
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・和No2】		
[鮭西京焼き]		
(小)サケ切身40g	1.00 個	
(中)サケ切身50g	1.00 個	
JFD 料理酒	2.00 g	
食塩	0.12 g	
大和米味噌(白)1kg	4.00 g	
こいくちしょうゆ	1.00 g	
JF 本味酢 1.8L	1.00 g	
【煮物・洋No3】		
[お豆とポテトのチーズ煮]		
フィンインナー(スライス)5mm	18.00 g	
角切チーズ8mm	10.80 g	
スーパースイートコーン	7.20 g	
ミックスビーンズ	10.80 g	
じゃがいも	36.00 g	コロコロ
にんじん	5.76 g	コロコロ
玉葱	10.80 g	コロコロ
パセリ	0.36 g	みじん切り
味 コンソメJ 500g	0.36 g	
昭和 サラダ油 1.5kg	0.40 g	
【汁物・和No150】		
[沢煮椀]		
マロニー(5cmカット)	3.00 g	
豚モモ(こま切れ)	10.00 g	
昭和 サラダ油 1.5kg	0.50 g	
ねぎ	10.00 g	斜め小口
ごぼう	10.00 g	せん切り
にんじん	8.00 g	せん切り
だいこん	10.00 g	せん切り
食塩	0.25 g	
こいくちしょうゆ	1.50 g	
削り節上雪バラ500g	2.00 g	
だし昆布	1.00 g	
コシヨー(純) 200g	0.02 g	

献立	ごはん	
	カレーの姿揚げ	ほうれん草の白和え
肉団子スープ		
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No4】		
[ご飯]		
水稲穀粒(精白米)	80.00 g	
【揚げ物・和No17】		
[カレーの姿揚げ]		
(小)生干カレー50g	1.00 個	
(中)生干カレー60g	1.00 個	
馬鈴薯でんぷん1kg	4.00 g	
大豆白絞油	5.00 g	
【あえ物・和No62】		
[ほうれん草の白和え]		
ほうれん草	22.00 g	4cm幅
にんじん	7.00 g	せん切り
板こんにゃく	11.00 g	細い短冊
干し椎茸(美都産)	1.00 g	下味
こいくちしょうゆ	0.50 g	
三温糖	0.50 g	
冷凍白和えの素	18.00 g	
すりごま(白)	1.00 g	
こいくちしょうゆ	1.50 g	
三温糖	0.55 g	
【汁物・和No88】		
[肉団子スープ]		
にんじん	10.00 g	いちょう
ケンシ はるさめS国産1kg	4.00 g	
白菜	15.00 g	さいの目
えのきたけ	10.00 g	
野菜入り肉団子	20.00 g	
チンゲンツァイ	12.00 g	さいの目
中華スープ	0.80 g	
うすくちしょうゆ	2.00 g	

平成29年12月分詳細献立表

美都学校給食共同調理場

●卵・卵由来成分を含む

2017年12月11日 月曜日

2017年12月12日 火曜日

2017年 12月13日 水曜日

献立	ごはん	
	蒸し鶏ごまだれかけ	にしめ
かぼちゃのみそ汁		
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]		
水稻穀粒(精白米)	80.00 g	
【蒸し物・和No24】		
[蒸し鶏ごまだれかけ]		
鶏肉モモ切身IQF 60g	1.00 個	スチコン
JFD 料理酒	2.50 g	
みそ	3.00 g	
三温糖	1.00 g	
JF 本味酢 1.8L	2.00 g	
水	5.00 g	
かき いりごま(白)1kg島米	1.00 g	
【煮物・和No70】		
[にしめ]		
乾燥むすびめ	3.00 g	戻しておく
だいこん	30.00 g	厚いちょう
板こんにゃく	20.00 g	手でちぎる
にんじん	15.00 g	厚いちょう
出雲のおいしいちくわ	10.00 g	斜め小口
こいくちしょうゆ	1.50 g	
うすくちしょうゆ	0.50 g	
JF 本味酢 1.8L	0.50 g	
三温糖	0.70 g	
煮干しだし	1.00 g	
【汁物・和No37】		
[かぼちゃのみそ汁]		
かぼちゃ	25.00 g	コロコロ
白菜	20.00 g	1.5cm幅
ねぎ	7.00 g	小口切り
ぶなしめじ	13.00 g	小房に分け
みそ	10.00 g	
煮干しだし	3.00 g	

献立	ごはん	
	里芋のそぼろ煮	おからサラダ
みそワントンスープ		
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No4】		
[ご飯]		
水稻穀粒(精白米)	80.00 g	
【煮物】		
[里いものそぼろ煮]		
鶏肉モモミンチ	20.00 g	
さといも	70.00 g	乱切り
にんじん	20.00 g	乱切り
グリーンピース	5.00 g	
しょうが	3.00 g	荒みじん
三温糖	1.00 g	
こいくちしょうゆ	3.00 g	
JF 本味酢 1.8L	1.00 g	
馬鈴薯でんぷん1kg	1.00 g	
昭和 サラダ油 1.5kg	0.50 g	
【あえ物・洋No12】		
[おからサラダ]		
おから(新製法)	10.00 g	スチコン
にんじん	5.00 g	コロコロ
キャベツ	18.00 g	せん切り
きゅうり	15.00 g	小口切り
ハコ シーキンオイル無添加Lフレーク	5.00 g	
スーパースイートコーン	7.00 g	
穀物酢	0.80 g	
三温糖	0.50 g	
食塩	0.15 g	
ケン ノエッグマヨネーズタイプ 1kg	6.00 g	
【汁物】		
[みそワントンスープ]		
しゅうまいの皮	3.00 g	
豚肉(モモ肉小切)	10.00 g	
昭和 サラダ油 1.5kg	0.50 g	
玉葱	20.00 g	半月スライス
にんじん	8.00 g	ひし形
もやし	10.00 g	
ねぎ	5.00 g	小口切り
みそ	8.00 g	
中華スープ	0.50 g	
コシヨー(純)200g	0.02 g	

献立	麦ごはん	
	はんぺんの磯部揚げ	白菜のゆず酢和え
根菜カレー		
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	
【揚げ物】		
[はんぺんの磯部揚げ]		
冷凍はんぺん50g	1.00 個	
薄力小麦粉1kg	3.50 g	
馬鈴薯でんぷん1kg	3.50 g	
青のり粉100g	0.08 g	
大豆白絞油	2.50 g	
水	7.00 g	
【あえ物】		
[白菜のゆず酢和え]		
白菜	50.00 g	スライス
だいこん	25.00 g	せん切り
にんじん	5.00 g	せん切り
乾燥若布(さんれい)	0.50 g	戻しておく
三温糖	1.20 g	
食塩	0.40 g	
穀物酢	3.00 g	
ゆず酢	1.00 g	
【丼物・カレー等・和No6】		
[根菜カレー]		
豚肉(モモ肉小切)	20.00 g	
にんにく	0.30 g	みじん切り
JF セレクションワイン(赤)1.8L	1.00 g	
昭和 サラダ油 1.5kg	0.20 g	
冷凍カットトマト	15.00 g	
玉葱	30.00 g	乱切り
にんじん	15.00 g	乱切り
レンコン水煮(乱切)	20.00 g	
ごぼう	10.00 g	乱切り
エリンギ	10.00 g	乱切り
ハウス 給食用カレーフレークN	12.00 g	
ジェフサ カレーフレーク	4.00 g	
カゴメ マルトトマトチップ 3kg	5.00 g	
JF ウスターソース エキセント1.8L	1.50 g	

平成29年12月分詳細献立表

美都学校給食共同調理場

●卵・卵由来成分を含む

2017年 12月14日 木曜日

2017年 12月15日 金曜日

2017年 12月 18日 月曜日

献立	ごはん	
	小エビと大豆のごまがらめ	スパゲティサラダ
ポトフ		
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]		
水稻穀粒(精白米)	80.00 g	
【揚げ物・和No14】		
[小エビと大豆のごまがらめ]		
から揚げえび	25.00 g	
蒸し大豆500g	20.00 g	
馬鈴薯でんぷん1kg	4.00 g	
大豆白絞油	4.00 g	
こいくちしょうゆ	0.60 g	
三温糖	1.20 g	
JFD 料理酒	0.80 g	
かき いりごま(白)1kg島米	1.00 g	
【あえ物・洋No19】		
[スパゲティサラダ]		
スパゲティ(リネーパ)1.6mm	5.00 g	茹でる
キャベツ	20.00 g	せん切り
スーパースイートコーン	5.00 g	
きゅうり	10.00 g	小口切り
チキンハム(短冊)500g	5.00 g	
ケンノンエックマヨネーズタイプ1kg	10.00 g	
コシヨー(純)200g	0.02 g	
食塩	0.20 g	
【汁物】		
[ポトフ]		
鶏肉モモ(2cm角)	20.00 g	
チキンインナースキンス(スライス)5mm	9.00 g	
じゃがいも	30.00 g	乱切り
キャベツ	20.00 g	さいの目
玉葱	20.00 g	くし形切り
にんじん	10.00 g	乱切り
セロリー	5.00 g	せん切り
パセリ	0.50 g	みじん切り
味コンソメJ 500g	1.00 g	
うすくちしょうゆ	2.00 g	
コシヨー(純)200g	0.02 g	
昭和 サラダ油 1.5kg	0.50 g	

献立	ごはん	
	タンドリーチキン	カリコリスアラダ
お豆のポタージュ		
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]		
水稻穀粒(精白米)	80.00 g	
【焼物・洋No7】		
[タンドリーチキン]		
鶏若鶏肉胸(皮付き)	55.00 g	
食塩	0.25 g	
コシヨー(純)200g	0.02 g	
ヨーグルト(全脂無糖)	6.00 g	
カゴメ マルトトマトケチャップ 3kg	4.00 g	
カレー粉(純)200g	0.10 g	
にんにく	0.40 g	おろす
【あえ物】		
[カリコリスアラダ]		
ブロッコリー	20.00 g	小房に分ル
カリフラワー(セレクト)IQF	20.00 g	
スーパースイートコーン	10.00 g	
ノンオイル無添加フレク	9.00 g	
かき いりごま(白)1kg	1.00 g	
穀物酢	2.00 g	
食塩	0.40 g	
こいくちしょうゆ	0.50 g	
三温糖	0.20 g	
【汁物・洋No14】		
[お豆のポタージュ]		
カットベーコンIQF500g	7.00 g	
昭和 サラダ油 1.5kg	0.20 g	
玉葱	20.00 g	コロコロ
じゃがいも	20.00 g	コロコロ
にんじん	10.00 g	コロコロ
蒸し白インゲン豆 1kg	8.00 g	
大豆水煮 ジェフサ	10.00 g	
むきえだまめ500g	8.00 g	
するりん白花	10.00 g	
味コンソメJ 500g	1.00 g	
コシヨー(純)200g	0.02 g	
米粉	5.00 g	
牛乳(料理用)	20.00 g	
スキムミルク	1.50 g	
調理用バター200g	1.00 g	
食塩	0.10 g	

献立	ごはん	
	鶏肉と大根の照り煮	小松菜のおひたし
甘鯛つみれ汁		
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]		
水稻穀粒(精白米)	80.00 g	
【煮物】		
[鶏肉と大根の照り煮]		
鶏肉モモ(2cm角切)	40.00 g	
しょうが	3.00 g	せん切り
JFS 純正ごま油	0.20 g	
だいこん	55.00 g	拍子切り
にんじん	10.00 g	拍子切り
干し椎茸(美都産)	0.80 g	戻しておく
JF 本味酢 1.8L	0.80 g	
オイスターソース 480g	2.00 g	
テオ 豆板醬 1kg	0.08 g	
こいくちしょうゆ	2.00 g	
うすくちしょうゆ	0.80 g	
【あえ物】		
[小松菜のおひたし]		
小松菜	20.00 g	4cm幅
キャベツ	30.00 g	せん切り
スクール糸かまぼこ(ほぐし)	10.00 g	スチコン
こいくちしょうゆ	2.00 g	
【汁物】		
[甘鯛つみれ汁]		
じゃがいも	20.00 g	いちよう
白菜	20.00 g	さいの目
甘鯛ボール約8g	30.00 g	
えのきたけ	8.00 g	
ねぎ	5.00 g	小口切り
煮干しだし	3.00 g	
みそ	10.00 g	

平成29年12月分詳細献立表

美都学校給食共同調理場

●卵・卵由来成分を含む

2017年12月19日 火曜日

2017年12月20日 水曜日

2017年12月21日 木曜日

献立	ごはん	
	平つくね	おかかあえ
ミネストローネ		
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]		
水稻穀粒(精白米)	80.00 g	
【蒸し物・和No7】		
[平つくね]		
鶏と根菜の平つくね50	1.00 個	スチコン
【あえ物・和No49】		
[おかか和え(白菜・法連草)]		
小松菜	30.00 g	4cm幅
白菜	40.00 g	せん切り
にんじん	5.00 g	せん切り
花かつお(鯉・細切)500g	1.50 g	
こいくちしょうゆ	2.00 g	
【汁物・和No200】		
[ミネストローネ]		
豚肉(モモ肉小切)	20.00 g	
にんにく	0.20 g	みじん切り
JF セレクションワイン(赤)1.8L	1.00 g	
昭和 サラダ油 1.5kg	0.50 g	
スーパースイートコーン	5.00 g	
大豆水煮 ジェフサ	10.00 g	
玉葱	15.00 g	コロコロ
にんじん	8.00 g	コロコロ
冷凍カットトマト	15.00 g	
キャベツ	15.00 g	さいの目
かぶ	15.00 g	コロコロ
味 コンソメJ 500g	1.00 g	
カゴメ マルトトマトチップ 980g	10.00 g	
トマトピューレ(食塩無添加3k	14.00 g	
クラスメイト500g	1.00 g	

献立	麦ご飯	
	さばの塩麹味噌焼き	●パンサンスー
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・和No35】		
[さばの塩麹みそ焼き]		
さば塩麹味噌漬 50g	1.00 個	スチコン
【あえ物・中No1】		
[●パンサンスー]		
ケンシ はるさめS国産1kg	5.00 g	茹でる
ハコ シーキンオイル無添加Lフレク	4.50 g	
小松菜	8.00 g	4cm幅
にんじん	5.00 g	せん切り
キャベツ	15.00 g	せん切り
●錦糸卵(真空)500g	5.00 g	茹でる
食塩	0.10 g	
三温糖	0.60 g	
こいくちしょうゆ	1.20 g	
穀物酢	2.00 g	
JFS 純正ごま油	0.32 g	
【汁物・和No17】		
[けんちん汁]		
さといも	18.00 g	いちよう
にんじん	7.00 g	いちよう
ごぼう	8.00 g	ささがき
だいこん	15.00 g	いちよう
木綿豆腐	20.00 g	コロコロ
干し椎茸(美都産)	1.00 g	戻しておく
油揚げ	3.00 g	細い短冊
ねぎ	5.00 g	小口切り
煮干しだし	3.00 g	
だし昆布	0.80 g	
うすくちしょうゆ	3.00 g	
馬鈴薯でんぷん1kg	1.20 g	
JF 本味酢 1.8L	1.00 g	
JFS 純正ごま油	0.50 g	
昭和 サラダ油 1.5kg	0.50 g	

献立	ごはん	
	鮭グラタン	もみの木サラダ
かぶのほっこりスープ お楽しみデザート		
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]		
水稻穀粒(精白米)	80.00 g	
【焼物・洋No22】		
[鮭グラタン]		
サケ角切	23.00 g	
むきえだまめ500g	7.00 g	
玉葱	20.00 g	スライス
カットベーコンIQF500g	5.00 g	
マカロニ(単管)	4.00 g	茹でる
有塩バター450g	2.00 g	
米粉	3.00 g	
牛乳	30.00 g	
味 コンソメJ 500g	0.30 g	
ミックステーズ	9.00 g	
食塩	0.10 g	
コシヨー(純)200g	0.04 g	
舟形おかずカップ中	1.00 個	
【あえ物】		
[もみの木サラダ]		
キャベツ	20.00 g	せん切り
ブロッコリー	20.00 g	小房に分ケル
にんじん	7.00 g	コロコロ
スーパースイートコーン	5.00 g	
星型チーズ(白)	2.50 g	
星型チーズ(赤)	2.50 g	
昭和 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】		
[かぶのほっこりスープ]		
むきえびLL(80/120)	10.00 g	
かぶ	20.00 g	くし形切り
かぶ(葉)	5.00 g	2.5cm幅
玉葱	25.00 g	半月スライス
にんじん	8.00 g	細い短冊
エリンギ	10.00 g	細い短冊
味 コンソメJ 500g	1.00 g	
うすくちしょうゆ	1.00 g	
コシヨー(純)200g	0.02 g	
昭和 サラダ油 1.5kg	0.50 g	
【その他】		
[お楽しみデザート]		
サンタの贈り物	1.00 個	

平成29年12月分詳細献立表

美都学校給食共同調理場

●卵・卵由来成分を含む

2017年12月22日 金曜日

2017年12月25日 月曜日

献立	一人分量 単位	切り方
揚げパン さわらの味噌ヨーグルト漬け 冬至うどん バナナ		
料理名/食品名		
【牛乳・和No1】		
[牛乳]		
牛乳	1.00 本	
【調理パン・和No8】		
[揚げパン]		
給食パン(学校給食用)	60.00 g	
大豆白絞油	3.60 g	
グラニュー糖	1.20 g	
食塩	0.03 g	
きな粉(青)	9.00 g	
【焼物・和No44】		
[鯖のみそヨーグルト漬け]		
(小)さごし切身50g	1.00 個	
(中)さごし切身60g	1.00 個	
ヨーグルト(全脂無糖)	8.00 g	
みそ	8.00 g	
【あえ物・和No5】		
[切干大根のゴママヨ和え]		
千切大根 1kg	3.36 g	茹でる
キャベツ	8.40 g	せん切り
ほうれん草	11.20 g	4cm幅
にんじん	5.60 g	せん切り
すりごま(白)	0.60 g	
ケノエッグマヨネーズタイプ 1kg	5.60 g	
こいくちしょうゆ	0.17 g	
食塩	0.06 g	
【麺・和No38】		
[とうじょうどん(煮こみ)]		
冷凍うどん200g	80.00 g	
にんじん	7.00 g	細い短冊
油揚げ	2.00 g	細い短冊
板こんにゃく	8.00 g	細い短冊
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	10.00 g	
かぼちゃ	20.00 g	コロコロ
だいこん	8.00 g	短冊切り
ぶなしめじ	8.00 g	小房に分け
ねぎ	5.00 g	小口切り
JFD 料理酒	1.00 g	
三温糖	0.50 g	
食塩	0.20 g	
うすくちしょうゆ	2.00 g	
こいくちしょうゆ	3.00 g	
JF 本味酢 1.8L	2.00 g	
煮干しだし	2.00 g	
だし昆布	1.00 g	
昭和 サラダ油 1.5kg	0.50 g	
【果物・洋No3】		
[バナナ]		
バナナ	35.00 g	

献立	一人分量 単位	切り方
ふりかけごはん 春巻き 鶏団子鍋 りんご		
料理名/食品名		
【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	
【その他・和No3】		
[ひじきふりかけ]		
芽ひじき500g	1.50 g	
こいくちしょうゆ	2.00 g	
JF 本味酢 1.8L	0.50 g	
三温糖	3.00 g	
水	5.00 g	
かたまりごま(白)1kg島米	1.00 g	
混ぜ込みしそご飯	1.00 g	
【揚げ物・中No4】		
[春巻き]		
(小)㊦ 安心素材春巻50	1.00 個	
(中)㊦ 安心素材春巻35	2.00 個	
大豆白絞油	5.00 g	
【煮物・和No17】		
[とり団子鍋]		
里芋れんこん鶏つくね 10g	30.00 g	
厚揚げ	20.00 g	コロコロ
白菜	30.00 g	さいの目大
えのきたけ	10.00 g	
だいこん	30.00 g	短冊切り
ねぎ	8.00 g	斜め小口
にんじん	8.00 g	短冊切り
マロニー(5cmカット)	4.00 g	
煮干しだし	2.00 g	
こいくちしょうゆ	4.00 g	
JF 本味酢 1.8L	1.00 g	
【果物】		
[りんご(1/6個)]		
りんご 36玉	30.00 g	