●卵・卵由来成分を含む

2017年3月1日 木曜日

献立	ごはん 酢豚	華風サラダ	
附入工			
	青菜とコーンのス		
料	理名/食品名		切り方
【牛乳・和No	1 <b>I</b>	= 1	
<u>【130 7月10</u> [牛乳]	/ 1 /		
上 1 3 L L L L L L L L L L L L L L L L L L		1.00 本	
【米飯・和No	A 1	1.00 / 1	
<u> 【バ版 16110</u> [ご飯]	74		
	害白米)	80.00 g	
【揚げ物】	月 口 / N /	00.00 8	
酢豚(高野豆	一		
	·肉角切り)	30.00 g	
食塩	N	0. 20 g	
	屯) 2 0 0 g	0. 20 g	
馬鈴薯でん	<u> </u>	4. 00 g	
	である1kg 三腐サイコロ500g	3.00 g	
	広/図り112m (よ)		
一 内野者でん 大豆白絞油	√v²/U1Ng	4.00 g 4.00 g	
<u> ハワロ</u> 似曲			乱切り
玉葱 にないる		25. 00 g	乱切り
たけのこ年	詰(ホール)1号缶	10.00 g 8.00 g	乱切り
インゲン50	10~		
1 / / / / 50	10 g	8.00 g	2.5cm幅
一二(血)指	トマトクチャップ3kg	2.00 g	
こいくちし	トイトクテイツノ OKg	4.00 g 5.00 g	
ニマントのし	よりゆ		
穀物酢	>° / 11	4. 00 g	
馬鈴薯でん	かん1Kg	1.00 g	
【あえ物】			
[華風サラダ]			
	(短冊) 500g	2 00 c	
チキンハム	(塩冊) 500g	3.00 g	せん切り
キャベツ	スライス) 500g	35.00 g	
	ヘフイ <i>入</i> /500g	1. 00 g	もどす
三温糖 こいくちし	ょうみ	0. 20 g	
 三温糖	<i>、</i> よ ノ ツ	0.60 g	
<u>二価</u> 楣 こいくちし	ьšИ	0.60 g 2.30 g	
	ょノツ		
<del>- 叙物質</del> - JFS 純正		2. 16 g 0. 40 g	
月170 7円1円	、こみ何	<b>0.40</b> g	
【汁物·和No	1901		
[青菜とコーン	/ V//\	F 00	
	イートコーン	5.00 g	
チンゲンツ	アイ	15. 00 g	さいの目
玉葱		30.00 g	くし形切り
	ダ油 1.5kg	0.50 g	
にんじん		10.00 g	短冊切り
チキンささ	み水煮	10.00 g	
こいくちし	ようゆ	0.50 g	
食塩		0.30 g	
コショー(絹	屯) 2 0 0 g	0.02 g	
	⊀J 500g	0.50 g	

2017年 3月2日 金曜日

	ちらし寿司		
献立	平つくね	小松菜のゆず酢	作和え
	はまぐりのすまし汁		
料理	名/食品名	一 一 人 一 人 一 人 一 人 分 量 一 人 人 人 人 人 人 人 人 人 人 人 人 人 人 人 人 人 人	切り方
【牛乳・和No1】			
[牛乳]			
牛乳		1.00 本	
【変わり飯・和	No133]		
[散らし寿司] 水稲穀粒(精)	<u> </u>	72 00 ~	
強化米		73.00 g 0.24 g	
IFD 料理酒		2. 50 g	
JFD 料理酒 ごぼう			ささがき線
にんじん		5.60 g	せん切り
干し椎茸(美	部産)		もどす
	(いちょう切)	9.00 g	나 / 네 M
キヌサヤ500g こいくちしょ	<u> </u>	5.00 g 1.50 g	せん切り
食塩	<u> </u>	0.16 g	
三温糖		2.00 g	
穀物酢 三温糖		11.00 g	
三温糖		5.00 g	
食塩	1.0.0	1.50 g	
焼きざみのり 【蒸し炊っ fine	100g	1.00 g	
【蒸し物・和No [平つくね]	0 ( ]		
鶏と根菜の平	つくね50	1.00 個	
【あえ物】	- ( 40.00		
[小松菜のゆず曹	作和え]		
キャベツ			せん切り
小松菜	(ナ. 47 )	·····	4cm幅
塩ふき昆布 ( ゆず酢	(ささみ)	1.00 g	
こいくちしょ	うゆ	1.00 g 1.50 g	
【汁物】	<i>J</i> • <del>F</del>	1.008	
[ハマグリのする			
姫はまぐり(		7.00 g	
かまぼこ(真2			細い短冊
菜の花カット	<u> </u>	9.00 g	いちょう
にんじん ぶなしめじ			いらより 小房に分ける
だし昆布		0.80 g	1777 (-711/9)
削り節上雪バ	ラ500 g	2.00 g	
うすくちしょ		2.00 g	
食塩		0.20 g	
-			

2017年 3月5日 月曜日

2017年 3月5日 月曜				-
	ご飯味付	けのり		
献立	ハムカツ	お	からサラダ	
	コンソメスープ		<u> </u>	
\i∧i +⊞ +-			一人分量	IAI IA <del>-</del>
料埋名	/食品名		単位	切り方
【牛乳・和No1】			1 1-44	
[牛乳]				
<u>[</u>			1.00 本	
			1.00 半	
【米飯・和No4】				
[ご飯]				
水稲穀粒(精白米	(-)		80.00 g	
強化米			0.24 g	
【その他】				
[味付けのり]				······
和紙手巻ノリデザッ	インハ゜ッケージ		1.00 袋	
【揚げ物・洋No22】			1.00 1	
	<u> </u>			
[ハムカツ]	- L 10		1 00 /	
(小)荒挽ボロニア	ステーキ 40		1.00個	
(中)荒挽ボロニア	ステーキ 50		1.00 個	
米粉			3.00 g	
馬鈴薯でんぷん	lkg		6.00 g	
水			5.00 g	
パン粉 1 kg			5.00 g	
<u> </u>				
	,		4.00 g	
【あえ物・洋No12	1			
[おからサラダ]				
おから(新製法)			8.00 g	スチコン
にんじん			6.00 g	コロコロ
キャベツ			20.00 g	せん切り
ライトツナー水	煮フレーク		9.00 g	
スーパースイー			7.00 g	
<u> ハ ハ ハ1</u>	1 — V		6 00 ~	
	111		6.00 g	
			0.80 g	
三温糖			0.50 g	
食塩			0.15 g	
ケン ノンエック゛マヨネース゛	`タイプ1kg		6.00 g	
【汁物・和No35】				
[コンソメスープ]				
にんじん			10.00 g	せん切り
<u> </u>			40.00 g	さいの目
白菜 エリンギ			10.00 g	さいの目 短冊切り
パセリ パセリ			10.00 g	AM     90 リ   7, 1° 1   171 M
ハヒリ			1.00 g	みじん切り
味 コンソメJ 50 うすくちしょう	JUg		1.00 g	
うすくちしょう	ゆ		0.90 g	
食塩			0.30 g	

2017年3月6日 火曜日

	ごはん		
献立	さわら西京焼き	ひじきの炒り煮	Z.
	厚揚げのみそ汁		•
VINI →III		一人分量	[ <del>]</del> ]
料埋	名/食品名	単位	切り方
【牛乳・和No1】		7-12	
「生到]			
[牛乳] 牛乳		1.00 本	
【米飯・和No4】		1.00 本	
【 □ 以】	<u> </u>	90.00	
水稲穀粒(精)	コ不)	80.00 g	
【焼物】	 と フ		
しさわり四兄焼る	<u> </u>	1 00 / 1	
<ul><li>[さわら西京焼き (小) さごし切身</li><li>(中) さごし切身</li></ul>	40 g	1.00 個	
(中) さごし切身	50 g	1.00 個	
JFD 料理酒		2.00 g	
食塩		0.12 g 4.00 g	
大和米味噌(日	∃)1kg	4.00 g	
こいくちしょ	うゆ	1.00 g	
JF 本味醂 1.	8L	1.00 g	
【煮物・和No82			
[ヒジキの炒りえ			
ひじき	······ <del>··</del>	2.60 g	戻しておく
インゲン500 g	g		2.5cm幅
にんじん	A	4.80 g	細い短冊
にんじん ごぼう		8.00 g	ささがき
大豆水煮のタ	カ舎品	9.00 g	C C 73 · C
さつまあげ(	<u> 7 及叩</u>  エわぎ) 50g		スライス
IED 料理運	T446/ 108		
JFD 料理酒 一泡塘		0.40 g	
二温精	<u> </u>	0.60 g	
こいくちしょ	<b>クゆ</b>	3. 20 g	
水		28.00 g	
JFS 純正ご		0.50 g	
【汁物・和No1】			
[厚揚げのみそ》	+ ]		
だいこん		25. 00 g	短冊切り いちょう
にんじん		8.00 g	いちょう
だいこん にんじん えのきたけ		10.00 g	
厚揚げ 乾燥若布(さ		30.00 g	コロコロ
乾燥若布(さ	んれい	0.30 g	戻しておく
みそ		8.00 g	
煮干しだし		2.60 g	
W. 1 0 / C 0		2.008	

2017年3月7日 水曜日

2017年3月7日 水曜日    麦ご飯			
献立	麦 <sub>-</sub>	りっちゃんのう	- 気サラダ
TD/\(\frac{17.2}{2.00}\)		チーズ (中のみ)	
		一人分量	
料理	名/食品名	単位	切り方
【牛乳・和No1】			
<u>【</u> 十乳】			
<u>牛乳</u>		1.00 本	
【米飯・和No3】		2,000	
[麦ご飯 80g]			
水稲穀粒(精白	米)	76.00 g	
おおむぎ(米粒		4.00 g	
【焼物】		27.77.0	
[煮込みハンバー	グー		
<u>「</u> 小) ホ° ーク & チキンハン	ハ゛ーク゛40gNEW	1.00 個	
(中) ポーク&チキンハン		1.00 個	
マイルト゛テ゛ミク゛ラスソ	'-λ 3 kg	10.00 g	
カコ゛メ マイルト゛トマト	ケチャップ。3kg	10.00 g	
GS 料理用ワイ	ン(赤)1.8L	1.00 g	
三温糖	V ()(1) 11 OL	1.00 g	
JF ウスターソース エク	プラレント1 8L	1.00 g	
水	C77   1. OL	5. 00 g	
【あえ物・洋No1		0,000	
[りっちゃんの元	気サラダ〕		
キャベツ		20.00 g	せん切り
小松菜		15. 00 g	2.5cm幅
チキンハム(知	∄冊) 500g	6.00 g	L. Cemil
スーパースイー		6.00 g	
にんじん		6.00 g	せん切り
らくらく昆布		0.20 g	戻しておく
花かつお(鰹・	細切)500g	0. 20 g	
三温糖	715 747	0.40 g	
穀物酢		2.45 g	
コショー(純) :	200g	0.01 g	
		0.50 g	
昭和 サラダ油	1.5kg	0.70 g	
【汁物・和No13】			
[●かき卵汁]			
にんじん		10.00 g	せん切り
<u> </u>			2.5cm幅
えのきたけ		8.00 g	
うす切かまぼる	- (直空)	9.00 g	
カぎ ねぎ	- ハノ <u> </u>	_	小口切り
 馬鈴薯でんぷん	7,1kg	1. 20 g	1/1 H 2/1 /
	O 11/2	15. 00 g	割りほぐす
煮干しだし		1.80 g	нз / to \ 7
			ļ
だし昆布	こうよ	0.80 g	<u> </u>
うすくちしょう	) M	2.50 g	
食塩		0.20 g	
【チーズ・和No5			
[(中のみ)チーン			
MBPチーズキャ	ッチ5g×40	10.00 g	

2017年 3月8日 木曜日

2017年 3万0日 水脈			
±h_L	ごはん	定世リービ	
献立	鯖のピリ辛煮	海藻サラダ	
	お祝い団子汁		
料理名	1/食品名	一人分量	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	
強化米		0.24 g	
【焼物・和No15】			
[さばのピリ辛煮] (小)サバ切身40			
(小)サバ切身40	g	1.00 個	
(中)サバ切身50	g	1.00 個	
しょうが		2.00 g	せん切り
こいくちしょう	ゆ	5.00 g	
穀物酢		3.70 g	
JF 本味醂 1.8L	,		
JFD 料理酒		2.50 g 3.00 g	
砂糖(三温)1	k g	1.30 g	
テーオ 豆板醬 1kg	<u> </u>	0.15 g	
水	2	15. 00 g	
【あえ物・和No42	21	0	
[海藻サラダ]			
キャベツ		25.00 g	せん切り
		18.00 g	<u>4cm幅</u>
にんじん		5.00 g	せん切り
海藻サラダG S	500g		<u>こ/リスノ</u> 戻しておく
ノンオイルト゛レッシンク゛ (		5. 00 g	))C
【汁物】	(1) (1)	3, 3, 8	
[お祝い団子汁]			
かぼちゃ		18.00 g	
馬鈴しよ澱粉1	kσ	4. 50 g	
スキムミルク	7 8	4. 00 g	
薄力小麦粉1k	σ	2. 80 g	
一番カホ及初1k にんじん	<u> </u>	7.00 g	いちょう
ねぎ		5. 00 g	
ぶなしめじ			小口切り 小房に分ケル
油揚げ		10.00 g	短冊切り
	1+37 ], 75 17	2. 00 g	V77    III A7 A
やさしい海の祝	なっと 人 フィブ	10.00 g	
みそ		8.00 g	
煮干しだし		2.60 g	
2017年 3月13日 火	<b>虚</b> 口	I	

2017年 3月13日 火曜日

2017年3月9日 金曜日

2017年3月9日 金曜日		
ごはん		
献立 ハムとアーモンドのサラダ	フルーツポンチ	ŗ.
ポークカレー		
料理名/食品名	一人分量 <sup>単位</sup>	切り方
【牛乳・和No1】	1 1-1-1	
[牛乳]		
牛乳	1.00 本	
【米飯・和No4】	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	
水稲穀粒(精白米)	80.00 g	
【あえ物・和No172】	00.008	
[ハムとアーモンドのサラダ]		
チキンハム (短冊) 500g	10.00 g	
クッキング・アーモント (細切) 500g		
	3.00 g	
ちりめん カーカー	1.50 g	
大豆水煮 タカ食品	10.00 g	
キャベツ	15.00 g	せん切り
小松菜	15.00 g	4cm幅
食塩	0.20 g	
穀物酢	1.30 g	
うすくちしょうゆ	0.40 g	
三温糖	0.30 g	
【丼物・カレー等・和No3】		
[ポークカレー]		
	20.00 д	
JF セレクションワイン(赤)1.8L	1.00 g	
昭和 サラダ油 1.5kg	0.25 g	
玉葱		乱切り
じゃがいも	40.00 g 30.00 g	乱切り
にんじん	15. 00 g	乱切り
エリンギ nd7 公会田もなりなりNT	10.00 g	乱切り
ハウス給食用カレーフレークN	12.00 g	
シ゛ェフサ カレーフレーク 	4.00 g	
カコ゛メ マイルト゛トマトケチャップ゜3kg	5.00 g	
JF ウスターソース エクセレント1.8L	1.50 g	
【その他・和No5】		
[フルーツポンチ]	00 00	
みかん缶詰1号缶	20.00 g	
黄桃缶詰(ダイスカット)1号缶	12.00 g	
りんご	10.00 g	スライス
冷凍メルト白玉	23. 00 g	4 FF 1\
いちご	12.00 g	4等分

2017年3月12日 月曜日

	ごはん		
献立	太刀魚の揚げ煮	磯か和え	
	クリームシチュー		
料理	1名/食品名	一人分量	切り方
【牛乳・和No1】		1 1-12	
[牛乳]			
牛乳		1.00 本	
【米飯・和No4】			
[ご飯]			
水稲穀粒(精	白米)	80.00 g	
強化米		0.24 g	
【揚げ物・和No	67]		
[太刀魚の揚げき			
	(筒切) 50g	1.00 個	
馬鈴薯でんぷ	SW1kg	5.00 g	
大豆白絞油		5.00 g	
こいくちしょ	うゆ	3.00 g	
三温糖		3.00 g	
JFD 料理酒		2.00 g	
水		10.00 g	
【あえ物・和No			
[磯香和え(益)			
ほうれん草		20.00 g	
キャベツ		25. 00 g	
にんじん		7.00 g	せん切り
もみのり		1.30 g	
こいくちしょ		2.40 g	
【汁物・洋No11			
[クリームシチ:			
鶏モモ(1.	b c m 角 切 )	20.00 g	
昭和 サラダ? スーパースイ	田 I.bkg	0.50 g	
	ートコーン	10.00 g	<b>1</b> । ਜਿ ਨ
じゃがいも			乱切り
にんじん			乱切り
<u>玉葱</u> グリンピース		15. 00 g	くし形切り
		5. 00 g	
<u>味 コンソメ</u> コショー(純)		1. 00 g 0. 02 g	
米粉	<u>4008</u>	5 00 g	
<u> </u>		5.00 g 20.00 g	
スキムミルク		1. 50 g	
	·200 g	1.00 g	
	2008	0. 10 g	

### 美都学校給食共同調理場

●卵・卵由来成分を含む

	─────────────────────────────────────		NX/1 C D U
	ご飯		
献立	きゃべつの甘酢和え	ゆずっこゼ	リー
	肉じゃが	•	
4 بسخ ادار		一人分量	
料埋名	7/食品名	単位	切り方
【牛乳・和No1】		十世	
[牛乳]		<b>.</b>	
牛乳		1.00 本	
【米飯・和No4】		1.00 /	
「ご飯」			
上	<u> </u>	90 00 ~	
水稲穀粒(精白)	<u> </u>	80.00 g	
【あえ物・和No29			
[キャベツの甘酢	[1] [1] [1] [1] [1] [1] [1] [1] [1] [1]	<u> </u>	
キャベツ			せん切り
だいこん			せん切り
にんじん			せん切り
乾燥若布(さん		0.30 g	戻しておく
スクール糸かまぼこ	(ほぐし)	9.00 g	
ちりめん		2.70 g	
こいくちしょう	ゆ	2.10 g	
穀物酢		1.80 g	
三温糖		0.45 g	
【煮物】			
[肉じゃが(深)]			
豚肉(モモ肉小	、切)	18.00 g	
じゃがいも		T	乱切り
にんじん		- <b></b>	<u>品</u> のり
玉葱		40. 00 g	くし形切り
板こんにゃく			くびかあり 手でちぎる
グリンピース		10.00 g	
		4. 00 g	
価値 こいくちしょう	<i>k</i> b	6.00 g	
昭和 サラダ油		0.50 g	
中口7日 ソノク 四   合拓	ı. Ung	·	
		0. 10 g 3. 00 g	
0 11 — 11 1	1,21	3.00 g	
【菓子・寄物・和N 「ゆずっこゼリー】	NO4 ]		
クールゼリーの		19 00 ~	
	/糸000g	12.00 g	
ゆず酢		3.00 g	
ルカゴット		57. 00 g	
ナタデココ		7.00 g	

#### 美都学校給食共同調理場

●卵・卵由来成分を含む

2017年 3月14日 水曜日

2017年 3月14日 水曜日   麦ご飯		
	<b>ラバレビ</b> ー~	フンのサラガ
献立 ■ビビンバ丼の具 野菜スープ	えいとヒー	フンのサラダ
野米スープ		
料理名/食品名	<ul><li>│ 一人分量</li><li>│ 単位</li></ul>	切り方
【牛乳・和No1】		
[牛乳]		
<u> </u>	1.00 本	
【米飯・和No3】	1.007	
「麦ご飯 80g]		
[麦ご飯 80g] 水稲穀粒(精白米)	76.00 g	
おおむぎ(米粒麦)	4. 00 g	
【丼物・カレー等・中No4】	1.00 g	
「 <b>↑</b> データル・サ・TNOE <b>』</b>		
[●ビビンバ丼の具]	20.00	
豚もも肉ミンチ	20.00 g	7 18 ) [ 17 16
にんにく		みじん切り
JFD 料理酒 昭和 サラダ油 1.5kg	0.70 g	
<u> 昭和 サフタ油 1.5kg</u>	0.50 g	
はくさい(キムチ漬け)	7.00 g	
サリナス(生)	14.00 g	
にんじん <b>●</b> いりたまご(真空)	10.00 g	細い短冊
●いりたまご(真空)	7.00 g	o = 1 <del></del>
チンゲンサイ		2.5cm幅
カドヤ いりごま(白)1kg	2.10 g	
こいくちしょうゆ	1.26 g	
みそ	2. 50 g	
三温糖	0.07 g	
JF 本味醂 1.8L	1.20 g	
JFS 純正ごま油	0.70 g	
【あえ物】		
[えびとビーフンのサラダ]		
toキラバエ (100/200)	14.00 g	
ゼーフン(給食用) 9cmカット	5.00 g	
木くらげ(スライス)500g	1.00 g	
三温糖	1.00 g 0.50 g	
三温糖 こいくちしょうゆ	0.50 g	
チキンささみ水煮	5.00 g	
ノイノロロが小魚	5.00 g	业 口っこノっ
玉葱 にんじん	15.00 g 7.00 g	半月スライス
(こん しん) 一次 小柱	1.00 g	せん切り
三温糖	1.00 g 0.30 g	
JFS 純正ごま油	0.30 g	
穀物酢	2.00 g	
うすくちしょうゆ	1.00 g	
国産レモン果汁100ml	0.50 g	
【汁物・和No176】		
[野菜スープ]		
カットベーコンIQF500g	10.00 g	
キャベツ	20.00 g	さいの目
エリンギ	10.00 g	短冊切り
にんじん	8.00 g	いちょう
ねぎ	5.00 g	小口切り
味 コンソメJ 500g	1.00 g	
食塩	0. 20 g	
うすくちしょうゆ	2.00 g	
ファ ハラシェフザ コショー(純) 2 0 0 g	0.00 g	
<u>ーンコ (ペ/200g</u> 昭和 サラダ油 1.5kg	0.50 g	
нцин у у У иш т. UNg	U. 00 g	

017年 3月15日 木曜日 わかめごはん(中のみ)		
献立 カボチャコロッケ	チキンサラダ	
ナポリタン		
	一人分量	ਰਿਹਾ ਨਿ →
料理名/食品名	単位	切り方
【牛乳・和No1】		
[牛乳]		
牛乳	1.00 本	
【変わり飯】 わかめご飯(中のみ)]		
わかめご飯(中のみ)]		
水稲穀粒(精白米)	40.00 g	
炊き込みわかめ	0.80 g	
【揚げ物・洋No14】		
かぼちゃコロッケ(小40,中60)]		
/ハ)ヤヨ 国産カボチャアトき肉フライ40g	1.00 個	
(中) ヤヨ 国産カボチャひき肉フライ60g	1.00 個	
大豆白絞油	4.00 g	
【あえ物】		
チキンサラダ チキンささみ水煮		
	20.00 g	1⊾ ) ਇਹ?∧
キャベツ	21.00 g	せん切り
プチブロッコリー(セレクト)	13.00 g	37 ) [77 ]
にんじん スーパースイートコーン	5.60 g	せん切り
スーパースイートコーン	3.50 g	
花かつお(亀・細切)200g	1.00 g	
三温糖	0.98 g	
穀物酢	2.45 g	
コショー(純) 2 0 0 g	0.01 g	
昭和 サラダ油 1.5kg	0.70 g	
梅(塩漬)	3.00 g	
【主食併用麺・洋No4】		
[ナポリタン]		
ハコ゛ スハ゜ケ゛ティハ゛リューハーフ1.6mm	40.00 g	ゆでる
カットベーコンIQF500g	10.00 g	
昭和 サラダ油 1.5kg	1.00 g	
JF セレクションワイン(赤)1.8L	1.32 g	
玉葱	40.00 g	半月スライス
エリンギ	10.00 g	
青ピーマン	5.00 g	
カコ゛メ マイルト゛トマトケチャップ。3ko	20.00 g	
トマトピューレ(食塩無添加1k	10.00 g	
JF ウスターソース エクセレント1.8L	5.00 g	
	<del>-</del>	
		<u> </u>
	1	Ī

ごはん		
献立 揚げ豆腐の肉みそ	かけゆかりあえ	
鶏つくね汁	7 () [·F/V / G//C	
•	一人分量	
料理名/食品名	単位	切り方
【牛乳・和No1】		
· 牛乳]		
- <del> </del>	1.00 本	
【米飯・和No4】		
[ご飯]		
水稲穀粒(精白米)	80.00 g	
【揚げ物・和No48】		
揚げ豆腐の肉みそかけ]		
小)揚出豆腐 60 g	1.00 個	
(中)揚出豆腐 40 g	1.00 個   2.00 個	
大豆白絞油	5.00 g	
豚肉(ミンチ)	20.00 g	
昭和 サラダ油 1.5kg	0.50 g	
みそ	2.00 g	
三温糖	2.00 g	
IFD 料理酒 こいくちしょうゆ	1.00 g 2.00 g	
こいくちしょうゆ	2.00 g	<u> </u>
馬鈴薯でんぷん1kg	0.50 g	
にんにく	1.00 g 0.20 g	
テーオ 豆板醤 1kg	0.20 g	
水	5. 00 g	
【あえ物・和No56】		
ゆかりあえ(冬)大根キャ]		
キャベツ	20.00 g	せん切り
ほうれん草		4cm幅
もやし	20.00 g	
だいこん	20.00 g	せん切り
混ぜ込みしそご飯	0. 25 g	
こいくちしょうゆ	1.00 g	
【汁物・和No16】		
鶏つくね汁]		
鶏つくね	25.00 g	
玉ねぎ		半月スライス
かまぼこ(真空) 5 0 0 g	7.00 g	短冊切り
にんじん	5.00 g	小いちょう
えのきたけ	8.00 g	
ねぎ	5.00 g	小口切り
うすくちしょうゆ	2.00 g	
削り節上雪バラ500 g	2.00 g	
だし昆布	0.80 g	
食塩	0.15 g	
		l 
		l
		l
		l
		ļ

### 美都学校給食共同調理場

●卵・卵由来成分を含む

2017年3月19日 月曜日

	ごはん		
献立	高野豆腐の揚げ煮	おひたし	
	大根の味噌汁		
が 17世 <i>と</i>	7 / A D H	一人分量	ਹਿਜ਼ਾ ਨਿ →
料理名/食品名		単位	切り方
【牛乳・和No1】		+11	
上 可			
<u> </u>		1.00 本	
ー孔 【米飯・和No4】		1.00 本	
「大文文 - 大HINO4】			
上版] 水稲穀粒(精白		90 00 a	
強化米	<u> </u>	80.00 g	
		0. 24 g	
【煮物・和No96】 高野豆腐の揚げ			
向野立圏の物り TE こるめ言席	<u> </u>	F 00	
正こうや豆腐 馬鈴薯でんぷん	7774500g	5.00 g	
	VIKS	5.00 g	
八旦日秋田 殉生領古昭(中	(4 キ )	5. 00 g 5. 00 g 25. 00 g	
鶏若鶏肉胸(皮	11 <u> </u>	25.00 g	
馬鈴薯でんぷん	vikg	3.00 g	
人 <u> </u>		2.50 g	रा जिल्ला वर्षां जिल्ला
大豆白絞油 玉葱 にんじん		3. 00 g 2. 50 g 35. 00 g 15. 00 g	乱切り 乱切り 戻しておく
にんしん 干し椎茸(美都 グリンピース 三温糖	· · · · · ·	15.00 g	直りがり
十し性耳(美都	<u>)</u>	1.00 g 5.00 g	戻しておく
クリンピース		5.00 g	
		1.00 g	
味 コンソメ」	500g	0.80 g	
うすくちしょう	) M	2.00 g	
【あえ物】			
おひたし]		<u> </u>	
キャベツ ほうれん草		25.00 g 20.00 g	せん切り
			4cm幅
にんじん		7.00 g	せん切り
―――――――――――――――――――――――――――――――――――――		3.00 g 0.30 g	細い短冊
		0.30 g	
こいくちしょう	) ゆ 	2.00 g	
【汁物】 大根のみそ汁] だいこん			
<u> </u>			>
<u>たいこん</u>		20.00 g	いちょう
上忽		20.00 g	半月スフイス
えのきたけ		8.00 g	
ねぎ みそ		5. 00 g 8. 00 g 2. 60 g	小口切り
みて		8.00 g	
<u> </u> 煮十したし		2.60 g	

2017年3月20日 火即	<b></b> 翟日			
ご飯				
献立	野菜グラタン	昆布サラダ		
	ミネストローネ			
料理么	2/食品名	一人分量	切り方	
料理名/食品名		単位	93 7 73	
【牛乳・和No1】	【牛乳・和No1】			
牛乳		1 00 4		
<u> </u>		1.00 本		
「ご飯」				
水稲穀粒(精白	米)	80.00 g		
【焼物・洋No21】	, ,			
[野菜グラタン]	7			
プチブロッコリ	ー(国産)IQF	15.00 g	NZ 🗆 95.79	
<u> </u>		10.00 g	半月スライス 小房に分ケル	
にんじん		10.00 g 10.00 g 5.00 g	小房にカグル コロコロ	
にんじん スーパースイー 昭和 サラダ油 JFD 料理酒	ートコーン	1 5. ()() g		
昭和 サラダ油	1.5kg	0.50 g		
JFD 料理酒		0.50 g 0.80 g 0.30 g		
食塩 (な) の		0.30 g		
コショー(純) 2 牛乳(料理用)	2 U U g	0.01 g 10.00 g		
害十一ペースト	`	10.00 g		
大和米味噌(白	)1kg	2.00 g		
ミッカマチーフ	zi <sup>s</sup>	10.00 g		
ケンノンエッグマヨネースキムミルク	ズタイプ1kg	10.00 g 5.00 g		
スキムミルク  _ 舟形おかずカッ	, ¬° H	1.00 g		
	<u>/  /  中</u> 6】	1.00 g		
[昆布サラダ]	<u> </u>			
サリナス(生)		23.00 д		
きゅうり		15.00 g 0.30 g	半月スライス	
すき昆布 約1	00g	0.30 g		
プイトンフェブ 穀物酢	く煮フレーク	5.00 g		
<u> </u>		2.00 g 0.40 g		
<u>一</u> 皿炉 こいくちしょうゆ		2. 40 g		
【汁物・洋No3】				
ミネストローネ   豚肉 (モモ肉/)	[ <del></del>	00.00		
	\ <u></u>	20.00 g		
にんにく JF セレクションワイ	ン(赤)1.8L	0.50 g		
<u> </u>		0.50 g		
玉葱		1.00 g 0.50 g 15.00 g	くし形切り	
にんじん	hila) O E1	8.00 g	コロコロ	
カコ゛タ゛イストマト (イタリア) 2. 5kg		20.00 g 15.00 g	さいの目	
じゃがいも		20. 00 g	コロコロ	
味 コンソメ <u>J 500g</u> カゴメ マイルドトマトケチャップ 980g		1.00 g 10.00 g		
トマトピューレ(食塩無添加1k		10.00 g		
三温糖		0.20 g		
クラスメイト500g		1.00 g		

2017年3月22日 木	·曜日	●咖•咖田为	<b>ド</b> 成分を含む
2011十0月24日 小	ごはん		
献立	鮭幽庵焼き	納豆サラダ	•
	じゃが芋のみそ汁	[	
料理》	名/食品名	一人分量	切り方
【牛乳・和No1】		——————————————————————————————————————	
[牛乳]	[牛乳]		
牛乳	牛乳		
【米飯・和No4】			
	\[\langle\]	00.00	
水稲穀粒(精白 強化米	术)	80.00 g 0.24 g	
【悔物】		0. 24 g	
[鮭柚庵焼き]			
(小)サケ切身40g	y	1.00 個	
(中)サケ切身50g	7 3	1.00 個 1.00 個	
I IF 料理池1 8L		3. 50 g	
こいくちしょう JF 本味醂 1.8 ゆず酢	) <b>Ф</b> т	4.00 g 1.00 g	
Jr 平紫暦 1.8 みぜ転	<u>L</u>	1.00 g 3.00 g	
<u>ザッ日ト</u> 【あえ物・注Nっ?	1	J. 00 g	
【あえ物・洋No3 [納豆サラダ]	A		
チキンハム(知	豆冊) 500g	6.40 g	
チキンハム(魚 ハリ ひきわり納 ほうれん草	豆 (ヒキワリ)	Q 00 ~	
ほうれん草		16.00 g	4cm幅 せん切り
キャベツ		20.00 g	せん切り
にんじん		8.00 g	せん切り
みそ こいくちしょう	 Э. М	0.80 g 0.80 g	
ケン ノンエック・マヨネー	, ・, テ ス゛タイフ゜1 kg	8.00 g	
【汁物】			
[じゃが芋のみそ	汁]		
じゃがいも えのきたけ			厚いちょう
このさたけ 工樹		10.00 g	业 日っこ/っ
<u> </u>		20.00 g 5.00 g	十月
煮干しだし		2.60 g	<u> </u>
みそ		8.00 g	

# 美都学校給食共同調理場

●卵・卵由来成分を含む

	`飯		
	肉レバーの南蛮漬け	さつまいもの	の白和え
	うれん草のすまし汁	10 3. 0	
•		一人分量	1 <del></del>
料理名/	食品名	単位	切り方
丹河 ,手nN。1		- 早世	
【牛乳・和No1】			
[牛乳]		1 00 1	
牛乳		1.00 本	
【米飯・和No4】			
[ご飯]			
水稲穀粒(精白米)		80.00 g	
強化米		0.24 g	
【揚げ物・和No65】		_	
鶏肉レバーの南蛮流	事け]		
鶏レバーコロ切IQ	F	25.00 g	
鶏若鶏肉胸(皮付き	<u>.</u> F)	25 00 g	
- 7回7日7回17月17日 / 17 C	<u> </u>	10.00 g	おろす
しょうが 薄力小麦粉1kg		0.50 g 6.00 g 5.00 g 15.00 g 0.50 g	<u>おりり</u>
- 澳刀小友粉 I K g		6.00 g	
大豆白絞油		5.00 g	
		15.00 g	半月スフイス
玉葱 にんじん パセリ		5.00 g	半月スライス せん切り みじん切り
パセリ		0.50 g	みじん切り
一 )'只 <del>如</del>		3.00 g	
穀物酢		3.00 g	
こいくちしょうゆ		4.00 g	
【あえ物】		1, 00 8	
【さつま芋の白和え】			
<u>. C フよ , V ロガルへ .</u> . ファ		5.00 g	7777
とんしん		20.00 g	<u> </u>
4F > 1 ) z a 2		20.00 g	コロコロ 細い短冊
板こんにゃく		8.00 g	神い鬼冊
ぶなしめじ こいくちしょうゆ		8.00 g 0.50 g	小房に分ケル
こいくちしょうゆ		0.50 g	
二温糖		0.50 g	
<u>冷凍白和えの素</u> すりごま(白)		18.00 g 1.20 g	
すりごま (白)		1.20 g	
こいくちしょうゆ		1.50 g	
三温糖		0.55 g	
【汁物】		_	
[ほうれん草のすまし	· 升]		
ほうれん草		15. 00 д	4cm幅
にんじん		10.00 s	短冊切り
えのきたけ このきたけ		10.00 g	シマ III み1 カ
えりさんり よみかいしん	<u> </u>	10.00 g 10.00 g 9.00 g	
うす切かまぼこ(夏	マニノ	9.00 g	岩田田か
だいこん こいくちしょうゆ		20.00 g	短冊切り
		1.50 g	
うすくちしょうゆ		1.50 g 0.50 g	
食塩		0.15 g	
煮干しだし		1.80 g 0.80 g	
 だし昆布		Λ ΟΛ ~	