美都学校給食共同調理場

●卵・卵由来成分を含む

2018年10月1日 月曜日

2018年10月2日 火曜日

ごはん			わかめごはん		
献立 白身魚の油淋ソースかけ	切干大根の中華サラ	ダ	献立 鶏肉のマーマレード	尭き カラフルサラ?	ダ
春雨スープ			豆腐スープ		-
料理名/食品名	一人分量	刀り方	料理名/食品名	一人分量	切りた
【牛乳・和No1】	7.12		【牛乳・和No1】	7.5	
【牛乳・和No1】 [牛乳]			[牛乳]		†·····
牛乳	1.00 本		牛乳	1.00 本	†
【米飯・和No4】	,		【変わり飯・和No21】	<u> </u>	
[ご飯]			[わかめごはん]		†
水稲穀粒(精白米)	80.00 g		水稲穀粒(精白米)	80.00 g	†
【揚げ物・和No56】			炊き込みわかめ	2.00 g	†
「白身魚の油淋ソースかけ」			【焼物・和No12】		
[白身魚の油淋ソースかけ] 小) まだら切身 40g	1.00 個		[鶏肉のマーマレード焼き]		1
中) まだら切身 50g	1.00 個		鶏成鶏肉モモ(皮付き)	50.00 g	†·····
JFD 料理酒	1.00 個 2.00 g		オレンジマーマレード	6.00 g	†
	0. 20 g		こいくちしょうゆ	2.00 g	1
コショー(純) 2 0 0 g	0.02 g		JF セレクションワイン(赤)1.8L	1.00 g	1
馬鈴薯でんぷん1kg	3.00 g		【あえ物・洋No11】		
馬鈴薯でんぷん1kg 大豆白絞油	4.00 g		[カラフルサラダ]		†
ねぎ	2.00 g 小口	切り	[カラフルサラダ] キャベツ	20.00 g	せん切り
こいくちしょうゆ	2.40 g		きゅうり	15.00 g	半月スライス
JF 本味醂 1.8L	2, 00 g		チキンハム (短冊) 500g	5.00 g	
穀物酢	1.80 g		スーパースイートコーン	8.00 g	*************************************
馬鈴薯でんぷん1kg	0. 20 g		パプリカ	10.00 g	せん切り
水	5.00 g		パプリカ 花かつお(糸けずり)500g	0.20 g	
【あえ物・中No27】			三温糖	1.12 g	
[切干大根の中華サラダ]			昭和 サラダ油 1.5kg	0.80 g	
切干大根(益田産)	3.00 g		穀物酢 コショー(純) 2 0 0 g	2.80 g	
うすくちしょうゆ	1.00 g		コショー(純) 200g	0.02 g	
きゅうり	20.00 g せん		食塩	0.48 g	
きゅうり キャベツ スーパースイートコーン 三温糖	25.00 g せん	切り	【汁物・洋No58】		<u> </u>
スーパースイートコーン	6.00 g		[豆腐スープ]		<u> </u>
三温糖	0.20 g		木綿豆腐	20.00 g	コロコロ スライス
フォト りしょうゆ	1. 50 в		玉葱	10.00 g	スライス
穀物酢	2.00 д		にんじん	8.00 g	小いちょ
ごま油	0.70 д		えのきたけ	8.00 g	ļ
【汁物・中No7】			カネ 椎茸スライス(菌)500g	1.00 g	戻してお
[春雨スープ]			ねぎ	10.00 g	小口切り
玉葱	20.00g スラ		コンソメ500 g	1.00 g	ļ
にんじん	8.00 g せん	切り	食塩	0.30 д	ļ
干し椎茸(美都産)	0.20 g 斜め	小口	うすくちしょうゆ	1.50 g	
ケンミン はるさめS国産1kg	4.00 g		こいくちしょうゆ	0.50 g	
小松菜	8.00 g 2.5ci	m帕			
中華スープ	1. 10 g				
うすくちしょうゆ JFS 純正ごま油	2. 20 g				
JFS 純止ごま油	0.30 д				

3	麦ごはん		
献立 7	かぼちゃコロッケ	きゅうりとも	やしのナムル
	●八宝菜		
	/食品名	一人分量 ^{単位}	切り方
【牛乳・和No1】			
[牛乳] 牛乳		1.00 本	
十乳 【米飯・和No3】		1.00 本	
「麦ご飯 80g]		ł	
水稲穀粒(精白米)	76.00 g	
[麦ご飯 80g] 水稲穀粒(精白米 おおむぎ(米粒麦	<u>,</u>	76.00 g 4.00 g	
【煮物・中No7】			
[●八宝菜]			
[●八宝菜] 豚肉 (モモ肉小り JFD 料理酒	刀)	20.00 g 1.00 g 0.50 g 0.50 g	
JFD 料理酒		1.00 g	
しょうが 昭和 サラダ油	1 El-a	0.50 g	
1 昭和 サフタ油 主夢	1. əkg	0.50 g	フ 1 取細 N
玉窓 にんじん		25. 00 g 10. 00 g 25. 00 g 25. 00 g 20. 00 g 10. 00 g	くし形切り 短冊切り さいの目
たんしん キャベツ 国産本ムラサキイフカタ むきえびLL(80 ●うずら卵 チンゲンツァイ こいくちしょう。		25. 00 g	さいの目
国産本ムラサキイカタ	E∰1×4cm	20.00 g	<u> </u>
むきえびLL(80	/120)	10.00 g	
●うずら卵		15.00 д	
チンゲンツァイ		10. 00 g 15. 00 g 10. 00 g 3. 00 g 0. 02 g 0. 60 g 1. 00 g 0. 30 g	2.5cm幅
		3.00 g	
コショー(純) 2 () 0 g	0.02 g	
オイスターソース	ス 585g	0.60 g	
中華スープ JFS 純正ごま》	4	1.00 g	
JFS <u> 純正しま </u> 馬鈴薯でんぷん1	<u> </u>	0.30 g	
- 局野者 Cんぶん1 【揚げ物・洋No16】	Kg	1.00 g	
「かぼちゃコロッケ	1	 	
小) 緑の野菜のだ	」 いぼちゃコロッケ40g	1.00 個	
[かぼちゃコロッケ 小) 緑の野菜のた 中) 緑の野菜のた	いぼちゃコロック55 g	1.00 個	
【あっ物 ・ 中No9】			
[きゅうりともやし	のナムル]		
きゅうり		25. 00 д	半月スライス
サリナス(生) カドヤ いりごま(E	<u> </u>	25.00 g	
カデヤ いりごま(E	∃)1kg	25.00 g 1.00 g 0.50 g 0.50 g	
ごま油		0.50 g	
食塩		0. 00 g	
		ł	
		İ	
		İ	
		-	

美都学校給食共同調理場

●卵・卵由来成分を含む

2018年10月4日 木曜日

	ごはん	To be a second	
献立	さわらの南部焼き	洋風おから	
	じゃがいものみそ汁		
게시	b /A b	一人分量	III Io -L
料埋	名/食品名	単位	切り方
【中図 . fmM。1		- 単位	
【牛乳・和No1】 牛乳]			
_牛乳」			
牛乳		1.00 本	
【米飯・和No4】			
[ご飯]			
水稲穀粒(精日	5米)	80.00 g	<u> </u>
【焼物】	1/17/	55.008	
となるの書物は	ま そ 7		
さわらの南部別	先 さ 」		
サワラ切身	50 g	1.00 個	<u> </u>
こいくちしょ	うゆ	1.00 個 1.50 g	<u> </u>
IFS 本味醂		2.00 g 2.80 g	
JFS 本味醂 JF 料理酒1.8	I.	2. 80 g	İ
いりゴマ (黒	7	0.80 g	
		0. 60 g	
【炒め物・和No			
洋風おから]			<u> </u>
洋風おから」 豚もも肉ミン	チ	15.00 g	l
三温糖		0.50 g	
ニいくちしょ こいくちしょ 昭和 サラダ?	ъ́ф	1. 00 g	İ
四和 サラダ	1 5kα	1.00 g 0.50 g	
#P17H ソノグ (ц 1.0Кg	10.00 g	0 L 4∺
小松菜		10.00 g	2.5cm幅 半月スライス
土忽		20.00 g	半月スフイス
にんじん		5.00 g	せん切り
玉葱 にんじん おから(新製)	去)	5.00 g 15.00 g	
三温糖		0.50 °	İ
こいくちしょ	റ് <i>ർ</i>	1 00 c	l
		1.00 g 10.00 g 5.00 g	
牛乳(料理用)		10.00 g	ļ
角切チーズ8	mm	5.00 g	
【汁物・和No7】			<u> </u>
じゃがいものみ	みそ汁]		
じゃがいも		20.00 g	いちょう
円分のである。 【汁物・和No7】 じゃがいもの。 じゃがいも 玉葱 にんじん えのきたけ		20.00 g	いちょう スライス
<u>ールの</u> たる。いる。		8 00 %	ハフィハ
にんしん		8.00 g 10.00 g	/1./ このよう
えのさたけ		10.00 g	ļ
油揚げ 乾燥ワカメ(4.00 g 0.30 g	
乾燥ワカメ(華) 500g	0.30 g	<u> </u>
みそ 煮干しだし		10.00 g	
者干しだし		3.00 g	İ
m 1 0/2 0		0. 00 g	ļ
			<u> </u>
			
			<u> </u>
			
			ļ
			l

2018年10月5日 金曜日

2018年10月5日 金	ごはん		
献立	肉団子の甘酢あん	チーズサラダ	
	オニオンスープ	\ I \	
料理	名/食品名	一人分量	切り方
科理	名/良前名	単位	切り力
【牛乳・和No1】		7-12-	
[牛乳]			
牛乳		1.00 本	
【米飯・和No4】		,	
[ご飯]			
水稲穀粒(精白	3米)	80.00 g	
【炒め物・洋No	4]		
[肉団子の甘酢あ	- . 5.4.1		
野菜入り肉団	<i></i> 子	30.00 g	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •
下数		35. 00 g	
にんじん		15. 00 g	乱切り
たけのこ(水煮	千年詰)	15.00 g 15.00 g	乱切り 乱切り
エリンギ	W EH HE/	10.00 g 10.00 g 5.00 g 2.00 g 1.00 g 3.00 g 3.00 g	<u>短</u> 冊切り 乱切り
書ピーマン		5. 00 g	利切り
エリンギ 青ピーマン 三温糖		2 00 g	Hu 22 7
トマトケチャ	ップ	1 00 g	
こいくちしょ	ว่า วัง	3. 00 g	
シャ こうしょ	2.7	3 00 g	
こいくちしょ 穀物酢 馬鈴しょ澱粉	10 k g	1.00 g	
【あえ物・洋No	33 1	1.008	
「(美) チーズサ	55 』 ラ <i>隊</i> 〕		
[(美) チーズサ キャベツ	//]	35. 00 д	せん切り
・ きゅうり 角切チーズ 8		20.00 g	せん切り せん切り
毎切チーズ8	m m	20.00 g 5.00 g	C70937
にんじん	111 111	5.00 g	せん切り
三温糖		5.00 g 1.40 g	E70939
<u>一</u> 堀炉 昭和 サラダル	1 5ka	1.10 g	
穀物酢		1. 00 g 1. 00 g 3. 50 g 0. 02 g 0. 50 g	
	2 O O g	0.00 g	
食塩	2008	0.50 g	
【 		0.00 8	
「オニオンスープ	<i>ກ</i> ີ .		
玉茐		35 00 g	乱切り
【汁物・洋No5】 [オニオンスープ 玉葱 昭和 サラダ油	† 1.5kg	35. 00 g 0. 50 g 10. 00 g 10. 00 g	Hu 24 /
にんじん	4 1.0118	10.00 g	小いちょう
チキンウインナースキンレ	ス (スライス) 5mm	10.00 g	14 1 24 2
小松菜		8.00 g	2.5cm幅
		0.00 g	<u>る。ひい皿作田</u>
味 コンソメJ	5UUg	1.00 g	
うすくちしょ	うゆ	2.00 g	

2018年 10月9日 水曜日

	ごはん		
献立	あじの美都南蛮	しゃきしゃき	サラ ガ
州人 77.		しやさしやさ	9 7 9
	厚揚げのみそ汁		
料理タ	1/食品名	一人分量	切り方
11/11/1	1/ 及111/1	単位	91771
【牛乳・和No1】			
[牛乳]			
牛乳		1.00 本	
【米飯・和No4】		1.00 /	
LANDY ADDOL			
L _	N. C.	00.00	
水稲穀粒(精白		80.00 g	
【揚げ物・和No19			
[あじの美都南蛮]]		
	スキンレス)40g	1.00 個	
中) アジ切身(スキンレス)60g	1.00 個	
食塩		0.20 g	
ス <u>ニ</u> コショー(純) 2	00 g	0, 01 g	
JF 料理酒1.8L	<u> </u>	0.01 g 2.00 g	
葉 中 松 71 77 年1月1・0F		6.00 g	
薄力粉	11	0.00 g	
馬鈴薯でんぷん	/IKg	2.00 g	
大豆白絞油		4.00 g	
玉葱		10.00 g	スライス
パプリカ		4.00 g 4.50 g	スライス
こいくちしょう	ゆ	4.50 g	
ゆず酢		1.00 g	
穀物酢		4.00 g	
三温糖		1 30 g	
水		1. 30 g 2. 50 g	
小 【七 之 粉m — 手m N _ C /	· 1	2.50 g	
【あえ物・和No66	O] — B1		
[しゃきしゃきサ	フタ」		
れんこん水煮 むきえだまめ	(いちょう切り)	27.00 g	
むきえだまめ		7.00 g	
スーパースイー	- トコーン	9.00 g	
ナルデナ (円)		3.00 g	
9 りこま (日) こいくちしょう 勢物酢	かめ	3, 00 g	
穀物酢		3.00 g 1.50 g	
三温糖		1.00 g	
<u>一</u> 価物 ケン ノンエッ	, ガラコラーブタイプ	5. 00 g	
	フィョかニヘクイノ	0.00 g	
【汁物・和No1】	1		
[厚揚げのみそ汁]]	25 22	
玉葱		25.00 д	スライス
にんじん		8.00 g	小いちょう
えのきたけ		10.00 g	
厚揚げ		20.00 g	
乾燥ワカメ(華	É) 500g	0.30 g	
みそ		10.00 g	
煮干しだし		3.00 g	
75. 1 U/L U		0.00 g	

美都学校給食共同調理場

●卵・卵由来成分を含む

2018年10月10日 水曜日 目の愛護デー献立

2018年10月10日	水曜日 日の変護プ	一帆立		
	麦ごはん			
献立	とんかつ	ゆかりあえ		
	●カツどんの具	ブルーベリーゼリー		
料理	名/食品名	一人分量	切り方	
【牛乳・和No1】	1	1 1		
[牛乳]				
牛乳.		1.00 本		
【米飯・和No3	1			
【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・和No				
[とんかつ]				
小)豚ヒレカ	1ツ(卵抜き)50g	1.00 個		
中)豚ヒレカ	1ツ(卵抜き)30g	2.00 個		
大豆白絞油		4.00 g		
【あえ物・和No [ゆかり和え]	o54】			
「ゆかり和え〕				
キレベツ		30.00 g	せん切り	
きゅうり スーパースイ 混ぜ込みしそ		15. 00 д	半月スライス	
スーパースイ	'ートコーン	8.00 g		
混ぜ込みしそ	- ご飯	8.00 g 0.25 g		
食塩		0.20 g		
【丼物・カレー等・	和No20】			
[●カツ丼の具]			
干し椎茸(美	都産)	0.80 g 12.00 g 35.00 g		
にんじん	HI: //	12.00 g	小いちょう スライス	
- 下葱		35, 00 g	スライス	
玉葱 A ●たまご		25. 00 g	h	
<u> </u>		8.00 g	小口切り	
ねぎ A 削り節上雪/	ドラ500g	0.50 g		
だし昆布	<u>.</u>	8.00 g 0.50 g 0.50 g		
だし昆布 JF 料理酒1.8	3L	1.00 g		
三温糖		1.00 g		
三温糖 A こいくちしょ	:うゆ	1.00 g 5.00 g		
A 昭和 サラダ 馬鈴薯でんぷ	油 1.5kg	0.50 g		
馬鈴薯でんる	らん1kg	1. 20 g		
食塩		0.10 g		
【菓子・寄物・	和No50]			
「ブルーベリー A ブルーベリセ	ゼリー] *;;			
A ブルーベリセ	<u> リー</u>	1.00 個		

2018年10月11日 木曜日

2018年10月11日	木曜日 ごはん		
献立	さんまのかばやき	塩昆布あえ	
	なすのみそ汁	· ·	
料理名	名/食品名	一人分量	切り方
【牛乳・和No1】		7.5.	
[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No13】	/[//	30.008	
[さんまのかばや	き]		
さんま		50.00 g	小口切り
馬鈴薯でんぷん	√1kg	4.00 g 4.00 g 2.50 g	
大豆白絞油		4.00 g	
こいくちしょう	j ゆ	2.50 g	
JFS 本味醂	(使わない)	1.70 g	
JF 料理酒1.8L		1.70 g 0.40 g 4.50 g	
JF 料理酒1.8L 三温糖		0.40 g	
水		4.50 g	
いりゴマ(白)		0.80 g	
【あえ物・和No5 [塩昆布和え]	5]		
[塩昆布和え]			
キャベツ		35.00 g	せん切り
小松菜		20.00 g	2.5cm幅
にんじん		5.00 g	せん切り
塩ふき昆布(き	きざみ)	20.00 g 5.00 g 1.00 g	
うすくちしょう	5 ф	1.50 g	
【汁物・和No117 [なすの味噌汁]	1		
[なすの味噌汁]			
なす		25.00 g	半月スライ <i>ス</i> スライス
玉葱		20.00 g 20.00 g 2.00 g 8.00 g 10.00 g	スライス
油揚げ にんじん		2.00 g	
にんじん		8.00 g	小いちょう
みそ 孝エレギレ		10.00 g	
煮干しだし		3.00 д	

2018年 10月12日 金曜日

	ごはん		
献立	鶏肉のトマト煮	フレンチサ	・ラダ
	ミートボールとニラのスーこ	r e	
also are to	/ A 17 h	一人分量	ten in the
料埋名	/食品名	単位	切り方
【牛乳・和No1】		- 単位	
【十孔,从MINOI】			
[牛乳]		1 00 -	
牛乳		1.00 本	
【米飯・和No4】			
[ご飯]			
水稲穀粒(精白)	长)	80.00 g	
【煮物・洋No19】			
[鶏肉のトマト煮] 鶏モモ(1.5			
鶏モモ(1.5	c m角切)	50.00 g	
玉葱		50.00 g 35.00 g	乱切り
なす		15.00 g	乱切り
昭和 サラダ油 カゴメ マイルドトマトタ ウスターソース	1.5kg	1.00 g 10.00 g 3.00 g	
カコ゛メ マイルト゛トマトケ	チャップ [®] 980g	10.00 g	
ウスターソース	1.8L	3.00 g	
JF 本味醂 1.8L	,	1.00 g	
JF 料理酒1.8L		1.00 g	
【あえ物・洋No39			
[フレンチサラダ]			
キャベツ		20.00 g	せん切り
きゅうり		20.00 g	半月スライス
ライトツナ水煮	フレーク	5.00 g 5.00 g	
スーパースイー 三温糖	トコーン	5.00 g	
三温糖		0.40 g 2.50 g	
穀物酢		2.50 g	
コショー(純) 2	0 0 g	0.02 g 0.40 g	
食塩		0.40 g	
昭和 サラダ油	1.5kg	0.60 д	
【斗物】			
[ミートボールとにらの	スープ]		
ポーク&チキンミー	トボールSS	15.00 g	
ポーク&チャンミーチンゲンツァイ		10.00 g	2.5cm幅
にら		5.00 g	2cm幅
にんじん		10.00 g 5.00 g 8.00 g	小いちょう
玉葱		20. 00 g	スライス
味 コンソメJ5	i00g	1.00 g 2.00 g	
うすくちしょう	ゆ	2.00 g	
昭和 サラダ油	1.5kg	0.50 g	

美都学校給食共同調理場

●卵・卵由来成分を含む

2018年 10月15日 月曜日

2018年 10月15日 月曜日		
ごはん		
献立 煮込みハンバーグ	益田野菜の	元気サラダ
キャベツのコンソメス・		
44470022777		ı
料理名/食品名	一人分量	切り方
<u>村</u> 生有/ 及即有	単位	91 7 71
【牛乳・和No1】	+12	
【十孔·YUNO1】		ļ
[[牛乳]		
[<u>牛乳]</u> 牛乳	1.00 本	
【米飯・和No4】	·	
LANDE THINGE		
[ご飯]		
水稲穀粒(精白米)	80.00 g	
【焼物・洋No24】		
「 大 い」7、、		
[煮込みハンバーグ]		
ふっくらジューシーハンバーグ60g	1.00 個	
マイルト デミク ラスソース 1 kg	10.00 g	
カコ`ノ マノルト`トマトルチャップ。 QQQ~	3 00 ~	·····
カコ`メ マイルト`トマトケチャップ。 980g JF セレクションワイン(赤)1.8L	1.00 個 10.00 g 3.00 g 1.00 g	
JF セレクションリイン(赤)1.8L	1.00 g	<u> </u>
三温糖 JF ウスターソース エクセレント1.8L	1.00 g	
TE ウフターソーフ エカセレント1 QI	1 00 σ	
71 7/7 / V =/ (r/L1.OF	1.00 g 1.00 g 5.00 g	
水	ә. 00 g	
【あえ物・洋No38】		
「		
[益田野菜の元気サラダ] キャベツ ほうれん草 チキンハム (短冊) 500g 冷凍コーン	20.00 g	7 5 7 7
ナヤヘクサ	20.00 g	スライス 2.5cm幅
はりれん早	15. 00 g 10. 00 g 10. 00 g	Z.5cm/H
▲ チキンハム (短冊) 500g	10.00 g	
冷凍コーン にんじん らくら足布 花かつお(糸けずり)500g	10.00 g	
77 7 1° 7	9 00	せん切り
にんしん	0. UU g	せん切り
┃ らくらく昆布	0.30 g	
花かつお(糸けずり)500g	0.30 g	
一 油 (柱	1 40	
1皿.7/日	1.40 g	
穀物酢	3. 50 g	
コショー(純) 2 0 0 g	0. 02 g	
A#	0.028	
10000000000000000000000000000000000000	U. 0U g	
	8. 00 g 0. 30 g 0. 30 g 1. 40 g 3. 50 g 0. 02 g 0. 60 g 1. 00 g	
【汁物・洋No2】		
【汁物・洋No2】 [キャベツのコンソメスープ]	-	
[エヤマングのコングメムープ]	.	ļ
▮ 鶏肉モモ(こま切れ)	20.00 g	
鶏肉モモ (こま切れ) キャベツ	20.00 g 25.00 g	せん切り
工 帯	15.00	ランフィフ マニンファ
正念	15.00 g 8.00 g	スライス せん切り
にんじん	8.00 g	せん切り
パセリ	0. 50 g 0. 50 g 1. 00 g 2. 00 g 0. 02 g 0. 50 g	斜め線切り
中 ランパス T EOO-	1 00	a・1 * / ルか ブリ ノ
	1. UU g	
味 コンソメJ 500g うすくちしょうゆ	2.00 g	L
コショー(純) 2 0 0 g 昭和 サラダ油 1.5kg	0.02 g	
切知 共分が油 1 引っ	0.50	
PinTu リノグ 佃 1.0Kg	U. DU g	
	İ	
	İ	
		ļ
		L

2018年 10月16日 火曜日 骨太繭	社	
梅じゃこごはん	[4]	
献立 鮭の塩こうじ焼き のっぺい汁	納豆和え	
料理名/食品名	一人分量	切り方
	単位	24 7 74
【牛乳・和No1】		
[牛乳] 牛乳	1.00 本	
【変わり飯・和No11】	1.00 /	
【変わり飯・和No11】 [梅じゃこご飯]		
水稲穀粒(精白米) ちりめん	80.00 g 6.00 g	
ちりめん	6.00 g	
乾燥カリカリ梅(国産)200g	1.50 g	
乾燥カリカリ梅(国産)200g 【焼物・和No11】		
[鮭の塩麹やき]		
鮮の塩麹やき] サケ切身60g	1.00 個	
温杹	4.00 g	
【あえ物・和No114】 納豆和え]		
小松菜	15.00 д	2.5cm幅
小松菜 キャベツ	15.00 g 25.00 g	せん切り
にんじん 納豆 (ひきわり) こいくちしょうゆ	5. 00 g 7, 00 g 2. 50 g 0. 50 g 0. 50 g 0. 50 g	せん切り
納豆(ひきわり)	7.00 g	
こいくちしょうゆ	2.50 g	
みそ もみのり	0.50 g	
もみのり かき (白) 11	0.50 g	
カドヤ いりごま(白)1kg 【汁物・和No113】	0. 50 g	
【41 物・MH0113】		
[のっぺい汁] 厚揚げ	13.00 д	
ナルも、 さといも、	20.00 g	刮切り
さといも だいこん	20.00 g 10.00 g	1.5cm角
ごぼう	8, 00 g	ささがき
	h ()() ~	1.5cm角
干し椎茸(美都産)	0.40 g	
にんしん 干し椎茸(美都産) ねぎ	0. 40 g 0. 40 g 5. 00 g 0. 30 g 3. 00 g 1. 00 g 3. 00 g	
187温	0.30 g	
こいくちしょうゆ	3.00 g	
馬鈴薯でんぷん1kg しまねのだしっ粉500g×2	1.00 g	
しまねのだしっ粉500g×2	3.00 g	

2018年 10月 17日	水曜日		
	麦ごはん		
献立	ポークソテー玉葱ソース	花野菜のレモンド	`レッシングサラダ
	●きのこと卵のスープ		
Vel 국田 선	· / 🛆 🗆 🖯	一人分量	ETI IN ±
科理名	1/食品名	単位	切り方
【牛乳・和No1】		7 124	
[牛乳]			
<u></u>		1.00 本	
【米飯・和No3】			
「麦ご飯 800]			
[麦ご飯 80g] 水稲穀粒(精白:	米)	76.00 g	
おおむぎ(米粒)	差)	4. 00 g	
「佐物・洋No27】	<u> </u>	1.00 8	
「ポークソテー玉	茐ソー ス]		
【焼物・洋No27】 [ポークソテー玉] 中) 国産豚ロー	<u>い/ /\」</u> -ス 60g	1.00 枚	
サ	/· 005	0.40 %	
良塩 コショー(純) 2	0 0 a	0. 40 g 0. 02 g	
コショー(純) 2	UUB	0.04 g	业 口っこ/っ
	. J.A.	10.00 g 3.00 g 3.00 g	半月スライス
こいくちしょう	wy.	ა. 00 g	
JI 平野附 1.01	_	3.00 g	
JF 料理酒1.8L		3.00 g	
穀物酢		4.00 g	
三温糖	17 /	4. 00 g 3. 00 g 0. 50 g 0. 05 g	
冷凍おろしにん	<u> </u>	0.50 g	
昭和 サラダ油	1. 5kg	U. UƏ g	
【あえ物・洋No36) 		
[花野菜のレモンドレッ	リンンク サフタ 」	00 00	
ブロッコリー カリフラワー(*		20.00 g	
カリフラワー(ピレクト)IQF	15.00 g	
にんじん		20.00 g 15.00 g 8.00 g	せん切り
キャベツ		25.00 g	半月スライス
クッキンク アーモント (;	細切) 500g	5.00 g	せん切り
三温糖		0.60 д	
穀物酢		1.50 g	
こいくちしょう	ゆ	1.80 g	
国産レモン果汁	-100ml	0, 50 g	
こいくちしょう国産レモン果汁オリーブ油エキス	トラハ゛ーシ゛ソ	8. 00 g 25. 00 g 5. 00 g 0. 60 g 1. 50 g 1. 80 g 0. 50 g	
【汁物・洋No36】	1 / · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	2.008	
[●きのこと卵の	7-7°]		
▲たまデ	7 /]	12.00 g	
●たまご にんじん		5 00 -	ルンチェ る
にんしん		ე. 00 g	小いちょう
- 本巻		5. 00 g 10. 00 g 10. 00 g 10. 00 g	スライス
えのきたけ		10.00 g	
ぶなしめじ		10.00 g	
かなじめし チンゲンツァイ 味 コンソメJ500g こいくちしょうゆ		15.00 g 1.00 g	2.5cm幅
味 コンソメJ 🤅	500g	1.00 g	
こいくちしょう	ゆ	1.00 g 0.20 g	
食塩		0.20 g	
コショー(純) 2	00g	0.02 g	

美都学校給食共同調理場

●卵・卵由来成分を含む

2018年10月18日 木曜日 チリコンカン 献立 イカのゆずマリネ クリームスープ 一人分量 料理名/食品名 切り方 単位 【牛乳・和No1】 [牛乳] 牛乳 1.00 本 【普通パン・和No14】 [ナン] 低学年) 冷凍ナン 約50g 中、高学年) 冷凍ナン 約70g 中学生) 冷凍ナン 約100g 1.00 個 1.00 個 1.00 個 【煮物・洋No18】 チリコンカン] 20.00 g 鶏肉胸(こま切れ) 0.30 g おろす にんにく クッキングワイン(赤)1.8L 1.00 g 昭和 サラダ油 1.5kg 0.50 g とうがらし なす 玉葱 にんじん 0.02 g 10.00 g コロコロ 30.00 g コロコロ 10.00 g コロコロ 25.00 g カコ゛ ダイストマト(イタリア)2.5kg 大豆水煮 JFS 20.00 g レッドキドニー カゴメ マイルドトマトクチャップ 980g 10.00 g 10.00 g トマトピューレ(食塩無添加1k 5.00 g 1.00 g 味 コンソメJ 500g 2.00 g 15.00 д 芽ひじき1kg 0.80 g キャベツ 三温糖 穀物酢 ゆず(果汁,生) 30.00 g せん切り 1.40 g 2.20 g 1. 30 g コショー(純) 200g 0.02 g 0. 60 g
 食塩

 昭和 サラダ油 1.5kg
 1, 00 g 【汁物・和No145】 クリームスープ カットベーコンIQF500g 5.00 g 30.00g いちょう切り じゃがいも 10.00g 小いちょう にんじん 玉葱 30.00 g スライス パセリ するりん白花 昭和 サラダ油 1.5kg 1.00 g 30.00 g 0.50 g 0.30 g コショー(純) 200g 0.02 g 0.30 g 味 コンソメJ 500g 牛乳 30.00 g

2018年10月19日 会	金曜日		
	ごはん		
献立	ししゃもの磯辺揚げ	アールスメロ	·/
	肉じゃが		
料理	名/食品名	一人分量	切り方
【牛乳・和No1】		4-12	
[牛乳]			• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •
[牛乳] 牛乳		1.00 本	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •
【米飯・和No4】			
[ご飯]			
水稲穀粒(精白	1米)	80.00 g	
水稲穀粒(精自 【揚げ物・和No) ししゃもの磯辺 子持シンヤモ 薄力小麦粉1 青のり粉10 水	154 】 7上げ]		
子持シシャモ	M (小2個、中3個)	18. 00 g 5. 00 g 0. 15 g 3. 00 g	
薄力小麦粉 1	k g	5.00 g	
	U g	0.15 g	
		3.00 g	
「肉じゃが(深)]		
- 「	小切)	20.00 д	
京小 (1500) 		45.00 g	乱切り 乱切り くし形切り
にんじん		20.00 g	乱切り
<u> </u>		40.00 g	くし形切り
- <u>仮こんにやく</u> グリンピーフ		10.00 g	手でりさる
ニ温糖		4, 00 g	
ぶ窓板こんにゃくグリンピース三温糖こいくちしょ昭和 サラダ油香梅	うゆ	20, 00 g 45, 00 g 20, 00 g 40, 00 g 15, 00 g 10, 00 g 4, 00 g 6, 00 g 0, 50 g 0, 10 g 3, 00 g	
昭和 サラダ油	1.5kg	0.50 g	
		0.10 g	
JFD 料理酒		3.00 g	
【果物・和No12】	<u> </u>		
[アールスメロン アールスメロ		0.06 個	
/ / / / - / - /	, 10	0.00 E	
			
		<u> </u>	
			
			

2018年10月22日 月	曜日		
	ごはん		
献立 ちりめんアーモンド		ほうれん草の白和え	
116 (-2/-	うずめめし	10. 740704	. H 1675
	7 7 4747 0	1 // 目	
料理夕	/食品名	一人分量	切り方
	1/ 及四年	単位	91 / /1
【牛乳・和No1】		—	
[牛乳]			
[一子]		1 00 1:	
牛乳		1.00 本	
【米飯・和No4】			
【ご飯】			
水稲穀粒(精白)	米)	80.00 g	
【変わり飯・和No	45] 切れ)		
「うずめめし】	7		
34肉チチ(こす	切れ.)	15. 00 g	
昭和 サラダ油	1 5kg	15.00 g 1.00 g 15.00 g 15.00 g	
かまぼゝ(吉売)	5.00g	15 00 %	およわ打り
	5 0 0 g	15.00 g	あられ切り あられ切り あられ切り
こはり		15.00 g	められ切り
にんじん		15. UU g	められ切り
 鶏肉モモ (こま 昭和 サラダ油 かまぼこ (真空) こぼう にんじん 干し椎茸 (美都) さといも こといも、 	笙)	1. 20 g 20. 00 g	
さといも		20.00 g	あられ切り
JFD 料理酒		20.00 g 1.00 g 1.20 g 2.00 g 1.00 g 0.30 g 1.00 g	
データイプ イス イス イス イス イス イス イス イス イス イス イス イス イス	ゆ	1.20 g	
こいくちしょう	ф	2, 00 g	
15 大味醂 1 81		1 00 g	
<u> </u>	ź	0.30 a	
食塩 だし昆布		1 00 g	
にし氏布 削り節上雪バラ 馬鈴しよ澱粉 1 生わさび 焼きざみのり10 【焼物・和No48】	F00	1.00 g	
則り即上当ハフ	500 g	2. 00 g 1. 60 g 0. 50 g	
馬鈴しよ澱粉Ⅰ	k g	1.60 g	
生わさび		0.50 g	おろす
焼きざみのり10)0g	0.40 g	
【焼物・和No48】			
「ちりめんアーモン	ンド]		
かえりちりめん	,	3. 00 g	
カッキソカ アーチソト (3	细+刃) 500g	3. 00 g 5. 00 g	
十三小名 I D	M 937 300g	30.00 g	
【5りめんアーモン かえりちりめん かえりちりめん クッキングアモント(デ 大豆水煮 JF 単巻菓でよさん	11-~	30.00 g 3.00 g 3.00 g	
均野者じんかん 上言点法法	īkg ゆ	5.00 g	
○ 公里日秋川		ა. UU g	
こいくちしより	W	1.00 g	
三温糖 JF 料理酒1.8L		2.50 g	
JF 料理酒1.8L		1.00 g 2.50 g 2.00 g 0.50 g	
水		0.50 g	
【あえ物・和No62	2]		
[ほうれん草の白オ	句え]		
ほうれん草		22, 00 g	2 5cm幅
にんじん		22. 00 g 7. 00 g 11. 00 g	せん切り
おことにあく		1.00 g 11.00 g 0.50 g 0.50 g 18.00 g 0.90 g 0.24 g	<u> </u>
板こんにゃく こいくちしょう	и	U EU ~	77 III 30 7
一 二 い / り し よ う	19	0.50 g	
二温槽		U. 5U g	
/ / / / / / / / / / / / / / / / / / /	, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	18.00 g	
カドヤ いりごま((白)1kg	0.90 g	
カドヤ すりごま	550g	0.24 g	
こいくちしょう	(白) 1kg 550g ゆ	1.50 g 0.55 g	
三温糖		0, 55 g	
—→ rmr-//LI		<u></u>	

2018年10日22日 日曜日

美都学校給食共同調理場

●卵・卵由来成分を含む

ごはん		
献立 鶏肉のゆずソースか	け 切干大根の	ツナ和え
かぼちゃポタージュ		
料理名/食品名	一人分量	切り方
	単位	24 2 24
【牛乳・和No1】		<u></u>
【牛乳・和No1】 牛乳」		<u> </u>
牛乳	1.00 本	
【米飯・和No4】		ļ
ご飯]		ļ
水稲穀粒(精白米)	80.00 g	ļ
【焼物・和No29】 鶏肉のゆずソースかけ】 小)鶏肉モモ切身IQF 50g		ļ
鶏肉のゆずソースかけ」		<u></u>
小)鶏肉モモ切身IQF 50g	1.00 個	<u></u>
	1.00 個	<u></u>
食塩	0.20 g	<u> </u>
下人 場内でも93 16 00g 食塩 コショー(純)200g 大豆白絞油 こいくちしようゆ ゆず(果汁、生) 穀物酢	0.05 g	<u> </u>
大豆白絞油	5.00 g	
こいくちしょうゆ	3.00 g	I
ゆず(果汁、生)	0.60 g	<u> </u>
穀物酢 三温糖	1.70 g	
三温糖	1.00 個 1.00 個 0.20 g 0.05 g 5.00 g 3.00 g 0.60 g 1.70 g 2.50 g	
【あえ物・和No23】 切干大根のツナ和え】 切干大根(益田産)		
切干大根のツナ和え]		1
切干大根(益田産)	3.50 g	
キャベツ	20.00 g	せん切り
にんじん	3. 50 g 20. 00 g 7. 00 g 6. 00 g 10. 00 g 0. 50 g 2. 00 g	せん切り せん切り
にんじん ライトツナ水煮フレーク きゅうり 三温糖	6.00 g	
きゅうり	10.00 g	半月スライ
三温糖	0.50 g	
こいくちしょうゆ	2.00 g	
【汁物・洋No30】	1	
カボチャポタージュ]		
[汁物・洋No30] カボチャボタージュ] カットベーコンIQF 5 0 0g	10, 00 g 15, 00 g 8, 00 g 20, 00 g 5, 00 g 1, 00 g 0, 02 g 5, 00 g 20, 00 g 1, 50 g 1, 50 g 1, 50 g 1, 50 g 1, 50 g 1, 50 g 1, 50 g 1, 50 g	†
玉葱	15. 00 д	乱切り
王葱 にんじん	8.00 g	乱切り コロコロ
かほりや	20.00 g	コロコロ スライス
エリンギ	5.00 g	スライス
エリンギ 味 コンソメJ 500g	1.00 g	<u> </u>
コショー(純) 2 0 0 g	0.02 g	1
米粉	5.00 g	†
コンョー (純) 2 0 0 g 米粉 牛乳 (料理用)	20.00 g	†
スキムミルク	1. 50 g	†
調理用バター200 g	1, 00 g	†
食塩	0. 10 g	†
戊血	100.00	
水	1 120.00 σ	1

2018年10月24日 水曜日 - 益田の食育の	り目	
麦ごはん 献立 いわしのしょうが煮	キャベツの甘	死手⊓ ⇒
● 高野豆腐のたまご。		IFTH AL
料理名/食品名	一人分量	切り方
【牛乳・和No1】	平 1	
[牛乳]		
午乳 【坐館,和No.2】	1.00 本	
「麦ご飯 80g]		
【米飯・和No3】 [麦二飯 80g] 水稲穀粒(精白米) おおむぎ(米粒麦)	76.00 g 4.00 g	
おおむぎ(米粒麦)	4.00 g	
【煮物】 [いわしのしょうが煮]		
[いわしのしょうが煮] いわしドレス 50g	1.00 個	
しょうが	2.00 g	せん切り
(いわしいエフが鬼) いわしドレス 50g しょうが こいくちしょうゆ JF 本味醂 1.8L JF 料理暦1.8L 三温糠	1,00個 2,00g 7,00g 5,00g 4,50g 2,00g 15,00g	
JF 平味M 1.8L TF 料理洒1 8L	4, 50 g	
JF 本味醂 1.8L JF 料理酒1.8L 三温糖	2.00 g	
水	15. 00 g	
【煮物・和No14】		
[●高野豆腐のたまごとじ] 鶏モモ(1.5cm角切)	20, 00 g	
鶏モモ(1. 5cm角切) 昭和 サラダ油 1.5kg	0.20 g	
王葱	45. 00 g	スライス 小いちょう 斜め小口
(こんじん 干1 椎苷(羊邦産)	10.00 g	小いちより 斜めホロ
にんじん 干し椎茸(美都産) 高野豆腐(サイコロ)	13. 00 g	かけ ペン・1・口
ねぎ <u>馬鈴しよ澱粉1kg</u>	8.00 g	小口切り
馬鈴しよ澱粉1kg	1.00 g	
● たまこ だし昆布	0 50 g	
たいつお(亀バラ)500g	0.50 g	
●たまご WU + K B ●たまご だし昆布 だし昆布 花かつお (亀バラ) 500g こいくちしょうゆ	20. 00 g 0. 20 g 45. 00 g 10. 00 g 1. 00 g 13. 00 g 8. 00 g 1. 00 g 20. 00 g 0. 50 g 4. 00 g 1. 00 g	
JFD 料理酒 三須梅	1.00 g	
三価値 【あえ物・和No29】	1.00 g	
[キャベツの甘酢和え]		
キャベツ	25. 00 g 15. 00 g	せん切り
だいこん にんじん	15.00 g	短冊切り せん切り
にんしん 乾燥ワカメ(華) 5 0 0 g	3. 00 g 3. 00 g 0. 30 g 9. 00 g 2. 70 g 2. 10 g 1. 80 g 0. 45 g	E 10 93 7
スクール糸かまぼこ(ほぐし) ちりめん	9.00 g	
ちりめん	2.70 g	
こいくちしょうゆ 穀物酢	2.10 g	
三温糖	0.45 g	

2018年10月25日 木曜日	●姚・姚田芸	来成分を含む
ごはん 献立 豚肉ときくらげのみそ欠	L よ こ ま に マ し エ し し し し し し し し し し し し し し し し し	- = <i>F</i>
	/め こはりさり	フタ
料理名/食品名	一人分量	切り方
【牛乳・和No1】	+12	
【牛乳・和No1】 [牛乳]		
牛乳	1.00 本	
【米飯・和No4】 [ご飯]		
↓ □ 欧	80.00 g	
[豚肉ときくらげの味噌炒め]		
豚モモ(こま切れ)	20.00 g	
【炒め物】 [豚肉ときくらげの味噌炒め] 豚モモ(こま切れ) きくらげ(乾) 玉葱	20. 00 g 1. 00 g 30. 00 g 10. 00 g 15. 00 g 10. 00 g 4. 00 g 0. 50 g 1. 00 g 0. 30 g 0. 30 g 0. 50 g	1 1π η
<u> - 上心</u> 書ピーマン	10 00 g	到切り
<u> 玉彩</u>	15. 00 g	乱切り 乱切り 乱切り 乱切り
エリンギ	10.00 g	乱切り
みそ	4.00 g	
こいくちしょうゆ JFS 本味醂(使わない)	0.50 g	
JFS 本味醂(使わない)	1.00 g	
二価間	0.30 g	
三温糖 コショー(純) 2 0 0 g 昭和 サラダ油 1.5kg	0.50 g	
【あえ物・洋No48】		
【あえ物・洋No48】 [ごぼうサラダ]		
<u> ごぼう</u>	15.00 g	ささがき
キャベツ	15.00 g	ささがき せん切り せん切り
ごぼう キャベツ にんじん ブロッコー (セレクト)	10 00 g	せん切り
ライトツナ水者フレーク	6, 00 g	
カドヤ いりごま (白) 1kg	0.60 g	
コショー(純)200g	0.02 g	
ケン ノンエッグマヨネーズタイプ	7. 00	
にんじん ブロッコー (セレクト) ライトツナ水煮フレーク カドヤ いりごま (白) 1kg コショー (純) 200g ケン ノンエッグマヨネーズタイプ 食塩 汁地	15. 00 g 15. 00 g 7. 00 g 10. 00 g 6. 00 g 0. 60 g 0. 02 g 7. 00 0. 10 g	
[1.7.7.7.4.1.1]		
アトレイ ちいももち (プレーン)	24, 00 g	短冊切り
にんじん	10.00 g	ルちょう スライス
にんじん たまねぎ ほうれん草	20.00 g	スライス
ほうれん草	15. 00 g	
上 押音 (主要(光)	24. 00 g 10. 00 g 20. 00 g 15. 00 g 1. 00 g 5. 00 g	
にはは、大和性/ 油揚げ うすくちしょうゆ	3.00 g	
食頂	0. 20 g	
花かつお(亀・細切)	3. 00 g 0. 20 g 3. 00 g 1. 00 g	
JFDA 料理酒	1.00 g	

美都学校給食共同調理場

●卵・卵由来成分を含む

2018年10月26日 金曜日

2018年10月26日 金			
	キムチチャーハン		
献立	春巻き	海藻サラダ	
110 1	フルーツポンチ	III-FIX / / /	
-	•	1八目.	
料理名	/食品名	一人分量	切り方
【牛乳・和No1】			
[牛乳]			
生到		1.00 本	
【変わり飯・中No	\1 \	1.00 7	
「もんチチューハ) /]		
[キムチチャーハ] 水稲穀粒(精白)	<u> </u>	76 00	
小怕殺私(有日	木)	76.00 g	
おおむぎ(押麦))	4.00 g	
豚モモ(こま切る	h)	20.00 g	
しょうが		0.50 g	みじん切り
	ゆ	76. 00 g 4. 00 g 20. 00 g 0. 50 g 1. 50 g 0. 50 g 15. 00 g 10. 00 g 1. 00 g 1. 00 g 1. 00 g 1. 00 g	
三温糖		0.50 g	
白莖キムチ		15, 00 g	
にないない		10 00 g	細い短冊
ブラ油 (調合)	1 65kg	1 00 %	VAT A VAT III
にんじん ゴマ油 (調合) 食塩	1.00Kg	1.00 g	
	1.3	0.30 g	
こいくちしょう か ヤ いりごま	(KD	1.00 g	
カヤいりこま	(自) lkg	1.50 g	
【揚げ物・中No4】 [春巻き]			
[春巻き]			
▮ 小) パリパリ春	美 <u>券50 g</u>	1.00 個	
中)パリパリ春	₹ 券 35 g	2.00 個	
大百白絞油		2.00 個 5.00 g	
【あえ物・和No42) 1	0,008	
[海藻サラダ]	- 4		
上海像ソフクコ		20.00	과 기세 씨
キャベツ きゅうり		20.00 g	せん切り 半月スライス
さゆうり		15.00 g	干月 / / 1//
にんじん		5.00 g	せん切り
海藻サフダG S	5500g	0.50 g	戻しておく
海藻サラダGS ノンオイルドレッシング	(青じそ)1L <u></u>	20.00 g 15.00 g 5.00 g 0.50 g 5.00 g	
【その他・和No5]			
[フルーツポンチ]			
りんご		10.00 g	
みかん缶詰1号	/	20, 00 g	
パイン缶詰(フレハ	ッシュチト゛ット)	20.00 g 20.00 g 20.00 g 20.00 g	
パイン缶詰(フレッ 黄桃缶詰(ダイスス	(1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1	20.00 8	
<u> </u>	<u>// [/ 1 夕 川</u> ハギノデ	20.00 g	
春夏冬(あきな)	1 1 1 LW C	∠0.00 g	
クッキンク・ワイン(赤)] 三温糖	1.8L	Z. 00 g	
二温糖		20.00 g 20.00 g 2.00 g 5.00 g 45.00 g	
水		45.00 g	
			1

2016年10月29日 月	唯日 休小中連拐帆1		
	ごはん		
献立 さばの塩焼き 煮ごみ エリンギと春雨のすまし汁			
	エリンギと春雨のオキト	升	
来L#田 /	名/食品名	一人分量	切り方
17年1	日/ 及即石	単位	9177
中國		- 中世	
【牛乳・和No1】			
[牛乳]			
牛乳		1.00 本	
		1.00 4	
【米飯・和No4】			
【「ご飯↑			
水稲穀粒(精白	木)	80.00 g	
/ 1日本文化工(作日口	<i>木)</i>	00.00 g	
【焼物・和No14】			
「さげの塩焼き」			
氷泪海り指そげ	打 む 50g	1.00 個	
氷温造り塩さば 【煮物・和No46】	9/7/21 00g	1.00 個	
【煮物・和No46】		<u> </u>	
[にごみ]			
<u> </u>	A 知\	15 00 c	
鶏肉モモ(2cm さといも	円 ツノ	15. 00 g 30. 00 g 15. 00 g 10. 00 g 10. 00 g 15. 00 g 1. 00 g 2. 50 g 1. 00 g 1. 00 g	et (m) is
さといも		30.00 g	乱切り
ごぼう		15. 00 g	乱切り
ごぼう にんじん		10.00	乱切り
$(-\psi \cup \psi)$	721 1	10.00 g	立し分り
たけのこ水煮	(乱切)	10.00 g	
板こんにあく		15 00 g	乱切り
7人 14世 / 美 ***7	±.'\	1 00	Dr 20 2
板こんにゃく 干し椎茸(美都 インゲン500g こいくちしょ		1.00 g	
■ インゲン500 g		8.00 g	
こいくもしょう	ī kh	2 50 g	
ニューション	7.17	1 00 6	
二温槽		1.00 g	
JFD 料理酒		1.50 g	
【汁物・和No38】			
[11 40 4 H 10 30]	の子よ」 刈 1		
[エリンギと春雨 ケンミン はるさめ	の 9 まし汁」	ļ	
▮ ケンミン はるさめ	S国産1kg	5.00 g	
小松茎		10 00 g	2.5cm幅
にんじん		19.00 8	1.1.1.2 1. S
$\kappa \sim \kappa \sim \kappa$		12.00 g	小いりよう
エリンギ うす切かまぼこ		5. 00 g 10. 00 g 12. 00 g 12. 00 g 7. 00 g 1. 00 g 1. 50 g 2. 00 g 1. 00 g 0. 20 g	2.3cmm 小いちょう 乱切り
うす切かすぼう	· (直空)	7.00 σ	
ファカル みほく	- \ 5 \d	1 00	
こいくりしより	うゆ うゆ	1. UU g	
うすくちしょう	う <i>ゆ</i>	1.50 g	
		2.00 a	
<u>煮十したし</u> だし昆布		1 00 8	
にし昆布		1.UU g	
▲ 食塩		0.20 g	
			• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •
.		 	
		ļ	
		<u> </u>	
		ļ	
		ļ	
		I	

4	2018年	F10月	30日	水曜	星月	
---	-------	------	-----	----	----	--

2018年10月30日 7	八唯 日		
	ミニロールパン		
献立 ミンチカツ スパゲティナポリタン		コールスローサラダ	
		_ /• / •	, , , ,
	スパケティテ ホリタン		
게이 ## #	· / A □ b	一人分量	[III Io +
科理名	1/食品名	単位	切り方
I II all and a second		- 単位	
【牛乳・和No1】			
[牛乳]			
牛乳		1.00 本	
T1L T-N 0 T T-N 0 T T-N 0 T T-N 0 T T-N 0 T T-N 0 T T T T T T T T T		1.00 本	
【麺・和No3】			
[スパゲティナポ	リタン]		
フパゲティ	5	40.00 g 10.00 g	
スパゲティ にんじん		10.00 8	11.) [# In
にんじん		10.00 g	せん切り
■ 玉葱		15 00	スライス
マッシュルーム	(ゆで)	15. 00 g 10. 00 g 5. 00 g 15. 00 g 0. 30 g 0. 30 g 10. 00 g 10. 00 g	スライス
まピーラン		5 00 -	スライス 乱切り
青ピーマン 豚もも肉ミンチ		0.00 g	ロロシリン
豚もも肉ミンチ	-	15.00 g	
にんにく		0.30 g	みじん切り
しょうが		0.30 g	すりおろす
1-15-4	<i>→</i>	10.00 g	9 7 4572 9
トマトケチャッ		10.00 g	
トマトピューレ	/	10.00 g	
焼きそばソース		2. 00 g 1. 50 g 2. 00 g 1. 50 g 2. 00 g 1. 50 g 0. 02 g	
左右 バター		1 50 c	
有塩バター パルメザンチー		1.00 g	
ハルメザンナー	- ス	2.00 g	
味 コンソメ」	500g	1.50 g	
ハウス マト゛ラスコショー?	300g	0.02 g	
【普通パン・洋No	300g	0,028	
「「百畑ハン・什」の	04]		
[ロールパン]			
ロールパン		40.00 g	
【揚げ物・和No23	3		
[S \ 4 + \ 1 \ 1 \ 1 \ 1)_ H(0-)]		
[ミンチカツ(小5(小) ポーク&チキン	78. TOUR)	1 00 5	
ハ) ホーク&ナキン	ミンナカツ50 g	1.00 個	
中) ポーク&チキン゙	ミンチカツ60g	1.00 個	
大豆白絞油		4.00 g	
)	1 8	
【あえ物・洋No50	<u> </u>		
[コールスローサ	フタ」		
キャベツ		25. 00 g	1.5cm角
にんじん		25.00 g 8.00 g	せん切り
チャンハル /を	· III. E00 =	5.00 g	C10917
ノインハム(左	siin) goog	5.00 g	
スーパースイー	i冊)500g -トコーン	5.00 g 5.00 g	
₹穀物酢		0.80 g	
砂糖(三温)1	k g	0.50 °	
●指 / → Ⅲ/ Ⅰ		0.00 8	
食塩 ケン ノンエック マヨネーン	3 h 1-2° - 1	U. 10 g	
ケン ノンエック マヨネージ	ス タイプ 1kg	0.80 g 0.50 g 0.15 g 6.00 g	
L			

2018年10月31日 水曜日

2018年10月31日 刀				
	麦ごはん			
献立	オムレツ (トマト)	即席清け	即席漬け	
m/C-22			19 1	
	オータムカレー	ハロウィンデ	ナート	
Jol HT A		一人分量	177 to 4	
料埋名	1/食品名		切り方	
		単位		
【牛乳・和No1】				
[牛乳]				
上一月日」		1.00 本		
十孔		1.00 本		
【米飯・和No3】				
[麦ご飯 80g]				
水稲穀粒(精白	水/	76.00 g		
おおむぎ(米粒		4.00 g		
【丼物・カレー等・オ	□No18】			
「オータムカレー	7			
13 クスプレ 鶏肉モモ(2 cm	上 左 l 田 \	20.00 g		
- 病肉七七(2 cm	174747	∠0.00 g		
GS 料理用ワイ	ン(赤)1.8L	0.80 g 0.20 g		
四年 サラガ油	1 5kg	0, 20 g		
テリンゼ	1. 0110	10.00 %		
2 - 7 - 7		10.00 g	<u> </u>	
さつまいも		20.00 g	いちょう	
ロイリング ボース リンギー さつまいも 玉葱 にんじん JF 国産大豆 パス 名食用かー		10.00 g 20.00 g 35.00 g 10.00 g 10.00 g 12.00 g		
にんじん		10 00 σ		
1270070	1. 土	10.00 5		
JF 国産大豆z	<u> </u>	10.00 g		
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	1	4.00 g 5.00 g 1.50 g		
カコ゛メ マイルト゛トマト	ケチャップ。3kg	5.00 ~		
- 1 2 2 2 2 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	STATE OF	J. 00 g		
	'セレント1.8L	1.50 g		
【蒸し物・和No3				
「●オムレツ(ト	マト)]			
(人) オスエハソ	(k ¬ k) 50~	1.00 個		
<u> </u>	(トマト) 50g	1.00 個		
中) オムレツ	(トマト) 60g	1.00 個		
【あえ物・和No4	.0]			
「印度清け)				
チャッル		35. 00 д	과 / ITI N	
<u> </u>		აა. 00 g	せん切り	
にんじん		10.00 g	せん切り	
国産原料福神	書	10.00 g		
	No9			
	1,091			
[ハロウィンデザ	<u>- [] </u>			
H ppyH llowee	en(カホ゛チャフ゛リン	1.00 個		
T. G. I.				

平成30年 10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