R6年 10月給食材料表

◎太字の食品は月の加工食品配合表で配合・アレルゲンをご確認ください。 〈分量(g)は小学校の量です〉

1日(火)		2日(水)		3日(木)		4日(金)		7日(月)		8日(火)		9日(水)		10日(木)		11日(金)		15日(火)		16日(水)	
ナン		麦ご飯		うどん		白飯		白飯		黒コッペパン		麦ご飯		白飯		白飯		白飯		麦ご飯	
◎ナン	1こ	精白米	72	うどん	1袋	精白米	80	精白米	80	黒コッペパン	1こ	精白米	72	精白米	80	精白米	80	精白米	80	精白米	72
牛乳		おおむぎ・米粒麦	8	五目うどんの汁		牛乳		牛乳		牛乳		おおむぎ・米粒麦	8	牛乳		牛乳		牛乳		おおむぎ・米粒麦	8
牛乳(飲用)	1本	牛乳		豚もも肉	20	牛乳(飲用)	1本	牛乳(飲用)	1本	牛乳(飲用)	1本	牛乳		牛乳(飲用)	1本	牛乳(飲用)	1本	牛乳(飲用)	1本	牛乳	
キーマカレー		牛乳(飲用)	1本	酒	0.5	厚揚げの白みそ汁		小松菜のすまし汁		肉団子のトマトスープ		牛乳(飲用)	1本	ワンタンスープ		けんちん汁		お月見汁		牛乳(飲用)	1本
豚ひき肉	30	千切り野菜汁		だいこん	15	冷凍厚揚げ	20	だいこん	15	**◎肉だんご**	25	なめこのみそ汁		糸かまぼこ	5	だいこん	25	**◎白玉団子**	20	かぼちゃのみそ汁	
鶏レバー	2	だいこん	25	はくさい	20	たまねぎ	25	こまつな	8	たまねぎ	25	たまねぎ	20	たまねぎ	25	輪切りごぼう	10	**◎銀杏型かまぼこ**	10	かぼちゃカット	30
たまねぎ	65	千切りごぼう	5	干し椎茸	0.3	だいこん	15	しめじバラ	8	にんじん	10	だいこん	15	はくさい	20	里芋カット	15	里芋カット	15	たまねぎ	25
にんじん	20	たけのこ千切り	8	油あげカット	5	カットわかめ	0.3	かまぼこ	8	キャベツ	25	なめこ	8	ワンタン	4	干し椎茸	0.5	だいこん	20	えのきばら	5
トマト水煮ダイス	30	糸かまぼこ	6	ねぎ 刻み	5	ねぎ 刻み	5	木綿豆腐	20	トマト水煮ダイス	20	木綿豆腐	20	ねぎ 刻み	5	木綿豆腐	15	ねぎ 刻み	5	カットわかめ	0.3
米ぬか油	0.2	えのきばら	5	だし用フレーク節	2.5	だし用煮干し	2	ねぎ 刻み	5	トマトケチャップ	3	油あげカット	5	中華だしの素	1	角切りこんぶ	0.5	だし用フレーク節	2.5	ねぎ 刻み	5
クミン	0.02	ねぎ 刻み	5	濃口しょうゆ	2.5	白みそ	7.3	だし用フレーク節	2.5	オリーブオイル	0.2	カットわかめ	0.2	鶏ガラスープ	10	だし用フレーク節	2.5	薄口しょうゆ	2.6	だし用煮干し	2
ターメリック	0.25	だし用フレーク節	2.5	薄口しょうゆ	3	サバの照り焼き		薄口しょうゆ	3.2	おろしにんにく	0.1	ねぎ 刻み	5	薄口しょうゆ	2.5	薄口しょうゆ	2.3	濃口しょうゆ	1	合わせみそ	7.5
おろし生姜	0.3	薄口しょうゆ	3.2	本みりん	1	サバ	1切	天塩	0.2	コンソメ	1.5	だし用煮干し	2	天塩	0.15	濃口しょうゆ	1.5	本みりん	0.8	厚揚げのそぼろあんかけ	
おろしにんにく	0.3	天塩	0.2	天塩	0.5	おろし生姜	0.8	サワラのみそネーズ焼き		天塩	0.05	合わせみそ	7.5	白こしょう	0.02	天塩	0.2	天塩	0.15	生揚げ	1こ
カレー粉	0.45	鶏肉の柿ソース		牛乳		酒	1.5	サワラ	1切	精製塩	0.1	豚肉と里芋の揚げがらめ		シシャモの米粉揚げ		鶏肉のねぎだれかけ		カツオとポテトの梅がらめ		鶏ひき肉	12
チャツネ	3	鶏もも肉皮つき	1切	牛乳(飲用)	1本	濃口しょうゆ	2.5	酒	1.5	薄口しょうゆ	0.5	豚もも肉	35	シシャモ	2尾	鶏もも肉皮つき	1切	カツオ角切り	30	おろし生姜	0.6
ウスターソース	3	おろしにんにく	0.2	円空里芋コロッケ		三温糖	1.5	おろし生姜	0.2	イカのコロコロ揚げ		酒	1	酒	1	酒	1	酒	1	濃口しょうゆ	3.8
トマトケチャップ	5	濃口しょうゆ	1.2	**◎円空里芋コロッケ**	1こ	本みりん	1	天塩	0.1	イカ角切り	45	おろし生姜	0.5	おろし生姜	0.6	おろし生姜	0.5	かたくり粉	3	三温糖	2.2
天塩	0.4	酒	1	大豆油	4.5	酒	1	三温糖	3	酒	1.2	かたくり粉	5	米粉	5	かたくり粉	5	米粉	3	本みりん	1.2
◎ガラムマサラ	0.01	かたくり粉	5	ブロッコリーおかか和え		かたくり粉	0.3	濃口しょうゆ	0.2	濃口しょうゆ	1.5	里芋一口大	15	大豆油	2.5	ねぎ 刻み	4	じゃがいもカット	20	酒	1.2
コンソメ	1	**◎富有柿ピューレ**	7	ブロッコリー	25	水	4	**◎粉からし**	0.02	おろし生姜	0.4	かたくり粉	4	切干大根のビビンバ		濃口しょうゆ	2.5	大豆油	4.5	和風だしの素	0.2
米粉	2.5	三温糖	0.5	キャベツ	15	れんこんサラダ		米酢	0.6	かたくり粉	4	大豆油	4	豚もも肉	25	本みりん	1.2	濃口しょうゆ	2.4	かたくり粉	0.5
フライドポテト		本みりん	0.5	にんじん	7	れんこんカット	20	合わせみそ	4	米粉	3	濃口しょうゆ	2.8	県産切干大根	4	三温糖	1.8	三温糖	2	水	8
じゃがいもカット	55	米酢	0.9	糸かつお	0.7	キャベツ	15	卵なしマヨネーズ	6	大豆油	3	三温糖	2.2	にんじん	12	米酢	3	本みりん	1.3	あきしまささげのごまじょうゆ和え	
かたくり粉	5	レモン果汁	0.6	卓上しょうゆ	2	ホールコーン	8	紙カップ	1枚	栗とさつまいものサラダ		本みりん	1.5	**◎ぜんまい水煮**	5	かたくり粉	0.2	**◎ねり梅**	2	秋縞ささげカット	15
米粉	3	天塩	0.02			ごまドレッシング	7	きんぴらごぼう		さつまいもカット	32	酒	1	◎冷凍県産ほうれん草	12	水	2.5	水	3	緑豆もやし	30
大豆油	2.5	水	1.5					千切りごぼう	32	くり	10	水	2.5	たけのこ千切り	15	かおりたくあん和え		秋の吹き寄せ煮		にんじん	8
精製塩	0.25	かたくり粉	0.2					にんじん	12	きゅうり	12	キャベツの磯香和え		米ぬか油	0.3	キャベツ	27	鶏もも肉皮なし	10	濃口しょうゆ	2.3
海藻サラダ		ツナじゃが						つきこんにゃく	4	精製塩	0.1	キャベツ	35	酒	1.5	きゅうり	10	乱切りごぼう	10	三温糖	1.1
海藻ミックス	0.5	じゃがいもカット	50					赤つきこんにゃく	4	マヨネーズ	6	冷凍ほうれんそう	10	おろしにんにく	0.8	にんじん	8	れんこんカット	15	白ごま	1
だいこん	30	にんじん	10					冷凍さやいんげん	8			にんじん	8	濃口しょうゆ	4.2	かおり粉	0.3	にんじん	8	白すりごま	1
きゅうり	10	たまねぎ	30					米ぬか油	0.5			ごま和えの素	3.5	米酢	1.6	なしゼリー		角こんにゃく	10	味付小魚	
ホールコーン	8	マグロオイル漬け	10					本みりん	1.5			角刻みのり	0.5	三温糖	2.2	**◎なしゼリー**	1こ	干し椎茸	0.5	味付小魚	1こ
和風ドレッシング	6	和風だしの素	0.5					三温糖	2					巨峰				**◎栗レトルト**	8		
レモンタルト		酒	1.2					和風だしの素	0.5					巨峰	1袋			三温糖	2.3		
レモンタルト	1こ	三温糖	2					濃口しょうゆ	2.3									濃口しょうゆ	2.8		
		濃口しょうゆ	3															本みりん	1		
		本みりん	1.5															酒	1		
		米ぬか油	0.5															和風だしの素	0.4		
																		米ぬか油	0.3		
三和小 リクエスト給食								ふるさとWeek		ふるさとWeek		ふるさとWeek		ふるさとWeek		ふるさとWeek		十三夜に ちなんだ献立			

17日(木)		18日(金)		21日(月)		22日(火)		23日(水)		24日(木)		25日(金)		28日(月)		29日(火)		30日(水)		31日(木)	
中華麺		白飯		白飯		切目入りコッペパン		麦ご飯		ソフト麺		白飯		白飯		小型コッペパン		麦ご飯		白飯	
中華めん	1袋	精白米	80	精白米	80	切り目入りコッペパン	1こ	精白米	72	ソフト麺	1こ	精白米	80	精白米	80	コッペパン	1こ	精白米	72	精白米	80
豚骨ラーメンの汁		牛乳		牛乳		牛乳		おおむぎ・米粒麦	8	肉みそソース		牛乳		牛乳		牛乳		おおむぎ・米粒麦	8	ハヤシシチュー	
豚もも肉	18	牛乳(飲用)	1本	牛乳(飲用)	1本	牛乳(飲用)	1本	牛乳		豚ひき肉	20	牛乳(飲用)	1本	牛乳(飲用)	1本	牛乳(飲用)	1本	牛乳		豚もも肉	20
はくさい	20	もずく汁		豚汁		洋風わかめスープ		牛乳(飲用)	1本	おろし生姜	0.5	関東煮		大根汁		やきそば		牛乳(飲用)	1本	たまねぎ	55
緑豆もやし	20	だいこん	30	豚もも肉	12	糸かまぼこ	6	吉野汁		にんじん	15	だいこん	55	だいこん	30	焼きそばめん	50	かぶの白みそ汁		にんじん	20
ホールコーン	10	冷凍豆腐	20	酒	0.5	たまねぎ	35	だいこん	25	たまねぎ	50	**◎ミニ竹輪**	8	しめじバラ	8	米ぬか油	0.1	かぶ皮むき	25	じゃがいも皮むき	35
ねぎ 刻み	5	かまぼこ	8	だいこん	15	ホールコーン	10	はくさい	12	たけのこ水煮	10	**◎玉はんぺん**	15	はくさい	10	豚もも肉	20	たまねぎ	20	マッシュルーム	10
おろしにんにく	0.3	**◎もずく**	10	ささがきごぼう	10	カットわかめ	0.5	かまぼこ	8	干し椎茸	0.5	角こんにゃく	15	冷凍豆腐	20	キャベツ	45	えのきばら	5	米ぬか油	0.3
おろし生姜	0.5	ねぎ 刻み	5	里芋カット	15	ねぎ 刻み	5	干し椎茸	0.5	ねぎ 刻み	5	うずら卵	22	ねぎ 刻み	5	にんじん	20	木綿豆腐	20	おろしにんにく	0.5
米ぬか油	0.2	だし用フレーク節	2.5	豚汁用こんにゃく	8	コンソメ	1.5	木綿豆腐	15	米ぬか油	0.3	**◎がんもどき**	15	だし用フレーク節	2.5	たまねぎ	15	油あげカット	3	赤ワイン	1
中華だしの素	1	薄口しょうゆ	3.2	木綿豆腐	15	天塩	0.15	ねぎ 刻み	5	酒	1	角切りこんぶ	1	薄口しょうゆ	2.6	米ぬか油	0.5	かぶの葉カット	5	洋風だしの素	1
豚骨ラーメンの素	6	天塩	0.2	ねぎ 刻み	5	薄口しょうゆ	0.3	だし用フレーク節	2.5	本みりん	1	だし用フレーク節	2.5	濃口しょうゆ	1	中華だしの素	1	だし用煮干し	2	トマト水煮ダイス	8
濃口しょうゆ	2	豚肉とごぼうの炒めもの		だし用煮干し	3	ウインナーのトマトソース		薄口しょうゆ	3.2	和風だしの素	0.5	濃口しょうゆ	3	天塩	0.15	天塩	0.3	白みそ	7.3	トマトケチャップ	5
酒	1	豚もも肉	20	赤みそ	3	**◎ロングウインナー**	1本	天塩	0.2	濃口しょうゆ	1	酒	1	青のりれんこん		白こしょう	0.02	サワラの竜田揚げ		ウスターソース	2
本みりん	0.5	豚肩ロース肉	25	白みそ	3.5	米ぬか油	0.1	かたくり粉	0.5	赤みそ	15	本みりん	1	れんこんカット	50	ウスターソース	6.5	サワラ	45	ハヤシルウ	7
天塩	0.2	酒	2	鶏肉のから揚げ		トマトケチャップ	3	おろし生姜	0.1	三温糖	6.5	和風だしの素	0.5	米粉	2	オイスターソース	0.8	濃口しょうゆ	2.5	デミグラスソース	15
白こしょう	0.01	たまねぎ	15	鶏もも肉皮つき	2切	トマトピューレ	3	サバの塩焼き		かたくり粉	1.5	ワカサギのカリカリ揚げ		かたくり粉	3	粉かつお	0.1	おろし生姜	1.5	白こしょう	0.03
白生姜刻み	0.6	ささがきごぼう	12	濃口しょうゆ	2.3	赤ワイン	2	サバ	1切	水	4.2	ワカサギ	40	大豆油	4	カレー粉	0.03	酒	2	天塩	0.25
牛乳		米ぬか油	0.5	おろし生姜	1.8	ウスターソース	1	酒	2	牛乳		おろし生姜	0.5	精製塩	0.15	トマトケチャップ	1.3	かたくり粉	4	牛乳	
牛乳(飲用)	1本	おろしにんにく	0.3	おろしにんにく	0.3	三温糖	0.5	天塩	0.5	牛乳(飲用)	1本	酒	1.8	あおさ粉	0.05	白生姜刻み	0.6	米粉	2	牛乳(飲用)	1本
大学芋		おろし生姜	0.4	酒	1.5	かたくり粉	0.15	ひじきの炒め煮		とうふナゲット		濃口しょうゆ	1	あおさ粉	0.2	大豆油	4	チョコタフィ	
さつまいも	50	赤みそ	3	かたくり粉	9	水	1	米ひじき	3	**◎豆腐ナゲット**	2こ	天塩	0.05	豚井の具		かぼちゃひき肉フライ		切り干し大根の煮物		炒り大豆	15
大豆油	2.5	三温糖	2	大豆油	3	キャベツソテー		竹輪スライス	8	大豆油	2	カレー粉	0.5	豚もも肉	35	南瓜ひき肉フライ	1こ	県産切干大根	6	三温糖	6.2
三温糖	3.5	濃口しょうゆ	0.8	まめまめサラダ		キャベツ	35	にんじん	12	大根サラダ		かたくり粉	2.5	酒	1	大豆油	3	にんじん	10	純ココア	1.4
濃口しょうゆ	1	酒	1.5	キャベツ	25	にんじん	10	つきこんにゃく	5	だいこん	35	米粉	2.5	米ぬか油	0.5	フルーツカクテル		竹輪スライス	8	水	1.4
水	1	豆板醤	0.1	にんじん	8	マグロオイル漬け	7	赤つきこんにゃく	8	きゅうり	10	大豆油	4	たまねぎ	30	みかんシロップ漬	25	赤つきこんにゃく	5	グリーンサラダ	
チンゲン菜のサラダ		こち醤	0.2	むき枝豆	10	濃口しょうゆ	1.4	冷凍さやいんげん	6	ホールコーン	8	もやしのゆかり和え		かまぼこ	8	パインシロップ漬	25	冷凍さやいんげん	5	キャベツ	30
チンゲンサイ	20	かたくり粉	0.3	大豆水煮	10	本みりん	0.4	米ぬか油	0.5	むき枝豆	5	緑豆もやし	40	白糸こんにゃく	8	黄桃シロップ漬	20	米ぬか油	0.3	冷凍ほうれんそう	10
だいこん	30	つぼ漬け和え		ソイドレッシング	8	米ぬか油	0.3	濃口しょうゆ	2	青じそドレッシング	6	きゅうり	10	三温糖	1.8	ダイスレモンゼリー	20	三温糖	1.8	きゅうり	10
にんじん	8	キャベツ	30	ぶどうグミ		ヨーグルト		三温糖	1.5			にんじん	8	濃口しょうゆ	3.5			薄口しょうゆ	1.8	イタリアンドレッシング	6
玉ねぎドレッシング	7	冷凍ほうれんそう	10	ぶどうグミ	1こ	**◎ヨーグルト**	1こ	和風だしの素	0.5			和風だしの素	0.5	和風だしの素	0.5			和風だしの素	0.5		
はちみつレモンゼリー		にんじん	5					本みりん	1.5			ゆかり粉	0.7	りんご				酒	1		
蜂蜜レモンゼリー	1こ	つぼ漬け	8					みかん				胚芽ふりかけ		りんご	1こ			本みりん	0.8		
		りんご						みかん	1こ			胚芽ふりかけ	1こ								
		りんご	1こ																		
		歯の日		西中 リクエスト給食		おすすめ 朝ごはん献立		図書献立 「やきざかなののろい」										食品ロス 削減の日献立			

・学校給食に使われる県産農産物等には、JAグループ、美濃加茂市、富加町および岐阜県による助成が行われています。
・「学校給食地産地消推進事業」は、学校給食において県産農産物等を積極的に活用することを通じて、少年期からの食農教育を推進することを目的としています。