

松伏町学校給食センター ほほえみ 小学校

日	1月9日(金)		1月13日(火)		1月14日(水)		1月15日(木)		1月16日(金)		1月19日(月)	
献立名	麦ご飯 牛乳 ビビンバ えびにらまんじゅう バンサンスー 棒棒鶏ドレッシング		わかめご飯 牛乳 雑煮 鮭フライ ごまみそきんぴら ソース		フラワーロール 牛乳 クラムチャウダー ハンバーグトマトソース 野菜ソテー		麦ご飯 牛乳 フォースープ 目玉焼き風オムレツ ガパオライスの具		ご飯(彩のきずな) 牛乳 あおさのみそ汁 鶏肉のから揚げ2個 なめ茸和え		ツイストパン・米粉パン(1年) 牛乳 カレースープ 野菜グラタン グリーンサラダ サウザンドレッシング	
		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)
材料名及び分量(一人分のグラム数)	米	68	わかめごはん	173	フラワーロール	50	米	68	米	75	ツイストパン	50
	麦	7					麦	7			米粉パン(1年)	60
	強化米	0.25	牛乳	206	牛乳	206	強化米	0.25	牛乳	206	牛乳	206
							牛乳	206				
	牛乳	206	鶏肉	15	あさり	20	鶏肉	15	あおさ	0.5	豚肉	10
			白玉団子	25	ショルダーベーコン	10	フォー	15	だいこん	20	じゃがいも	30
	牛肉	45	だいこん	15	たまねぎ	30	もやし	10	えのきたけ	10	たまねぎ	15
	にんじん	23	ねぎ	10	にんじん	15	にんじん	15	油揚げ	3	にんじん	8
	だいこん	15	こまつな	15	じゃがいも	30	チンゲンサイ	15	豆腐	20	ピーマン	8
	ぜんまい	17	しいたけ	1	マッシュルーム	5	たけのこ	10	ねぎ	5	マッシュルーム	5
	大豆もやし	23	雪だるまかまぼこ	10	パセリ	0.05	しいたけ	0.5	煮干し	2	バター	0.5
	もやし	12	料理酒	1	バター	1.5	でん粉	1.5	かつお厚削り	2	コンソメ	2
	ほうれんそう	17	薄口しょうゆ	7	ポタージュベース	7	濃口しょうゆ	3	白みそ	8.8	薄口しょうゆ	1
	たけのこ	23	かつお厚削り	3	生クリーム	5	中華スープ	0.6	水	140	塩	0.5
	ねぎ	5	水	140	コンソメ	0.25	豚と鶏ガラスープ	5	出来上がり量	195	こしょう	0.01
	しいたけ	2	出来上がり量	200	塩	0.1	塩	0.3			白ワイン	0.5
	にんにく	0.5			こしょう	0.01	こしょう	0.01	鶏肉(D)	50	カレー粉	0.15
	ごま	2	さけフライ	50	白ワイン	1.5	米油	0.5	小麦粉	1.6	米油	1
	砂糖	1	米油	5	牛乳	50	ごま油	0.5	でん粉	7.5	水	120
	濃口しょうゆ	7			水	50	水	130	米油	5	出来上がり量	200
	料理酒	1	ごぼう	15	出来上がり量	200	出来上がり量	195				
	みりん風調味料	2	れんこん	15	ハンバーグ(バラ凍)	50	目玉焼き風オムレツ	50	キャベツ	30	野菜グラタン	40
	穀物酢	1.5	にんじん	5	米油	0.5			ほうれんそう	15		
	ごま油	0.9	さつまあげ	6	トマト	8	豚肉	20	にんじん	8	キャベツ	35
	赤みそ	2.8	ごま	0.6	トマトケチャップ	7	大豆	7	なめ茸	13	きゅうり	10
	コチジャン	1	米油	1	たまねぎ	3	たまねぎ	30	出来上がり量	45	ブロッコリー	15
豆板醤	0.2	ごま油	0.5	にんにく	0.1	赤ピーマン	8			出来上がり量	30	
米油	0.8	白みそ	3	オリーブオイル	0.5	エリンギ	8					
出来上がり量	180	砂糖	1	砂糖	0.25	こまつな	8			サウザンドレッシング	6.25	
		濃口しょうゆ	0.5	砂糖	0.25	にんにく	0.5					
えびにらまんじゅう	30	料理酒	1	赤ワイン	0.2	バジル	2.5					
米油	0.3	七味唐辛子	0.01	水	5	バジル	1					
		出来上がり量	45			ナンプラー	2.5					
はるさめ	4.5			キャベツ	30	濃口しょうゆ	0.5					
きゅうり	15			にんじん	10	オイスターソース	2.5					
にんじん	5	中濃ソース160ml	3.4	ピーマン	3	塩	0.05					
キャベツ	10			ハム	10	豆板醤	0.1					
出来上がり量	48			バター	0.5	料理酒	1					
				コンソメ	0.15	砂糖	0.5					
棒棒鶏ドレッシング	6.25			塩	0.1	米油	1.5					
				こしょう	0.01	出来上がり量	120					
				出来上がり量	33							

松伏町学校給食センター ほほえみ 小学校

[illegible]

① 令和 7 年度 1 月分 献立表詳細

松伏町学校給食センター ほほえみ 小学校

日	1月28日(水)		1月29日(木)		1月30日(金)					
献立名	ご飯 牛乳 茎わかめとホタテの中華スープ 酢豚 ゴールデンキウイフルーツ		地粉うどん 牛乳 ミートソース チーズタルト カラフルサラダ イタリアンドレッシング		ご飯 牛乳 けんちん汁 鯖のみそ煮 桜エビ入り千草炒め					
材料名及び分量(一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)
	米	75	地粉うどん	70	米	75				
	強化米	0.25	牛乳	206	強化米	0.25				
	牛乳	206	豚肉	45	牛乳	206				
	鶏肉	15	しょうが	0.2	さといも	20				
	茎わかめ	10	にんにく	0.2	にんじん	10				
	ホタテ貝フレーク	10	たまねぎ	40	だいこん	15				
	なると	8	にんじん	23	ごぼう	8				
	大豆もやし	10	米油	1.5	ねぎ	5				
	ねぎ	8	バター	0.5	しいたけ	0.5				
	だいこん	15	小麦粉	2	豆腐	15				
	豆腐干絲	10	パセリ	0.03	油揚げ	3				
	薄口しょうゆ	4	トマトケチャップ	20	かつお厚削り	3				
	塩	0.15	トマト	50	料理酒	2				
	中華スープ	1	デミグラスソース	8	濃口しょうゆ	7				
	ごま	1.5	コンソメ	0.4	水	140				
	ごま油	1	こしょう	0.01	出来上がり量	200				
	水	120	砂糖	2	さば	50				
	出来上がり量	200	塩	0.2	しょうが	0.5				
	豚肉(C)	30	赤ワイン	2	料理酒	0.6				
	でん粉	6	水	10	濃口しょうゆ	0.8				
	米油	3	出来上がり量	175	砂糖	3				
	にんじん	10	クリームチーズ	10	みりん風調味料	2				
	たまねぎ	15	生クリーム	10	赤みそ	5				
	ピーマン	6	卵	8	和風だし	0.15				
	たけのこ	10	砂糖	2.5	でん粉	0.5				
	しいたけ	0.2	レモン果汁	1	水	8				
	米油	1	小麦粉	1	炒り玉子	10				
	水	10	タルトカップ	15	かまぼこ	10				
	中華スープ	0.2	アルミカップ	1	ほうれん草	10				
	砂糖	2	キャベツ	30	もやし	10				
	濃口しょうゆ	3	きゅうり	15	キャベツ	20				
	トマトケチャップ	1	赤ピーマン	7	さくらえび 素干し	1				
	穀物酢	1.5	黄ピーマン	7	米油	1				
	でん粉	0.5	出来上がり量	38	和風だし	0.2				
	出来上がり量	63	イタリアンドレッシング	6.25	濃口しょうゆ	0.15				
	ゴールデンキウイ	50			塩	0.1				