



## ①令和 8 年度 6 月分 献立表詳細

日	6月11日(木)		6月12日(金)		6月15日(月)		6月16日(火)		6月17日(水)		6月18日(木)	
献立名	中華麺 牛乳250ml 醤油ラーメン 彩の国肉まん キャベツの中華サラダ 中華ドレッシング		かて飯 牛乳250ml 県産なめこ汁 野菜のかき揚げ 磯香和え 彩花しょうゆ・刻みのり		米粉コッペの揚げパン(きな粉) 牛乳250ml 県産フランク入りポトフ ペンネアラビアータ		麦ご飯 牛乳250ml 県産豚肉丼 豆腐ハンバーグおろしポン酢 県産野菜こんにゃくのサラダ ソイドレッシング		ご飯 牛乳250ml 彩花みそキムチスープ バサ竜田揚げ 棒々鶏サラダ 棒棒鶏ドレッシング		地粉うどん 牛乳250ml 鶏南蛮うどん みそポテト3個 県産のらぼう菜のごま油炒め	
材料名及び分量(一人分のグラム数)	中華麺	(g) 100	米	(g) 88	揚げパン用米粉パン	(g) 60	米	(g) 90	米	(g) 100	地粉うどん	(g) 100
	牛乳	258	強化米	0.3	米油	6	麦	10	強化米	0.3	牛乳	258
	豚肉	24	にんじん	6	きな粉	9.6	強化米	0.3	牛乳	258	鶏肉	24
	もやし	48	しいたけ	0.6	砂糖	7.2	牛乳	258	豚肉	12	しいたけ	1.2
	にんじん	5	さんさい	18	ビニール袋	1	県産豚肉	48	生揚げ	18	焼ふ	1.8
	小松菜	12	しめじ	6	エンボス手袋	1	米油	0.6	チンゲンサイ	12	ごぼう	12
	ねぎ	24	油揚げ	6	魔法のシート	1	こんにゃく	36	にんじん	9.6	だいこん	24
	メンマ	18	こんにゃく	6	牛乳	258	たまねぎ	48	ねぎ	9.6	にんじん	6
	きくらげ	0.6	ごま	1.2	県産フランクフルト	36	にんじん	24	にら	9.6	ねぎ	18
	米油	1.2	米油	1.2	たまねぎ	24	はくさい	54	大豆もやし	12	ほうれん草	12
	濃口しょうゆ	3	和風だし	0.6	にんじん	18	ねぎ	24	きくらげ	0.36	混合厚削り	3.6
	中華スープ	2.4	砂糖	2.16	キャベツ	30	しょうが	0.6	しょうが	0.6	砂糖	0.64
	しょう油ラーメンスープ	3.6	濃口しょうゆ	4.2	だいこん	30	しいたけ	0.36	キムチ	9.6	濃口しょうゆ	12
	こしょう	0.04	料理酒	1.8	じゃがいも	36	砂糖	3.84	キムチのもと	1	塩	0.14
	豚と鶏ガラスープ	18	みりん風調味料	1.8	しめじ	6	みりん風調味料	1.2	彩花白みそ	4.8	料理酒	1.32
	ごま油	0.6	水	6	コンソメ	0.72	濃口しょうゆ	9.6	彩花赤みそ	4.8	みりん風調味料	3.84
水	102	出来上がり量	52	豚と鶏ガラスープ	7.2	料理酒	2.4	中華スープ	0.6	水	192	
出来上がり量	264	牛乳	258	塩	0.6	水	7.2	鶏ガラスープ	6	出来上がり量	265	
肉まん	50	なめこ	36	こしょう	0.02	出来上がり量	230	水	144	じゃがいも	60	
キャベツ	42	豆腐	24	ベーリーフ	0.03	豆腐ハンバーグ	60	出来上がり量	240	小麦粉	9	
きゅうり	18	わかめ	0.6	水	96	米油	0.6	バサ竜田揚げ	60	水	9	
とうもろこし	12	ねぎ	9.6	出来上がり量	240	だいこん	15	米油	6	米油	6	
出来上がり量	59	赤みそ	7.2	ペンネマカロニ	12	ぽん酢しょうゆ	2	キャベツ	30	赤みそ	6.75	
中華ドレッシング	7.5	白みそ	3.6	米油	0.3	みりん風調味料	0.3	きゅうり	18	濃口しょうゆ	1.05	
		煮干し	3.6	たまねぎ	18	料理酒	0.3	にんじん	6	砂糖	4.5	
		混合厚削り	1.2	にんにく	0.36	人参こんにゃく	12	ささみレトルト	15	みりん風調味料	1.5	
		水	168	バラベーコン	6	ほうれん草こんにゃく	12	出来上がり量	53	水	4.5	
		出来上がり量	240	トマト	24	キャベツ	30	棒棒鶏ドレッシング	7.5	油揚げ	5	
		野菜かき揚げ	60	塩	0.18	きゅうり	18			かまぼこ	12	
		米油	0.6	こしょう	0.02	出来上がり量	48			のらぼう菜	18	
		もやし	24	一味唐辛子	0.02	ソイドレッシング	7.5			もやし	12	
		キャベツ	24	パセリ	0.05					キャベツ	24	
		きゅうり	18	オリーブオイル	0.72					ごま油	1.2	
		にんじん	6	出来上がり量	58					和風だし	0.24	
		出来上がり量	50							みりん風調味料	1.2	
		彩花しょうゆ	2.4							濃口しょうゆ	0.18	
		のり	10							塩	0.12	
										出来上がり量	53	



①令和 8 年度 6 月分 献立表詳細

日	6月29日(月)		6月30日(火)						
献立名	ご飯 牛乳250ml 白玉団子汁 鶏肉の彩花みそだれ 竹輪と豆腐の炒り煮		麦ご飯 牛乳250ml 八宝菜 彩の国にらまんじゅう2個 フルーツ杏仁ミックスゼリー						
材料名及び分量(一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)	(g)
	米	100	米	90					
	強化米	0.3	麦	10					
			強化米	0.3					
	牛乳	258	牛乳	258					
	白玉団子	36	豚肉	30					
	豚肉	12	えび	12					
	だいこん	18	いか	18					
	にんじん	12	はくさい	54					
	小松菜	12	たまねぎ	42					
	ねぎ	12	にんじん	18					
	しめじ	6	チンゲンサイ	20.4					
	かつお厚削り	3.6	たけのこ	12					
	濃口しょうゆ	6	なると	3.6					
	塩	0.36	きくらげ	1.2					
	みりん風調味料	1.2	しょうが	0.36					
	水	156	中華スープ	0.36					
	出来上がり量	240	薄口しょうゆ	3					
	鶏肉(A)	50	オイスターソース	1.2					
	米油	0.6	塩	0.6					
彩花赤みそ	3.6	砂糖	0.3						
砂糖	1.2	料理酒	1.8						
料理酒	1.2	こしょう	0.01						
みりん風調味料	0.96	米油	1.8						
ごま	0.96	ごま油	0.6						
でん粉	0.24	でん粉	4.8						
水	10.2	水	48						
豆腐	36	出来上がり量	216						
ちくわ	12	彩の国にらまんじゅう	50						
ねぎ	7.2	3色ゼリー	60						
にんじん	9.6	黄桃	30						
さやいんげん	4.8	出来上がり量	125						
しいたけ	0.24								
米油	0.6								
砂糖	1.8								
料理酒	0.6								
みりん風調味料	0.96								
薄口しょうゆ	3.6								
出来上がり量	68								