

[illegible]

日	11月11日(水)		11月12日(木)		11月13日(金)		11月16日(月)		11月17日(火)		11月18日(水)	
献立名	ご飯(彩のきずな) 牛乳 彩花みそさつま汁 県産えごまのししゃもフライ2本 千草炒め 彩の国納豆		地粉うどん 牛乳 きのこうどん お茶蒸しパン 煮びたし		ご飯 牛乳 ワントンスープ ユーリンチー2個 大根のサラダ ごまクリーミードレッシング		コッペパン 牛乳 チキンブロス 焼フランクケチャップソース ブロッコリー入りサラダ 玉ねぎドレッシング スライスチーズ		ご飯 牛乳 吉野汁 さばの南蛮漬け かぼちゃのそぼろ煮		麦ご飯 牛乳 小江戸カレー たこナゲット2個 人参こんにゃく入りサラダ サウザンドレッシング ヨーグルト	
材料名及び分量(一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)
	米	100	地粉うどん	100	米 強化米	100 0.3	コッペパン	80	米 強化米	100 0.3	米 麦 強化米	90 10 0.3
	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206
	さつまいも	30	豚肉	24	ワントンの皮	7.2	鶏肉	36	豚肉	18	鶏肉	42
	鶏肉	18	しめじ	9.6	豚肉	14.4	たまねぎ	24	だいこん	24	さつまいも	24
	ごぼう	12	えのきたけ	6	はくさい	24	にんじん	24	にんじん	12	たまねぎ	48
	だいこん	24	しいたけ	0.6	にんじん	12	はくさい	24	ねぎ	6	にんじん	18
	にんじん	9.6	まいたけ	6	にら	6	かぶの葉	6	しめじ	6	ほうれん草	18
	ねぎ	9.6	こまつな	12	たまねぎ	12	かぶ	24	こまつな	12	豆腐	18
	彩花白みそ	5.4	ねぎ	12	なると	12	米	3.6	豆腐	18	脱脂粉乳	2.4
	彩花赤みそ	5.4	なると	14.4	なると	12	コンソメ	2.16	料理酒	1.2	トマトケチャップ	2.4
	かつお厚削り	4.8	和風だし	0.6	しいたけ	0.6	薄口しょうゆ	1.2	かつお厚削り	3.6	ウスターソース	2.4
	水	168	昆布	0.42	濃口しょうゆ	4.8	塩	0.96	料理酒	1.2	カレールウ甘口	10
	出来上がり量	240	かつお厚削り	4.8	中華スープ	0.78	こしょう	0.02	みりん風調味料	0.6	カレールウ中辛口	8
			濃口しょうゆ	12	塩	0.18	ベーリーフ	0.03	塩	0.6	カレー粉	0.1
	ししゃもえごまフライ	40	塩	0.24	こしょう	0.02	水	132	薄口しょうゆ	3.6	ガラムマサラ	0.05
	米油	4	料理酒	1.2	米油	0.84	出来上がり量	240	でん粉	1.8	しょうが	0.6
			みりん風調味料	3	ごま油	0.6			水	150	にんにく	0.6
	炒り玉子	12	水	162	水	168	フランクフルト	50	出来上がり量	240	米油	1.2
	かまぼこ	12	出来上がり量	264	出来上がり量	240	米油	0.5			水	120
	ほうれん草	12					トマトケチャップ	9.6	さば澱粉付	50	出来上がり量	255
	もやし	12	蒸しパンミックス	25	鶏肉(A)	60	中濃ソース	3.6	米油	5		
	キャベツ	24	水	16.25	小麦粉	2.4	砂糖	0.72	にんにく	0.26	たこナゲット	40
	米油	1.2	米油	0.62	でん粉	10.2	白ワイン	0.6	しょうが	0.26	米油	0.4
	和風だし	0.24	甘納豆	6.25	米油	6	水	1.2	ねぎ	3.6		
	濃口しょうゆ	0.18	お茶パウダー	0.11	ねぎ	3.6			濃口しょうゆ	6	人参こんにゃく	12
	塩	0.12	エンボス手袋	1	にんにく	0.2	ブロッコリー	24	砂糖	4.8	サラダこんにゃく	12
	出来上がり量	53	クッキングシート	1	しょうが	0.2	キャベツ	24	穀物酢	6.24	キャベツ	30
					砂糖	2.4	とうもろこし	12	ごま油	0.36	きゅうり	18
	納豆(たれ・からし付き)	30	はくさい	36	濃口しょうゆ	3	出来上がり量	55	かぼちゃ	72	出来上がり量	48
			ほうれん草	12	穀物酢	2.4			鶏肉	12		
			にんじん	12	料理酒	0.6	たまねぎドレッシング	7.5	米油	0.6		
			ミニ絹揚げ(冷凍)	14.4	ごま油	0.5			砂糖	2.4	サウザンドレッシング	7.5
			かつお節	0.36	水	2	スライスチーズ	18	濃口しょうゆ	2.4		
			砂糖	0.36	だいこん	48			みりん風調味料	0.6	ヨーグルト	70
			濃口しょうゆ	3	にんじん	9.6			料理酒	0.6		
			和風だし	0.24	大豆もやし	14.4			和風だし	0.12		
			水	6	出来上がり量	42			水	8.4		
			出来上がり量	55	ごまクリーミードレッシング	7.5			出来上がり量	80		

① 令和 8 年度 11 月分 献立表詳細

日	11月19日(木)		11月20日(金)		11月24日(火)		11月25日(水)		11月26日(木)		11月27日(金)	
献立名	ご飯(彩のきずな) 牛乳 呉汁 ゼリーフライ 豚肉とごぼうの甘辛煮 ソース 小魚パック		麦ご飯 牛乳 中華丼 県産ねぎみそパオズ2個 フルーツ杏仁ミックス		ご飯 牛乳 県産豚汁 鶏肉の県産かぼすソース 炒り豆腐 芋ようかん		子どもパン 牛乳 県産もち玄米入りミルクスープ ハンバーグデミグラスソース カラフルソテー		中華麺 牛乳 県産豆腐の麻婆ラーメン 彩の国肉まん もやし中華サラダ 中華ドレッシング		ご飯 牛乳 沢煮椀 さんま竜田揚げ ひじきとキャベツの和え物 ソイドレッシング	
材料名及び分量 (一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)
	米	100	米	90	米	100	子どもパン	80	中華麺	100	米	100
	牛乳	206	麦	10	強化米	0.3	牛乳	206	牛乳	206	強化米	0.3
			強化米	0.3	牛乳	206					牛乳	206
	大豆	24	牛乳	206			フランクフルト	6	埼玉県産サイコロ豆腐	36		
	にんじん	12			県産豚肉	24	たまねぎ	42	豚肉	18	豚肉	24
	だいこん	12	豚肉	30	じゃがいも	18	にんじん	14.4	にんじん	12	豆腐干絲	12
	さといも	12	しょうが	0.72	だいこん	18	はくさい	24	ねぎ	9.6	にんじん	12
	ねぎ	12	米油	1.2	にんじん	18	しめじ	6	たけのこ水煮干切	12	ねぎ	9.6
	こまつな	18	いか	24	ごぼう	12	もち玄米	9.6	にら	6	ごぼう	6
	しめじ	8.4	なると	14.4	こんにゃく	12	パセリ	0.06	しいたけ	1.2	こまつな	9.6
	煮干し	2.4	たまねぎ	42	たまねぎ	12	コンソメ	1.2	しょうが	0.6	えのきたけ	6
	混合厚削り	2.4	にんじん	24	煮干し	3.6	ホワイトルウ	6	にんにく	0.6	かつお厚削り	3.6
	赤みそ	4.2	チンゲンサイ	14.4	白みそ	10.8	塩	0.24	赤みそ	7.2	料理酒	1.2
	白みそ	6.6	はくさい	54	水	168	こしょう	0.02	濃口しょうゆ	6	薄口しょうゆ	3.6
	水	168	たけのこ	12	出来上がり量	240	白ワイン	0.6	麻婆豆腐の素	18	塩	0.48
	出来上がり量	240	うずら卵	12			牛乳	48	塩	0.12	水	192
			きくらげ	0.6	鶏肉(A)	50	水	108	こしょう	0.04	出来上がり量	240
	ゼリーフライ	60	中華スープ	0.96	米油	0.5	でん粉	0.24	豆板醤	0.3		
	米油	6	オイスターソース	1.2	砂糖	1.2	出来上がり量	240	豚と鶏ガラスープ	12	さんま竜田揚げ	50
			薄口しょうゆ	3.6	薄口しょうゆ	2.16			でん粉	3.6	米油	5
	豚肉	24	塩	0.6	かぼすソース	3.6	ハンバーグ(バラ凍)	80	ごま油	1.2		
	濃口しょうゆ	0.6	砂糖	0.3	みりん風調味料	0.96	米油	0.8	米油	0.6	干しひじき	1.2
	料理酒	0.6	料理酒	1.44	でん粉	0.24	たまねぎ	3	水	105	キャベツ	30
	しょうが	0.72	こしょう	0.01	水	0.24	マッシュルーム	6	出来上がり量	264	もやし	14.4
	ごぼう	21.6	ごま油	1.44			デミグラスソース	6			にんじん	12
	にんじん	9.6	でん粉	4.8	豆腐	36	トマトケチャップ	4.2	彩の国肉まん	50	出来上がり量	43
	こんにゃく	12	水	48	焼きちくわ	12	砂糖	0.12				
	さやいんげん	9.6	出来上がり量	228	ねぎ	7.2	赤ワイン	1.2	もやし	30	ソイドレッシング	7.5
	米油	0.96			にんじん	9.6	水	3.6	大豆もやし	18		
	濃口しょうゆ	2.88	葱みそパオズ	50	さやいんげん	4.8			きゅうり	12		
	砂糖	1.44			しいたけ	0.24	ほうれん草	12	にんじん	6		
	みりん風調味料	1.8	杏仁豆腐	36	米油	0.6	キャベツ	30	出来上がり量	45		
	料理酒	1.8	いちご杏仁豆腐	24	砂糖	1.8	にんじん	6				
	和風だし	0.36	黄桃ダイスシロップ漬	30	料理酒	0.6	とうもろこし	12	中華ドレッシング	7.5		
	ごま油	0.6	出来上がり量	115	みりん風調味料	0.96	オリーブオイル	0.6				
	出来上がり量	60			薄口しょうゆ	3.6	コンソメ	0.24				
					出来上がり量	68	塩	0.18				
	中濃ソース200ml	4.2					こしょう	0.02				
	小魚パック	5			芋ようかん	35	出来上がり量	45				

日	11月30日(月)								
献立名	麦ご飯 牛乳 松伏町産米粉の和風カレー とうもろこしのすり身揚げ2個 野菜のガーリックソテー								
材料名及び分量(一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)	(g)
	米	90							
	麦	10							
	強化米	0.3							
	牛乳	206							
	豚肉	30							
	さといも	30							
	たまねぎ	42							
	にんじん	18							
	だいこん	18							
	れんこん	24							
	ごぼう	12							
	濃口しょうゆ	2.4							
	みりん風調味料	3.6							
	カレールウ甘口	9.4							
	カレールウ中辛口	11							
	米粉	2.4							
	カレー粉	0.1							
	しょうが	0.6							
	にんにく	0.6							
	でん粉	0.12							
	米油	1.2							
	水	90							
	出来上がり量	245							
	とうもろこしのすり身揚げ	30							
	ブロッコリー	24							
キャベツ	48								
シュルダーベーコン	6								
オリーブオイル	0.36								
にんにく	0.36								
コンソメ	0.06								
塩	0.18								
こしょう	0.02								
出来上がり量	48								