

通常給食詳細献立表（調理場）  
 （使用量は小学校中学年の量です。低学年は0.85倍、高学年は1.15倍した量を提供します。）

6月1日(月)		6月2日(火)		6月3日(水)		6月4日(木)		6月5日(金)	
ごはん 牛乳 さわらの風味揚げ（揚） じゃが芋のピリ辛煮 キャベツのみそ汁		小松菜パン 牛乳 さつま芋のバターソースがけ ポークチャップソテー ごぼうと押し麦のスープ		ごはん 牛乳 鶏肉の香味焼き 野菜のごま炒め みそけんちん汁		ごはん 牛乳 ちくわの米粉ゆかり揚げ（揚） 切干大根入りサラダ 麻婆豆腐		ごはん 牛乳 きすのハーブマリネ（揚） コールスローサラダ たまごスープ	
食品名	含量(g)	食品名	含量(g)	食品名	含量(g)	食品名	含量(g)	食品名	含量(g)
ごはん		小松菜パン		ごはん		ごはん		ごはん	
米	70	小松菜パン	小麦重量50	米	70	米	70	米	70
牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳	
牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206
さわらの風味揚げ（揚）		さつま芋のバターソースがけ		鶏肉の香味焼き		ちくわの米粉ゆかり揚げ（揚）		きすのハーブマリネ（揚）	
さわら	50	さつま芋	70	鶏肉	50	焼きちくわ	25	きす	40
米粉	2	油	2	にんにく	0.3	澱粉	2.4	米粉	1
澱粉	2	三温糖	3.2	生姜	0.4	米粉	3.2	澱粉	1.5
天然塩	0.3	水	2	トウバンジャン	0.1	水	6.5	揚げ油	3
青のり	0.15	バター	3	清酒	0.5	ゆかりごはんの素	0.1	オリーブ油	1.5
揚げ油	4	澱粉	0.3	醤油	2	揚げ油	3	にんにく	0.12
じゃが芋のピリ辛煮		ポークチャップソテー		本みりん	1	切干大根入りサラダ		バジル	0.05
油	0.5	油	0.4	三温糖	0.5	人参	8	玉ねぎ	5
生姜	0.2	にんにく	0.2	ごま油	0.5	キャベツ	20	人参	2
トウバンジャン	0.21	生姜	0.2	油	0.2	もやし	1	白ワイン	1
豚肉	6	豚肉	25	野菜のごま炒め		切り干し大根	4	トマト	5.5
清酒	0.5	赤ワイン	1	油	0.3	きゅうり	5	米酢	2.8
白滝	12	しめじ	5	豚肉	3	油	1	三温糖	1.2
玉ねぎ	10	玉ねぎ	30	清酒	0.5	ごま油	1	天然塩	0.26
人参	6	人参	10	玉ねぎ	15	三温糖	0.8	こしょう	0.013
じゃが芋	20	天然塩	0.1	キャベツ	20	米酢	0.5	コールスローサラダ	
生揚げ	15	こしょう	0.02	もやし	20	醤油	3	人参	5
三温糖	1	三温糖	1	赤ピーマン	2	麻婆豆腐		ホールコーン	10
赤みそ	0.8	トマトケチャップ	4	すりごま	1.5	油	0.5	キャベツ	30
醤油	2	中濃ソース	1	ねりごま	4	生姜	0.4	きゅうり	5
本みりん	1	ウスターソース	1	ごま油	0.5	にんにく	0.4	玉ねぎ	3
ごま油	0.5	醤油	0.5	三温糖	0.5	トウバンジャン	0.42	油	2
水	1	澱粉	0.5	醤油	2	豚肉	25	米酢	1.5
キャベツのみそ汁		ごぼうと押し麦のスープ		天然塩	0.1	清酒	0.5	天然塩	0.3
人参	10	ばらベーコン	4	みそけんちん汁		干ししいたけ	0.2	こしょう	0.01
キャベツ	35	白ワイン	1	油	0.5	玉ねぎ	38	三温糖	0.5
えのき	5	ごぼう	15	ごぼう	10	たけのこ（水煮）	6.5	からし（粉末）	0.02
油揚げ	4	玉ねぎ	15	板こんにゃく	10	長ねぎ	15	たまごスープ	
長ねぎ	6	人参	8	人参	10	冷凍豆腐	58	鶏肉	6
白みそ	5.5	マッシュルーム（水煮）	4	大根	20	にら	5	人参	10
赤みそ	3.3	大麦（押し麦）	5	油揚げ	4	赤みそ	6.5	玉ねぎ	15
かつおだしパック	3.7	キャベツ	25	里芋	16	八丁みそ	0.5	えのき	5
だし昆布	0.14	がらスープ（ポーク）	3	木綿豆腐	15	オイスターソース	1	小松菜	10
		がらスープ（チキン）	3	長ねぎ	8	醤油	2.5	清酒	0.5
		醤油	0.5	赤みそ	4.4	三温糖	1.5	醤油	1.5
		天然塩	0.7	白みそ	4.4	ごま油	0.8	天然塩	0.6
		こしょう	0.01	かつおだしパック	3.7	がらスープ（チキン）	3	こしょう	0.02
		オリーブ油	0.5	だし昆布	0.14	がらスープ（ポーク）	6	澱粉	1.5
						澱粉	4.5	卵	18
								がらスープ（チキン）	10

通常給食詳細献立表（調理場）  
 （使用量は小学校中学年の量です。低学年は0.85倍、高学年は1.15倍した量を提供します。）

6月8日(月)		6月9日(火)		6月10日(水)		6月11日(木)		6月12日(金)	
ごはん 牛乳 さけのレモン醤油がけ きんぴらごぼう 呉汁		ごはん 牛乳 ハンバーグおろしソースがけ ホットポテトサラダ ABCスープ		ひよこ豆入りキーマカレー（ごはん） 牛乳 柑橘類（河内晩柑） 野菜ときのこのソテー ひよこ豆入りキーマカレー(具)		ごはん 牛乳 いわしの梅煮 豚肉と野菜の生姜炒め じゃが芋のみそ汁		ジャージャー麺（麺） 牛乳 春巻き（揚） えび入り青菜炒め ジャージャー麺（具）	
食品名	含量(g)	食品名	含量(g)	食品名	含量(g)	食品名	含量(g)	食品名	含量(g)
ごはん		ごはん		ひよこ豆入りキーマカレー（ごはん）		ごはん		ジャージャー麺（麺）	
米	70	米	70	米	75	米	70	蒸し中華麺	125
牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳	
牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206
さけのレモン醤油がけ		ハンバーグおろしソースがけ		柑橘類（河内晩柑）		いわしの梅煮		春巻き（揚）	
さけ	50	ハンバーグ	50	河内晩柑	50	いわし	50	春巻き	50
米粉	0.8	油	1	野菜ときのこのソテー		だし昆布	0.5	揚げ油	3
油	1.5	大根	15	油	0.3	清酒	2	えび入り青菜炒め	
清酒	2.5	三温糖	1.35	にんにく	0.2	生姜	3	油	0.5
三温糖	1.5	米酢	1	ばらベーコン	4	米酢	3	生姜	0.2
醤油	2.6	醤油	2.2	エリンギ	5	水	25	にんにく	0.2
レモン果汁	2.5	本みりん	0.5	えのき	5	三温糖	4	ポークハム	4
きんぴらごぼう		ホットポテトサラダ		マッシュルーム（水煮）	5	醤油	4	えび	5
油	0.5	ばらベーコン	3	キャベツ	25	本みりん	2.5	清酒	1
豚肉	8	玉ねぎ	20	もやし	20	練り梅	0.5	ホールコーン	10
人参	10	人参	5	天然塩	0.2	豚肉と野菜の生姜炒め		キャベツ	20
ごぼう	20	じゃが芋	42	こしょう	0.01	油	0.4	チンゲンサイ	15
糸こんにゃく	20	粉チーズ	1	醤油	0.4	豚肉	8	天然塩	0.3
三温糖	2.6	生クリーム	1	ひよこ豆入りキーマカレー(具)		清酒	1	こしょう	0.01
醤油	3.2	ヨーグルト	2	油	0.5	玉ねぎ	18	醤油	0.5
さやいんげん	3	パセリ	0.02	生姜	0.3	糸こんにゃく	10	ジャージャー麺（具）	
白ごま	0.8	天然塩	0.3	にんにく	0.3	もやし	30	油	0.5
一味唐辛子	0.003	こしょう	0.01	豚肉	25	赤ピーマン	3	生姜	0.4
呉汁		ブラックペッパー	0.02	セロリー	1	人参	8	にんにく	0.4
大豆 乾燥	5	ABCスープ		清酒	1	にら	5	トウバンジャン	0.42
干しいたけ	0.15	鶏肉	5	ナツメグ	0.02	にんにく	0.3	豚肉	25
人参	8	玉ねぎ	25	クミン	0.03	生姜	0.65	清酒	1
油揚げ	4	人参	10	パプリカ	0.02	三温糖	0.8	大豆 乾燥	5
大根	15	キャベツ	30	ローリエ	0.02	醤油	3.5	玉ねぎ	40
じゃが芋	20	がらスープ（チキン）	10	こしょう	0.02	本みりん	1	干しいたけ	1
長ねぎ	6	天然塩	0.65	天然塩	0.7	ごま油	0.5	たけのこ（水煮）	10
小松菜	10	こしょう	0.02	玉ねぎ	45	澱粉	1.2	もやし	30
白みそ	4.4	ローリエ	0.005	人参	30	じゃが芋のみそ汁		長ねぎ	10
赤みそ	4.4	タイム	0.005	じゃが芋	20	玉ねぎ	18	天然塩	0.1
かつおだしパック	3.7	醤油	2	ひよこ豆 乾燥	8	油揚げ	4	こしょう	0.02
だし昆布	0.14	ABCマカロニ	6	赤ワイン	1.5	じゃが芋	40	赤みそ	4.5
		オリーブ油	0.5	ウスターソース	2.5	えのき	6	八丁みそ	1
				中濃ソース	2.5	長ねぎ	5	オイスターソース	1
				トマトケチャップ	3	わかめ（乾燥）	0.2	三温糖	2.5
				りんごピューレ	3	白みそ	4.2	本みりん	1
				がらスープ（チキン）	6	赤みそ	4.2	醤油	4
				がらスープ（ポーク）	6	かつおだしパック	3.7	澱粉	4
				醤油	2	だし昆布	0.14	ごま油	0.5
				三温糖	0.3			がらスープ（チキン）	3
				カレー粉	0.52			がらスープ（ポーク）	6
				小麦粉	6				
				油	6				







# 6月に使用する物資の物資内容表

(通常給食・調理場)

小松菜パン
強力粉 (小麦) 小松菜ペースト 砂糖 ショートニング イースト 脱脂粉乳 (乳) 食塩 イーストフード (小麦)

ゆかりごぼんの素
塩蔵赤しそ (赤しそ、食塩、梅酢) 砂糖 食塩 酵母エキス 酸味料

ヨーグルト
生乳 (乳) 脱脂粉乳 (乳) 水 スターター

練り梅
梅 食塩

蒸し中華麺
小麦粉 (小麦) 食塩 かん水

※くっつき防止の目的で、油を麺にまぶしています。

春巻き
キャベツ 筍 豚肉 (豚) 醤油 (大豆・小麦) 澱粉 日本酒 椎茸 砂糖 植物油 長ねぎ 胡麻油 食塩 香辛料 水 (皮) 小麦粉 (小麦) 食塩 澱粉 水

ぼたて貝柱 (フレーク)
ボイルホタテ貝柱 食塩

ミルクパン
強力粉 (小麦) 加糖練乳 (乳) ショートニング 砂糖 イースト 脱脂粉乳 (乳) 食塩 イーストフード (小麦)

コッペパン (乳・卵不使用)
強力粉 (小麦) イースト イーストフード (小麦) 食塩 砂糖 ショートニング

※配合100%の物資については、省略