

# 令和元年度 11月分詳細献立表

## 【特記事項】

- 1 原材料配合表には、特定原材料（7品目）及び特定原材料に準ずるもの（20品目）を含む食品の原材料及びアレルギーを表示しています。
- 2 ウインナーなどのように、同一の食品名であっても日によって原材料及びアレルギーが異なる場合がありますので、日々の原材料配合表をご確認ください。
- 3 製造工場の同一ラインで生産しているもので、微量に混入する可能性（コンタミネーション）のあるものについては、表示していません。
- 4 学校給食で使用する海産物（わかめ（ごはんを含む。）、もずく、ひじき、しらす、かえり、こんぶ（煮物・だし、だし用煮干し等））には、生育場所や加工の関係から、微小ないかやたこ及び甲殻類（えび、かに、貝類）等が混入していることがあります。
- 5 1人当たりの予定可食量は、調理の過程で多少変更することがあります。
- 6 原材料配合表の表記は、各製造業者の商品カルテの記載方法に準じて記載しているため、同じ原材料を使用している場合でも表記が異なる場合があります。
- 7 原材料配合表に表示されている原材料の配合割合その他詳しい情報を確認したい場合は、分かる範囲で回答しますので、下記にお問い合わせください。

光市立学校給食センター（電話：0833-72-0050）

詳細献立表  
ホームページ



令和元年11月1日(金) 学校給食献立表

原材料配合表

献立名	配合表	食品名	1人当たり予定可食量(g)	
			小学校	中学校
中華丼 麦ごはん		精白米	70.00	90.00
		強化米	0.21	0.27
中華丼の具		おおむぎ米粒麦	7.00	9.00
		豚肉	22.00	28.60
		いか	10.00	13.00
		食塩	0.05	0.07
		こしょう	0.01	0.01
		竹輪	16.00	20.80
		にんじん	20.00	26.00
		たまねぎ	35.00	45.50
		たけのこ水煮缶詰	10.00	13.00
		ブラックマッペもやし	30.00	39.00
		こまつな	7.00	9.10
		しょうが	0.10	0.13
		① ごま油	1.00	1.30
		上白糖	1.00	1.30
		② こいくちしょうゆ	4.50	5.85
		③ 中華だし	0.70	0.91
		清酒	1.00	1.30
	じゃがいもでん粉	3.00	3.90	
焼売	④	焼売	36.00	36.00
大根の中華和え		だいこん	34.00	44.20
		にんじん	8.00	10.40
		⑤ ハム	8.00	10.40
		すりごま	1.00	1.30
		ごま	1.00	1.30
		上白糖	0.90	1.17
		穀物酢	1.40	1.82
		② こいくちしょうゆ	1.10	1.43
		食塩	0.17	0.22
		① ごま油	0.90	1.17
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00

① ごま油

原材料	アレルギー
食用ごま油	ごま
食用大豆油	大豆

② こいくちしょうゆ

原材料	アレルギー
脱脂加工大豆	大豆
小麦	小麦
食塩	
アミノ酸液	
砂糖	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
甘味料(甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

③ 中華だし

原材料	アレルギー
食塩	大豆
デキストリン	鶏肉
砂糖	豚肉
たん白加水分解物	ごま
オニオンパウダー	
ガーリックパウダー	
魚醤パウダー	
酵母エキスパウダー	
食用植物油脂	
ジンジャーパウダー	
調味動物油脂	
こしょう	
乳酸発酵酵母エキスパウダー	
乳酸発酵トマトエキスパウダー	
チキンパウダー	
カラメル色素	

⑤ ハム

原材料	アレルギー
鶏肉	鶏肉
でん粉(えんどう豆 タピオカ・馬鈴薯 米)	
発酵調味料	
食塩	
砂糖	
香辛料(コリアンダー グリーンペッパー オニオン メース ペパー)	
水	

④ 焼売

原材料	アレルギー
豚肉	豚肉
たまねぎ	小麦
パン粉	
でん粉	
しょうがペースト	
砂糖	
食塩	
酵母エキス	
ポークエキス	
香辛料	
小麦粉	
還元水あめ	
水	

令和元年11月5日(火) 学校給食献立表

原材料配合表

献立名	配合表	食品名	1人当たり予定可食量(g)		
			小学校	中学校	
麦ごはん		精白米	70.00	90.00	
		強化米	0.21	0.27	
		おおむぎ米粒麦	7.00	9.00	
味付けのり	①	味付けのり	1.25	1.25	
切干しだいこんの 甘酢炒め		切干しだいこん	3.00	3.90	
	②	まぐろ水煮	10.00	13.00	
		こまつな	10.00	13.00	
		にんじん	5.00	6.50	
		しめじ	5.00	6.50	
		ごま	1.50	1.95	
		すりごま	1.50	1.95	
		サラダ油	0.50	0.65	
		三温糖	1.00	1.30	
		穀物酢	1.80	2.34	
		③ こいくちしょうゆ	1.00	1.30	
		食塩	0.07	0.09	
	肉じゃが		牛肉	15.00	19.50
			じゃがいも	43.00	55.90
		たまねぎ	45.00	58.50	
		にんじん	15.00	19.50	
④		生揚げ	20.00	26.00	
		しらたき	20.00	26.00	
⑤		凍り豆腐	2.00	2.60	
		さやいんげん	5.00	6.50	
		サラダ油	0.30	0.39	
		三温糖	3.00	3.90	
③		こいくちしょうゆ	6.00	7.80	
		清酒	0.80	1.04	
		みりん	0.80	1.04	
みかん			みかん	80.00	80.00
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00	

① 味付けのり

原材料	アレルギー
海苔	小麦
砂糖	えび
醤油食塩含	大豆
調味料	
昆布エキス	
醸造調味料	
甘味料	
エビエキス	
香辛料	

② まぐろ水煮

原材料	アレルギー
きはだまぐろ	大豆
野菜エキス	
食塩	
水	

③ こいくちしょうゆ

原材料	アレルギー
脱脂加工大豆	大豆
小麦	小麦
食塩	
アミノ酸液	
砂糖	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
甘味料 (甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

④ 生揚げ

原材料	アレルギー
丸大豆	大豆
凝固剤	
消泡剤	
食用油	

⑤ 凍り豆腐

原材料	アレルギー
大豆	大豆
凝固剤	
重曹	
消泡剤	

令和元年11月6日(水) 学校給食献立表

原材料配合表

献立名	配合表	食品名	1人当たり予定可食量(g)	
			小学校	中学校
麦ごはん		精白米	70.00	90.00
		強化米	0.21	0.27
		おおむぎ米粒麦	7.00	9.00
焼きししゃも		ししゃも	16.00	32.00
五目豆		蒸し大豆	10.00	13.00
		平天	8.00	10.40
		にんじん	8.00	10.40
		ごぼう	10.00	13.00
		さやいんげん	3.00	3.90
		和風だし	0.20	0.26
		三温糖	0.50	0.65
		① こいくちしょうゆ	1.50	1.95
		清酒	1.00	1.30
		サラダ油	0.30	0.39
	ごま汁		豚肉	10.00
		② 生揚げ	30.00	39.00
		たまねぎ	20.00	26.00
		にんじん	10.00	13.00
		じゃがいも	20.00	26.00
		乾しいたけ	0.50	0.65
		カットわかめ	0.20	0.26
		葉ねぎ	2.00	2.60
		③ 合わせみそ	10.00	13.00
		① こいくちしょうゆ	0.10	0.13
		すりごま	2.00	2.60
		ねりごま	1.00	1.30
		だしiriこ	3.00	3.90
プルーンヨーグルト		④	プルーンヨーグルト	50.00
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00

① こいくちしょうゆ

原材料	アレルゲン
脱脂加工大豆	大豆
小麦	小麦
食塩	
アミノ酸液	
砂糖	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
甘味料 (甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

② 生揚げ

原材料	アレルゲン
丸大豆	大豆
凝固剤	
消泡剤	
食用油	

③ 合わせみそ

原材料	アレルゲン
米	大豆
大豆	
大麦	
食塩	

④ プルーンヨーグルト

原材料	アレルゲン
加糖練乳	乳
脱脂粉乳	
プルーン果汁 (ピロリン酸鉄、 アントシアニン 色素含む)	
砂糖	
イソマルトオリゴ糖	
全粉乳	
乳たんぱく質濃縮物	
寒天	
増粘多糖類	
ホエーパウダー	
クリーム	
香料	
加水	

令和元年11月7日(木) 学校給食献立表

原材料配合表

献立名	配合表	食品名	1人当たり予定可食量(g)	
			小学校	中学校
小揚げパン		小麦粉	40.50	58.50
		米粉	4.50	6.50
		ショートニング	2.70	3.90
		小麦グルテン	2.25	3.25
		上白糖	2.25	3.25
		脱脂粉乳	1.80	2.60
		生イースト	1.13	1.63
		食塩	0.77	1.11
		イーストフード	0.05	0.07
		なたね油	4.50	6.50
		ドーナツシュガー	5.00	7.22
	かむかむ炒め		れんこん	30.00
		にんじん	6.50	8.45
		するめ(いか)	2.60	3.38
		アーモンド	6.50	8.45
		サラダ油	0.65	0.85
		① マーガリン	0.65	0.85
		② こいくちしょうゆ	1.04	1.35
		こしょう	0.01	0.01
ポトフ		鶏肉	30.00	39.00
		たまねぎ	50.00	65.00
		にんじん	15.00	19.50
		じゃがいも	40.00	52.00
		かぶ	15.00	19.50
		サラダ油	0.50	0.65
		③ コンソメ	1.50	1.95
		④ うすくちしょうゆ	1.80	2.34
		食塩	0.20	0.26
		こしょう	0.01	0.01
柿		柿	40.00	40.00
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00

① マーガリン

原材料	アレルゲン
食用精製加工油脂	大豆
食用植物油脂	
食塩	
乳化剤	
アナトー色素	
酸化防止剤 (ビタミンE)	
水	

② こいくちしょうゆ

原材料	アレルゲン
脱脂加工大豆	大豆
小麦	小麦
食塩	
アミノ酸液	
砂糖	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
甘味料 (甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

③ コンソメ

原材料	アレルゲン
食塩	小麦
デキストリン	大豆
ぶどう糖	鶏肉
麦芽糖	豚肉
食用植物油脂	
粉末しょうゆ	
砂糖	
野菜パウダー	
チキンエキスパウダー	
チキンパウダー	
香辛料	
ポークエキスパウダー	
酵母エキス	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
酸味料	

④ うすくちしょうゆ

原材料	アレルゲン
アミノ酸液	大豆
食塩	小麦
脱脂加工大豆	
小麦	
ソルビット	
調味料(アミノ酸等)	
ビタミンB1	
甘味料 (甘草・ステビア)	

令和元年11月8日(金) 学校給食献立表

原材料配合表

献立名	配合表	食品名	1人当たり予定可食量(g)		
			小学校	中学校	
チキンカレーライス 麦ごはん		精白米	70.00	90.00	
		強化米	0.21	0.27	
チキンカレー		おおむぎ米粒麦	7.00	9.00	
		鶏肉	20.00	26.00	
		いんげんまめペースト	8.00	10.40	
		レンズ豆	8.00	10.40	
		たまねぎ	50.00	65.00	
		じゃがいも	30.00	39.00	
		にんじん	15.00	19.50	
		グリーンピース	3.00	3.90	
		にんにく	0.30	0.39	
		しょうが	0.30	0.39	
		サラダ油	0.50	0.65	
		① カレールウ	11.00	14.30	
		② アップルピューレ	3.00	3.90	
		③ チキンスープ	3.00	3.90	
		ケチャップ	2.00	2.60	
		④ こいくちしょうゆ	0.50	0.65	
		ウスターソース	1.00	1.30	
	うずら卵のスコッチエッグ	⑤	うずら卵のスコッチエッグ	30.00	30.00
	骨太サラダ		しらす干し	1.50	1.95
			カットわかめ	0.50	0.65
		キャベツ	20.00	26.00	
		こまつな	10.00	13.00	
		ブラックマツペもやし	5.00	6.50	
		すりごま	1.00	1.30	
		上白糖	0.80	1.04	
		穀物酢	0.80	1.04	
		④ こいくちしょうゆ	1.50	1.95	
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00	

① カレールウ

原材料	アレルゲン
小麦粉	小麦
食用油脂 (パーム油、なたね油)	
砂糖	
でん粉	
食塩	
カレー粉	
デキストリン	
さつまいもパウダー	
酵母エキスパウダー	
白菜エキスパウダー	
香辛料	
ローストキャベツパウダー	
ローストオニオンパウダー	
カラメル色素	

② アップルピューレ

原材料	アレルゲン
りんご	りんご
砂糖	
酸味料	
酸化防止剤 (ビタミンC)	
香料	

③ チキンスープ

原材料	アレルゲン
鶏ガラ	鶏肉
玉ねぎ	
水	

④ こいくちしょうゆ

原材料	アレルゲン
脱脂加工大豆	大豆 小麦
小麦	
食塩	
アミノ酸液	
砂糖	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
甘味料 (甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

⑤ うずら卵のスコッチエッグ

原材料	アレルゲン
鶏肉	卵 鶏肉 小麦
うずら卵水煮	
玉ねぎ	
鶏卵(生)	
パン粉	
にんじん	
みりん	
でん粉	
小麦粉	
食塩	
こしょう	
植物油	

令和元年11月11日(月) 学校給食献立表

原材料配合表

献立名	配合表	食品名	1人当たり予定可食量(g)	
			小学校	中学校
ごはん		精白米	77.00	99.00
		強化米	0.23	0.30
大豆ふりかけ	①	大豆ふりかけ	2.50	2.50
はもフライ	②	はもフライ	40.00	50.00
		なたね油	4.00	5.00
ほうれんそうのりごま和え		ほうれんそう	10.00	13.00
		キャベツ	20.00	26.00
		にんじん	10.00	13.00
		ブラックマッペもやし	10.00	13.00
		ごま	2.00	2.60
		③ こいくちしょうゆ	2.50	3.25
		④ もみのり	0.40	0.52
		上白糖	1.00	1.30
旬菜のみそ汁		はくさい	15.00	19.50
		だいこん	20.00	26.00
		さといも	22.00	28.60
		乾しいたけ	0.30	0.39
		⑤ 木綿豆腐	30.00	39.00
		⑥ 油揚げ	5.00	6.50
		葉ねぎ	5.00	6.50
		⑦ 合わせみそ	11.00	14.30
		だしiriこ	3.00	3.90
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00

① 大豆ふりかけ

原材料	アレルゲン
大豆	大豆
ごま	ごま
しょうゆ	小麦
砂糖	
食塩	
ドロマイト	
マッシュポテト	
黒のり	
コーンスターチ	
たん白加水分解物	
みりん	
かぼちゃ粉末	
還元水飴	
ピロリン酸第二鉄	
加工でん粉	
カロチン色素	
酸化防止剤 (ビタミンC)	

② はもフライ

原材料	アレルゲン
はも	小麦
小麦	大豆
上白糖	
ショートニング	
イースト	
食塩	
大豆粉末	
小麦粉	
澱粉	
コシヨー	
水	

③ こいくちしょうゆ

原材料	アレルゲン
脱脂加工大豆	大豆
小麦	小麦
食塩	
アミノ酸液	
砂糖	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
甘味料 (甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

④ もみのり

原材料	アレルゲン
乾のり	小麦
砂糖	えび
食塩	大豆
醤油	さば
魚介エキス	ゼラチン
デキストリン	
調味料(アミノ酸等)	
香辛料抽出物	

⑤ 木綿豆腐

原材料	アレルゲン
丸大豆	大豆
凝固剤	
消泡剤	

⑥ 油揚げ

原材料	アレルゲン
大豆	大豆
菜種油	
凝固剤	

⑦ 合わせみそ

原材料	アレルゲン
米	
大豆	大豆
塩	
麴	

令和元年11月12日(火) 学校給食献立表

原材料配合表

献立名	配合表	食品名	1人当たり予定可食量(g)	
			小学校	中学校
コッペパン		小麦粉	49.50	76.50
		米粉	5.50	8.50
		ショートニング	3.30	5.10
		小麦グルテン	2.75	4.25
		上白糖	2.75	4.25
		脱脂粉乳	2.20	3.40
		生イースト	1.38	2.13
		食塩	0.94	1.45
		イーストフード	0.06	0.06
	はなっこりーとツナのソテー	①	まぐろ水煮	10.00
		はなっこりー	15.00	19.50
		たまねぎ	15.00	19.50
		キャベツ	20.00	26.00
		サラダ油	0.50	0.65
②		コンソメ	0.40	0.52
		食塩	0.10	0.13
		こしょう	0.01	0.01
ポークビーンズ		豚肉	15.00	19.50
		蒸し大豆	25.00	32.50
		じゃがいも	45.00	58.50
		たまねぎ	40.00	52.00
		にんじん	12.00	15.60
		グリーンピース	3.00	3.90
		サラダ油	0.30	0.39
		ケチャップ	14.00	18.20
	②	コンソメ	1.30	1.69
		上白糖	0.30	0.39
		ウスターソース	0.10	0.13
		食塩	0.05	0.07
		こしょう	0.01	0.01
みかん		みかん	80.00	80.00
チーズ(中学)	③	チーズ	0.00	12.00
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00

① まぐろ水煮

原材料	アレルゲン
きはだまぐろ	大豆
野菜エキス	
食塩	
水	

③ チーズ

原材料	アレルゲン
ナチュラルチーズ	乳
ミルクカルシウム	
乳タンパク質	
乳化剤	
水	

② コンソメ

原材料	アレルゲン
食塩	小麦
デキストリン	大豆
ぶどう糖	鶏肉
麦芽糖	豚肉
食用植物油脂	
粉末しょうゆ	
砂糖	
野菜パウダー	
チキンエキスパウダー	
チキンパウダー	
香辛料	
ポークエキスパウダー	
酵母エキス	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
酸味料	



令和元年11月13日(水) 学校給食献立表

原材料配合表

献立名	配合表	食品名	1人当たり予定可食量(g)		
			小学校	中学校	
ごはん		精白米	77.00	99.00	
		強化米	0.23	0.30	
揚げ餃子	①	餃子	18.00	36.00	
		なたね油	1.80	3.60	
もやしの中華和え		大豆もやし	15.00	19.50	
		にんじん	10.00	13.00	
		はなっこりー	15.00	19.50	
		カットわかめ	0.50	0.65	
		ごま	2.00	2.60	
		② ごま油	0.50	0.65	
		③ こいくちしょうゆ	1.80	2.34	
		食塩	0.10	0.13	
		こしょう	0.01	0.01	
	麻婆大根	④	木綿豆腐	48.00	62.40
⑤		冷凍豆腐	12.00	15.60	
		豚肉	20.00	26.00	
		だいこん	55.00	71.50	
		たけのこ水煮缶詰	7.00	9.10	
		葉ねぎ	5.00	6.50	
		きくらげ	0.50	0.65	
		乾しいたけ	0.50	0.65	
		にんにく	0.30	0.39	
		しょうが	0.30	0.39	
		サラダ油	0.30	0.39	
		② ごま油	0.30	0.39	
		オイスターソース	2.00	2.60	
		⑥ 中華だし	1.00	1.30	
		⑦ 赤みそ	4.00	5.20	
		③ こいくちしょうゆ	2.00	2.60	
		みりん	0.50	0.65	
		じゃがいもでん粉	1.00	1.30	
牛乳			普通牛乳	206.00	206.00

① 餃子

原材料	アレルギー
豚肉	小麦
キャベツ	大豆
玉ねぎ	豚肉
ネギ	
ニラ	
ニンニク	
生姜	
人参	
椎茸	
植物性タンパク	
ポークエキス	
みりん	
砂糖	
しょう油	
食塩	
コショウ	
小麦粉	
醸造調味料	
還元水あめ	
水	

② ごま油

原材料	アレルギー
食用ごま油	ごま
食用大豆油	大豆

③ こいくちしょうゆ

原材料	アレルギー
脱脂加工大豆	大豆
小麦	小麦
食塩	
アミノ酸液	
砂糖	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
甘味料 (甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

④ 木綿豆腐

原材料	アレルギー
丸大豆	大豆
凝固剤	
消泡剤	

⑤ 冷凍豆腐

原材料	アレルギー
大豆	大豆
デキストリン	
馬鈴薯澱粉	
豆腐用凝固剤	
ピロリン酸第二鉄	
水	
消泡剤	

⑥ 中華だし

原材料	アレルギー
食塩	大豆
デキストリン	鶏肉
砂糖	豚肉
たん白加水分解物	ごま
オニオンパウダー	
ガーリックパウダー	
魚醤パウダー	
酵母エキスパウダー	
食用植物油脂	
ジンジャーパウダー	
調味動物油脂	
こしょう	
乳酸発酵酵母エキスパウダー	
乳酸発酵トマトエキスパウダー	
チキンパウダー	
カラメル色素	

⑦ 赤みそ

原材料	アレルギー
大豆	大豆
大麦	
食塩	
米	
酒精	

令和元年11月14日(木) 学校給食献立表

献立名	配合表	食品名	1人当たり予定可食量(g)		
			小学校	中学校	
黒糖パン		小麦粉	49.50	76.50	
		米粉	5.50	8.50	
		ショートニング	3.30	5.10	
		小麦グルテン	2.75	4.25	
		上白糖	2.75	4.25	
		脱脂粉乳	2.20	3.40	
		生イースト	1.38	2.13	
		食塩	0.94	1.45	
		イーストフード	0.06	0.09	
		黒砂糖	11.00	17.00	
	ウインナー	①	ウインナー	20.00	40.00
	大豆とれんこんの サラダ		れんこん	15.00	19.50
		キャベツ	20.00	26.00	
		蒸し大豆	8.00	10.40	
		穀物酢	1.00	1.30	
		上白糖	0.30	0.39	
		② ノンエッグマヨネーズ	4.00	5.20	
		食塩	0.08	0.10	
		③ こいくちしょうゆ	0.42	0.55	
さつまいものク リーム煮 *乳除去食		鶏肉	8.00	10.40	
		たまねぎ	30.00	39.00	
		にんじん	15.00	19.50	
		しいたけ	2.00	2.60	
		さつまいも	35.00	45.50	
		はなっこりー	8.00	10.40	
		サラダ油	0.50	0.65	
		普通牛乳	30.00	39.00	
		④ ベシヤメルソース	10.00	13.00	
		⑤ コンソメ	1.00	1.30	
		食塩	0.10	0.13	
		こしょう	0.01	0.01	
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00	

原材料配合表

① ウインナー

原材料	アレルゲン
鶏肉	鶏肉
香辛料	
澱粉	
水	

② ノンエッグマヨネーズ

原材料	アレルゲン
食用植物油脂	大豆
醸造酢	
食塩	
砂糖	
粉末状植物性たん白	
香辛料	
酵母エキスパウダー	
増粘剤 (加工でん粉、 キサントガム)	
調味料(有機酸等)	
香辛料抽出物	
水	

③ こいくちしょうゆ

原材料	アレルゲン
脱脂加工大豆	大豆
小麦	小麦
食塩	
アミノ酸液	
砂糖	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
甘味料 (甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

④ ベシヤメルソース

原材料	アレルゲン
乳製品 (脱脂粉乳 ホエイパウダー 全粉乳 チーズ バター)	乳 小麦 大豆
粉末植物油脂	
小麦粉	
たん白加水分解物	
小麦たん白発酵調味料	
砂糖	
デキストリン	
食塩	
酵母エキスパウダー	
オニオンパウダー	
ほたてエキスパウダー	

⑤ コンソメ

原材料	アレルゲン
食塩	小麦
デキストリン	大豆
ぶどう糖	鶏肉
麦芽糖	豚肉
食用植物油脂	
粉末しょうゆ	
砂糖	
野菜パウダー	
チキンエキスパウダー	
チキンパウダー	
香辛料	
ポークエキスパウダー	
酵母エキス	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
酸味料	

令和元年11月15日(金) 学校給食献立表

原材料配合表

献立名	配合表	食品名	1人当たり予定可食量(g)	
			小学校	中学校
ごはん		精白米	77.00	99.00
		強化米	0.23	0.30
さばの塩焼き	①	さばの塩焼き	40.00	50.00
ひじきの煮物		ほしひじき	2.00	2.60
	②	はも天	5.00	6.50
		蒸し大豆	5.00	6.50
		にんじん	5.00	6.50
		こんにゃく	9.00	11.70
		ごま	2.00	2.60
		サラダ油	0.30	0.39
		三温糖	1.00	1.30
	③	こいくちしょうゆ	2.00	2.60
		清酒	1.00	1.30
		みりん	1.00	1.30
かきたま汁 * 卵除去食	④	木綿豆腐	30.00	39.00
	⑤	油揚げ	4.00	5.20
		たまねぎ	30.00	39.00
		にんじん	10.00	13.00
		乾しいたけ	0.20	0.26
		鶏卵	20.00	26.00
		葉ねぎ	5.00	6.50
		清酒	0.80	1.04
		みりん	0.80	1.04
		食塩	0.10	0.13
	⑥	うすくちしょうゆ	3.00	3.90
	③	こいくちしょうゆ	0.60	0.78
		じゃがいもでん粉	1.60	2.08
		だしこんぶ	1.00	1.30
	⑦	削り節	2.00	2.60
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00

① さばの塩焼き

原材料	アレルゲン
さば	さば
食塩	

② はも天

原材料	アレルゲン
スケソウダラすり身	大豆
ハモすり身	
エソすり身	
なたね油	
馬鈴薯でん粉	
食塩	
植物性たん白	
ハモエキス	
調味料(アミノ酸等)	
加工でん粉	
甘味料(ステビア)	
水	

③ こいくちしょうゆ

原材料	アレルゲン
脱脂加工大豆	大豆
小麦	小麦
食塩	
アミノ酸液	
砂糖	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
甘味料(甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

④ 木綿豆腐

原材料	アレルゲン
丸大豆	大豆
凝固剤	
消泡剤	

⑤ 油揚げ

原材料	アレルゲン
大豆	大豆
菜種油	
凝固剤	

⑥ うすくちしょうゆ

原材料	アレルゲン
アミノ酸液	大豆
食塩	小麦
脱脂加工大豆	
小麦	
ソルビット	
調味料(アミノ酸等)	
ビタミンB1	
甘味料(甘草・ステビア)	

⑦ 削り節

原材料	アレルゲン
ウルメ・フシ	さば
サバ・フシ	

令和元年11月18日(月) 学校給食献立表

献立名	配合表	食品名	1人当たり予定可食量(g)	
			小学校	中学校
麦ごはん		精白米	70.00	90.00
		強化米	0.21	0.27
		おおむぎ米粒麦	7.00	9.00
さわらの西京焼き	①	さわらの西京焼き	40.00	50.00
白菜のおかか和え		はくさい	25.00	32.50
		こまつな	10.00	13.00
		ブラックマッペもやし	15.00	19.50
		かつお節	0.80	1.04
		ごま	1.00	1.30
		上白糖	0.80	1.04
		② こいくちしょうゆ	2.00	2.60
じゃがいものそぼろ煮		鶏肉	18.00	23.40
		③ 生揚げ	20.00	26.00
		じゃがいも	50.00	65.00
		たまねぎ	35.00	45.50
		にんじん	20.00	26.00
		平天	8.00	10.40
		こんにゃく	20.00	26.00
		さやいんげん	7.00	9.10
		サラダ油	0.50	0.65
		三温糖	2.00	2.60
		② こいくちしょうゆ	5.20	6.76
		和風だし	0.30	0.39
		食塩	0.13	0.17
		清酒	1.50	1.95
		じゃがいもでん粉	1.20	1.56
アーモンド(中学)		アーモンド	0.00	10.00
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00

原材料配合表

① さわらの西京焼き

原材料	アレルゲン
サワラ	大豆
米味噌	
砂糖	
みりん風調味料	

③ 生揚げ

原材料	アレルゲン
丸大豆	大豆
凝固剤	
消泡剤	
食用油	

② こいくちしょうゆ

原材料	アレルゲン	
脱脂加工大豆	大豆	
小麦		小麦
食塩		
アミノ酸液		
砂糖		
調味料(アミノ酸等)		
カラメル色素		
甘味料 (甘草・ステビア)		
ビタミンB1		

令和元年11月19日(火) 学校給食献立表

原材料配合表

献立名	配合表	食品名	1人当たり予定可食量(g)	
			小学校	中学校
コロッケバーガー 丸パン		小麦粉	49.50	76.50
		米粉	5.50	8.50
		ショートニング	3.30	5.10
		小麦グルテン	2.75	4.25
		上白糖	2.75	4.25
		脱脂粉乳	2.20	3.40
		生イースト	1.38	2.13
		食塩	0.94	1.45
		イーストフード	0.06	0.09
		① れんこん入り野菜コロッケ	50.00	60.00
		なたね油	5.00	6.00
れんこん入り野菜コロッケ		① れんこん入り野菜コロッケ	50.00	60.00
		なたね油	5.00	6.00
		キャベツ	28.00	36.40
キャベツとにんじんのソース 和え		にんじん	6.00	7.80
		② お好み焼きソース	4.00	5.20
		ウスターソース	1.00	1.30
たっぷり野菜の スープ煮		鶏肉	30.00	39.00
		たまねぎ	30.00	39.00
		にんじん	15.00	19.50
		ブラックマツペもやし	20.00	26.00
		しめじ	5.00	6.50
		ブロッコリー	10.00	13.00
		トマト缶詰	3.00	3.90
		③ チキンスープ	2.00	2.60
		④ コンソメ	1.00	1.30
		白ワイン	0.80	1.04
		⑤ こいくちしょうゆ	0.40	0.52
		⑥ うすくちしょうゆ	0.80	1.04
		食塩	0.10	0.13
		こしょう	0.01	0.01
みかんゼリー		みかんゼリー	40.00	40.00
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00

① れんこん入り野菜コロッケ

原材料	アレルゲン
じゃがいも	小麦
れんこん	大豆
ほうれん草	
にんじん	
たまねぎ	
砂糖	
乾燥マッシュポテト	
大豆油	
食塩	
香辛料	
パン粉	
米粉	
小麦粉	
水	

② お好み焼きソース

原材料	アレルゲン
野菜・果実	小麦
糖類	大豆
醸造酢	鶏肉
アミノ酸液	豚肉
食塩	もも
酒精	りんご
醤油	
香辛料	
オイスターエキス	
肉エキス	
酵母エキス	
昆布	
蛋白加水分解物	
しいたけ	
水	
増粘剤	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	

③ チキンスープ

原材料	アレルゲン
鶏ガラ	鶏肉
玉ねぎ	
水	

④ コンソメ

原材料	アレルゲン
食塩	小麦
デキストリン	大豆
ぶどう糖	鶏肉
麦芽糖	豚肉
食用植物油脂	
粉末しょうゆ	
砂糖	
野菜パウダー	
チキンエキスパウダー	
チキンパウダー	
香辛料	
ポークエキスパウダー	
酵母エキス	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
酸味料	

⑤ こいくちしょうゆ

原材料	アレルゲン
脱脂加工大豆	大豆
小麦	小麦
食塩	
アミノ酸液	
砂糖	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
甘味料(甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

⑥ うすくちしょうゆ

原材料	アレルゲン
アミノ酸液	大豆
食塩	小麦
脱脂加工大豆	
小麦	
ソルビット	
調味料(アミノ酸等)	
ビタミンB1	
甘味料(甘草・ステビア)	

令和元年11月20日(水) 学校給食献立表

原材料配合表

献立名	配合表	食品名	1人当たり予定可食量(g)	
			小学校	中学校
菜めし		精白米	70.00	90.00
		強化米	0.21	0.27
		おおむぎ米粒麦	7.00	9.00
		菜めしの素	1.83	2.36
春巻き	①	春巻き	50.00	50.00
		なたね油	5.00	5.00
チンゲンサイの炒め物		豚肉	20.00	26.00
		チンゲンサイ	25.00	32.50
		キャベツ	20.00	26.00
		きくらげ	0.20	0.26
		にんにく	0.10	0.13
		サラダ油	0.30	0.39
		オイスターソース	0.50	0.65
		② こいくちしょうゆ	0.80	1.04
		清酒	0.30	0.39
	わかめスープ	③	木綿豆腐	30.00
		カットわかめ	0.50	0.65
		ブラックマッペもやし	20.00	26.00
		じゃがいも	30.00	39.00
		にんじん	10.00	13.00
		葉ねぎ	5.00	6.50
		④ 中華だし	1.50	1.95
		② こいくちしょうゆ	1.00	1.30
		食塩	0.15	0.20
		こしょう	0.01	0.01
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00

① 春巻き

原材料	アレルゲン
豚肉	豚肉
野菜	大豆
(にんじん たまねぎ キャベツ)	小麦
植物油脂	
豚脂	
しょうゆ	
はるさめ	
でん粉	
しょうがペースト	
小麦粉	
ポークブイヨン	
ショートニング	
ポークエキス	
発酵調味料	
酵母エキス	
砂糖	
乾燥しいたけ	
たん白加水分解物	
香辛料	
米粉	
粉あめ	
食塩	
ソルビトール	
クエン酸鉄Na	
乳化剤	
増粘剤(キサンタンガム)	
水	

② こいくちしょうゆ

原材料	アレルゲン
脱脂加工大豆	大豆
小麦	小麦
食塩	
アミノ酸液	
砂糖	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
甘味料 (甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

③ 木綿豆腐

原材料	アレルゲン
丸大豆	大豆
凝固剤	
消泡剤	

④ 中華だし

原材料	アレルゲン
食塩	大豆
デキストリン	鶏肉
砂糖	豚肉
たん白加水分解物	ごま
オニオンパウダー	
ガーリックパウダー	
魚醤パウダー	
酵母エキスパウダー	
食用植物油脂	
ジンジャーパウダー	
調味動物油脂	
こしょう	
乳酸発酵酵母エキスパウダー	
乳酸発酵トマトエキスパウダー	
チキンパウダー	
カラメル色素	

令和元年11月21日(木) 学校給食献立表

原材料配合表

献立名	配合表	食品名	1人当たり予定可食量(g)		
			小学校	中学校	
小コッペパン		小麦粉	40.50	58.50	
		米粉	4.50	6.50	
		ショートニング	2.70	3.90	
		小麦グルテン	2.25	3.25	
		上白糖	2.25	3.25	
		脱脂粉乳	1.80	2.60	
		生イースト	1.13	1.63	
		食塩	0.77	1.11	
		イーストフード	0.05	0.07	
	ナポリタンスパ ゲッティ		スパゲッティ(小麦)	30.00	39.00
①		ウインナー	13.00	16.90	
		たまねぎ	30.00	39.00	
		にんじん	15.00	19.50	
		青ピーマン	5.00	6.50	
		しめじ	8.00	10.40	
		にんにく	0.30	0.39	
		サラダ油	0.80	1.04	
		トマト缶詰	20.00	26.00	
		ケチャップ	10.00	13.00	
		ウスターソース	1.00	1.30	
②		コンソメ	0.80	1.04	
		上白糖	0.30	0.39	
		食塩	0.10	0.13	
		こしょう	0.01	0.01	
オムレツ		③	オムレツ	40.00	50.00
野菜のごまドレッシング和え			ほうれんそう	10.00	13.00
		キャベツ	20.00	26.00	
		にんじん	10.00	13.00	
		スイートコーン	10.00	13.00	
		ごま	3.00	3.90	
		上白糖	1.00	1.30	
		サラダ油	1.00	1.30	
	④	こいくちしょうゆ	2.00	2.60	
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00	

① ウインナー

原材料	アレルゲン
鶏肉	鶏肉
植物油(コーン)	
でん粉	
発酵調味料	
砂糖	
食塩	
香辛料 (ペパー、 オニオン、 ガーリック、 メース、 コリアンダー、 セージ)	
水	

③ オムレツ

原材料	アレルゲン
鶏卵	鶏卵 小麦 大豆
だし汁	
でんぷん	
砂糖	
食塩	
植物油脂	

④ こいくちしょうゆ

原材料	アレルゲン
脱脂加工大豆	大豆 小麦
小麦	
食塩	
アミノ酸液	
砂糖	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
甘味料 (甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

② コンソメ

原材料	アレルゲン
食塩	小麦 大豆 鶏肉 豚肉
デキストリン	
ぶどう糖	
麦芽糖	
食用植物油脂	
粉末しょうゆ	
砂糖	
野菜パウダー	
チキンエキスパウダー	
チキンパウダー	
香辛料	
ポークエキスパウダー	
酵母エキス	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
酸味料	

令和元年11月22日(金) 学校給食献立表

献立名	配合表	食品名	1人当たり予定可食量(g)	
			小学校	中学校
麦ごはん		精白米	70.00	90.00
		強化米	0.21	0.27
		おおむぎ米粒麦	7.00	9.00
さんまの塩焼き		さんまの塩焼き	40.00	50.00
キャベツの甘酢和え		キャベツ	20.00	26.00
		ブラックマッペもやし	10.00	13.00
		カットわかめ	0.20	0.26
		にんじん	10.00	13.00
		ごま	2.00	2.60
		しらす干し	2.00	2.60
		穀物酢	1.50	1.95
		上白糖	1.00	1.30
	①	こいくちしょうゆ	1.50	1.95
		食塩	0.10	0.13
豆とん汁		蒸し大豆	10.00	13.00
		豚肉	12.00	15.60
		だいこん	22.00	28.60
		にんじん	10.00	13.00
		さといも	20.00	26.00
		こんにゃく	12.00	15.60
		しめじ	5.00	6.50
		葉ねぎ	5.00	6.50
	②	合わせみそ	11.00	14.30
		だしiriこ	3.00	3.90
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00

原材料配合表

① こいくちしょうゆ

原材料	アレルゲン
脱脂加工大豆	大豆
小麦	小麦
食塩	
アミノ酸液	
砂糖	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
甘味料 (甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

② 合わせみそ

原材料	アレルゲン
米	大豆
大豆	
大麦	
食塩	



令和元年11月25日(月) 学校給食献立表

献立名	配合表	食品名	1人当たり予定可食量(g)	
			小学校	中学校
麦ごはん		精白米	70.00	90.00
		強化米	0.21	0.27
		おおむぎ米粒麦	7.00	9.00
いわしの梅煮	①	いわしの梅煮	40.00	50.00
野菜の塩昆布和え		キャベツ	26.00	33.80
		ブラックマッペもやし	10.00	13.00
		にんじん	4.00	5.20
		② 塩昆布	1.20	1.56
		ごま	1.20	1.56
		③ うすくちしょうゆ	0.24	0.31
けんちょう		鶏肉	12.00	15.60
		④ 木綿豆腐	65.00	84.50
		⑤ 油揚げ	5.00	6.50
		だいこん	50.00	65.00
		さといも	15.00	19.50
		にんじん	12.00	15.60
		こんにゃく	20.00	26.00
		乾しいたけ	0.20	0.26
		葉ねぎ	5.00	6.50
		⑥ ごま油	0.50	0.65
		みりん	1.00	1.30
		清酒	1.00	1.30
		食塩	0.25	0.33
		三温糖	1.00	1.30
		⑦ こいくちしょうゆ	4.50	5.80
		だしこんぶ	0.40	0.52
		⑧ 削り節	1.00	1.30
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00

原材料配合表

① いわしの梅煮

原材料	アレルゲン
いわし	小麦
砂糖	大豆
しそ抽出液	
しょうゆ	
本みりん	
梅肉	
でん粉(馬鈴薯)	
食塩	
水	

② 塩昆布

原材料	アレルゲン
昆布	大豆
醤油	小麦
砂糖	
食塩	

③ うすくちしょうゆ

原材料	アレルゲン
アミノ酸液	大豆
食塩	小麦
脱脂加工大豆	
小麦	
ソルビット	
調味料(アミノ酸等)	
ビタミンB1	
甘味料(甘草・ステビア)	

④ 木綿豆腐

原材料	アレルゲン
丸大豆	大豆
凝固剤	
消泡剤	

⑤ 油揚げ

原材料	アレルゲン
大豆	大豆
植物油	
凝固剤	
消泡剤	

⑥ ごま油

原材料	アレルゲン
食用ごま油	ごま
食用大豆油	大豆

⑦ こいくちしょうゆ

原材料	アレルゲン
脱脂加工大豆	大豆
小麦	小麦
食塩	
アミノ酸液	
砂糖	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
甘味料(甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

⑧ 削り節

原材料	アレルゲン
ウルメ・フシ	さば
サバ・フシ	

令和元年11月26日(火) 学校給食献立表

献立名	配合表	食品名	1人当たり予定可食量(g)		
			小学校	中学校	
コッペパン		小麦粉	49.50	76.50	
		米粉	5.50	8.50	
		ショートニング	3.30	5.10	
		小麦グルテン	2.75	4.25	
		上白糖	2.75	4.25	
		脱脂粉乳	2.20	3.40	
		生イースト	1.38	2.13	
		食塩	0.94	1.45	
		イーストフード	0.06	0.09	
チョコ大豆	①	チョコ大豆	10.00	10.00	
豚肉のカレーン テー		豚肉	25.00	32.50	
		食塩	0.15	0.20	
		こしょう	0.02	0.03	
		清酒	0.30	0.39	
		にんにく	0.10	0.13	
		しょうが	0.10	0.13	
		サラダ油	1.00	1.30	
		たまねぎ	20.00	26.00	
		にんじん	7.00	9.10	
		さやいんげん	3.00	3.90	
		カレー粉	0.50	0.65	
		上白糖	0.30	0.39	
		ウスターソース	0.60	0.78	
		ケチャップ	2.00	2.60	
		② コンソメ	0.30	0.39	
	ブロッコリーのサ ラダ		ブロッコリー	30.00	39.00
			キャベツ	10.00	13.00
		にんじん	8.00	10.40	
		サラダ油	0.50	0.65	
		上白糖	1.00	1.30	
		穀物酢	1.20	1.56	
		食塩	0.15	0.20	
		③ こいくちしょうゆ	1.00	1.30	
白菜の豆乳スープ		こしょう	0.01	0.01	
		④ ベーコン	6.00	7.80	
		たまねぎ	20.00	26.00	
		はくさい	25.00	32.50	
		にんじん	15.00	19.50	
		じゃがいも	30.00	39.00	
		スイートコーン	8.00	10.40	
		食塩	0.30	0.39	
		② コンソメ	1.00	1.30	
		⑤ チキンスープ	3.00	3.90	
		いんげんまめペースト	5.00	6.50	
		⑥ 豆乳	20.00	26.00	
		こしょう	0.01	0.01	
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00	

原材料配合表

① チョコ大豆

原材料	アレルゲン
食用油脂 (植物油脂、加工油脂)	大豆
砂糖	乳
大豆粉	
ココアパウダー	
ぶどう糖	
脱脂粉乳	
食塩	
炭酸カルシウム	
植物レシチン	
香料	

② コンソメ

原材料	アレルゲン
食塩	小麦
デキストリン	大豆
ぶどう糖	鶏肉
麦芽糖	豚肉
食用植物油脂	
粉末しょうゆ	
砂糖	
野菜パウダー	
チキンエキスパウダー	
チキンパウダー	
香辛料	
ポークエキスパウダー	
酵母エキス	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
酸味料	

③ こいくちしょうゆ

原材料	アレルゲン
脱脂加工大豆	大豆
小麦	小麦
食塩	
アミノ酸液	
砂糖	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
甘味料 (甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

④ ベーコン

原材料	アレルゲン
豚ばら肉	豚肉
粉末水あめ	
食塩	

⑤ チキンスープ

原材料	アレルゲン
鶏ガラ	鶏肉
玉ねぎ	
水	

⑥ 豆乳

原材料	アレルゲン
国産脱皮大豆	大豆
水あめ	
食塩	
トレハロース	
乳酸カルシウム	
ビタミンE	
水	

令和元年11月27日(水) 学校給食献立表

献立名	配合表	食品名	1人当たり予定可食量(g)	
			小学校	中学校
麦ごはん		精白米	70.00	90.00
		強化米	0.21	0.27
		おおむぎ米粒麦	7.00	9.00
いか天ぷら	①	いか天ぷら	50.00	50.00
		なたね油	5.00	5.00
きんぴらごぼう		牛肉	5.00	6.50
		ごぼう	15.00	19.50
		にんじん	5.00	6.50
		こんにゃく	10.00	13.00
		平天	5.00	6.50
		さやいんげん	3.00	3.90
		サラダ油	0.30	0.39
		三温糖	0.80	1.04
		② こいくちしょうゆ	1.80	2.34
		みりん	0.80	1.04
		ごま	1.50	1.95
		すりごま	1.50	1.95
	もずくのみそ汁	③	生揚げ	35.00
もずく			15.00	19.50
にんじん			12.00	15.60
		たまねぎ	30.00	39.00
④		合わせみそ	11.00	14.30
		葉ねぎ	5.00	6.50
		だしいりこ	3.00	3.90
スイートポテト(中学)	⑤	スイートポテト	0.00	30.00
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00

原材料配合表

① いか天ぷら

原材料	アレルゲン
いか	いか
小麦粉	小麦
揚げ油(パーム油)	
でん粉	
食塩	
亜鉛含有酵母	
加工でん粉	
炭酸Ca	
ベーキングパウダー	
ピロリン酸鉄	
水	

② こいくちしょうゆ

原材料	アレルゲン
脱脂加工大豆	大豆
小麦	小麦
食塩	
アミノ酸液	
砂糖	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
甘味料(甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

③ 生揚げ

原材料	アレルゲン
丸大豆	大豆
凝固剤	
消泡剤	
食用油	

④ 合わせみそ

原材料	アレルゲン
米	大豆
大豆	
大麦	
食塩	

⑤ スイートポテト

原材料	アレルゲン
さつまいもペースト	大豆
砂糖	
米粉	
ショートニング	
豆乳	
海藻カルシウム	
植物油脂	
大豆たん白	
ぶどう糖	
食塩	
寒天	
水	
香料	
pH調整剤	
カロチノイド色素	

令和元年11月28日(木) 学校給食献立表

原材料配合表

献立名	配合表	食品名	1人当たり予定可食量(g)	
			小学校	中学校
コッペパン		小麦粉	49.50	76.50
		米粉	5.50	8.50
		ショートニング	3.30	5.10
		小麦グルテン	2.75	4.25
		上白糖	2.75	4.25
		脱脂粉乳	2.20	3.40
		生イースト	1.38	2.13
		食塩	0.94	1.45
		イーストフード	0.06	0.09
	じゃがいもカップの野菜グラタン	①	じゃがいもカップの野菜グラタン	40.00
フレンチサラダ		キャベツ	27.00	35.10
		にんじん	10.00	13.00
		スイートコーン	10.00	13.00
		サラダ油	0.50	0.65
		レモン果汁	0.25	0.33
		上白糖	0.80	1.04
		② こいくちしょうゆ	0.30	0.39
		穀物酢	0.70	0.91
		食塩	0.15	0.20
		こしょう	0.01	0.01
ミートボールの ラウンソース煮	③	ミートボール	28.00	36.40
		かぼちゃ	25.00	32.50
		にんじん	20.00	26.00
		たまねぎ	35.00	45.50
		しめじ	8.00	10.40
		ブロッコリー	10.00	13.00
		トマト缶詰	8.00	10.40
		④ チキンスープ	3.00	3.90
		⑤ コンソメ	1.00	1.30
		⑥ デミグラスソース	13.00	16.90
		ケチャップ	3.00	3.90
		ウスターソース	0.60	0.78
		上白糖	0.30	0.39
		赤ワイン	1.00	1.30
		食塩	0.20	0.26
		こしょう	0.01	0.01
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00

① じゃがいもカップの野菜グラタン

原材料	アレルゲン
ショートニング	大豆
米粉	鶏肉
豆乳	
乾燥マッシュポテト	
じゃがいも	
たまねぎ	
にんじん	
スイートコーン	
植物油	
ほうれんそう	
粉末水あめ	
水溶性食物繊維	
ソテーオニオン	
砂糖	
食塩	
チキンオイル	
調整豆乳粉末	
酵母エキス	
香辛料	
水	
トレハロース	
加工デンプン	
増粘多糖類	
安定剤(キサンタンガム)	
乳化剤	
ピロリン酸第二鉄	

② こいくちしょうゆ

原材料	アレルゲン
脱脂加工大豆	大豆
小麦	小麦
食塩	
アミノ酸液	
砂糖	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
甘味料(甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

③ ミートボール

原材料	アレルゲン
鶏肉	小麦
豚肉	豚肉
たまねぎ	鶏肉
パン粉	
小麦たん白	
でん粉	
砂糖	
酵母エキス	
食塩	
香辛料	
ピロリン酸第二鉄	

④ チキンスープ

原材料	アレルゲン
鶏ガラ	鶏肉
玉ねぎ	
水	

⑤ コンソメ

原材料	アレルゲン
食塩	小麦
デキストリン	大豆
ぶどう糖	鶏肉
麦芽糖	豚肉
食用植物油脂	
粉末しょうゆ	
砂糖	
野菜パウダー	
チキンエキスパウダー	
チキンパウダー	
香辛料	
ポークエキスパウダー	
酵母エキス	
調味料(アミノ酸等)	
カラメル色素	
酸味料	

⑥ デミグラスソース

原材料	アレルゲン
小麦粉	小麦
牛脂豚脂混合油	牛肉
トマトペースト	大豆
砂糖	鶏肉
食塩	豚肉
ゼラチン	ゼラチン
しょうがペースト	
オニオンパウダー	
ガーリックパウダー	
調味油	
香辛料	
野菜エキス	
香味油	
ポークエキス	
玉ねぎエキス	
酵母エキス加工品	
ビーフエキス	
カラメル色素	
調味料(アミノ酸等)	
酸味料	
香料	

令和元年11月29日(金) 学校給食献立表

献立名	配合表	食品名	1人当たり予定可食量(g)	
			小学校	中学校
減ごはん		精白米	70.00	90.00
		強化米	0.21	0.27
五目うどん	①	うどん	50.00	65.00
		鶏肉	10.00	13.00
	②	油揚げ	6.00	7.80
		たまねぎ	20.00	26.00
		にんじん	10.00	13.00
		葉ねぎ	5.00	6.50
		乾しいたけ	0.30	0.39
	③	こいくちしょうゆ	4.50	5.85
		食塩	0.30	0.39
		清酒	0.80	1.04
		だしこんぶ	1.00	1.30
	④	削り節	2.00	2.60
ささみチーズフライ	⑤	ささみチーズフライ	40.00	50.00
		なたね油	4.00	5.00
れんこんとはなっ こりーの炒め物	⑥	ベーコン	8.00	10.40
		れんこん	22.00	28.60
		はなっこりー	12.00	15.60
		サラダ油	0.30	0.39
	③	こいくちしょうゆ	0.80	1.04
		こしょう	0.01	0.01
小魚		小魚	5.00	5.00
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00

原材料配合表

① うどん

原材料	アレルゲン
小麦粉	小麦
食塩	
小麦たん白	
水	

② 油揚げ

原材料	アレルゲン
大豆	大豆
植物油	
凝固剤	
消泡剤	

③ こいくちしょうゆ

原材料	アレルゲン	
脱脂加工大豆	大豆	
小麦		小麦
食塩		
アミノ酸液		
砂糖		
調味料(アミノ酸等)		
カラメル色素		
甘味料 (甘草・ステビア)		
ビタミンB1		

④ 削り節

原材料	アレルゲン
ウルメ・フシ	さば
サバ・フシ	

⑤ ささみチーズフライ

原材料	アレルゲン
鶏ささみ肉	乳 小麦 大豆 鶏肉
小麦粉	
砂糖	
ショートニング	
大豆	
イースト	
食塩	
でん粉	
植物性たん白	
植物性油脂	
プロセスチーズ	
粉末大豆たん白	
水	

⑥ ベーコン

原材料	アレルゲン
豚ばら肉	豚肉
粉末水あめ	
食塩	