

令和2年度 10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2年10月1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	
月見バーガー 丸パン (よこわり)		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	
	目玉焼き	①	目玉焼き	40.00	40.00
野菜のソースソ テー	②	ベーコン	10.00	13.00	
		キャベツ	15.00	19.50	
		たまねぎ	20.00	26.00	
		にんじん	7.00	9.10	
		ウスターソース	1.00	1.30	
	③	お好み焼きソース	3.50	4.55	
ミネストローネ	④	ミートボール	15.00	19.50	
		さといも	15.00	19.50	
		かぼちゃ	15.00	19.50	
		たまねぎ	20.00	26.00	
		ブラックマツペもやし	10.00	13.00	
		にんじん	8.00	10.40	
		しめじ	8.00	10.40	
		にんにく	0.10	0.13	
		トマト缶詰	10.00	13.00	
		サラダ油	0.50	0.65	
		⑤	チキンスープ	3.00	3.90
		⑥	コンソメ	1.10	1.43
			食塩	0.20	0.26
		こしょう	0.02	0.03	
みかんとぶどうのお月見ゼリー		みかんとぶどうのお月見ゼリー	30.00	30.00	
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00	

① 目玉焼き

原材料	アレルゲン
鶏卵	卵
食用大豆油	大豆

② 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	

③ お好み焼きソース

原材料	アレルゲン
野菜・果実	もも
糖類	りんご
醸造酢	大豆
アミノ酸液	小麦
食塩	鶏肉
酒精	豚肉
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	

④ 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	
粉末状植物性たん白(小麦)	
でん粉	
砂糖	
酵母エキス	
食塩	
香辛料	
ピロリン酸第二鉄	

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 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2年10月2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
減ゆかりごはん		精白米	70.00	90.00
		強化米	0.21	0.27
		ゆかり	1.40	1.80
とんこつラーメン	①	中華めん	55.00	71.50
		豚肉	15.00	19.50
		かまぼこ	10.00	13.00
		たまねぎ	25.00	32.50
		ブラックマッペもやし	30.00	39.00
		にんじん	10.00	13.00
		きくらげ	0.20	0.26
		スイートコーン	10.00	13.00
		葉ねぎ	4.00	5.20
		② チキンスープ	8.00	10.40
		③ 豚骨ラーメンスープの素	7.00	9.10
		④ ごま油	0.50	0.65
		⑤ こいくちしょうゆ	2.20	2.86
			こしょう	0.04
	ごま	0.80	1.04	
五目包子	⑥	五目包子	25.00	50.00
棒棒鶏サラダ	⑦	鶏肉(加工品)	10.00	13.00
		キャベツ	25.00	32.50
		きゅうり	8.00	10.40
		にんじん	7.00	9.10
		⑧ 棒棒鶏ドレッシング	6.00	7.80
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00

① 中華めん

原材料	アレルゲン
小麦粉	小麦
かんすい	
クチナシ色素	

② チキンスープ

原材料	アレルゲン
鶏ガラ	鶏肉
玉ねぎ	
水	

③ 豚骨ラーメンスープの素

原材料	アレルゲン
ポークエキス	小麦
しょうゆ	大豆
食塩	豚肉
水あめ	ごま
砂糖	
オニオンエキス	
ガーリックエキス	
豚脂	
ごま油	
調味動物油脂	
香辛料	
調味料(アミノ酸等)	
酒精	
増粘剤 (加工でん粉、 キサンタンガム)	
水	

④ 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

⑤ こいくちしょうゆ

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

⑥ 五目包子

原材料	アレルゲン
キャベツ	鶏肉
たまねぎ	豚肉
にんじん	大豆
にら	小麦
鶏肉	ごま
豚肉	
たら	
でん粉	
豆腐	
ひじき	
しょうゆ	
砂糖	
植物油脂	
発酵調味料	
食塩	
オイスターソース	
魚介エキス	
魚介エキス調味料	
おろししょうが	
香辛料	
小麦粉	
粉末油脂	
還元でん粉糖化物	
ぶどう糖	
粉末状植物性たん白	
豆腐用凝固剤	
乳化剤	
加工デンプン	
調整水	

⑦ 鶏肉(加工品)

原材料	アレルゲン
鶏肉(ささみ)	鶏肉
食塩	
醸造酢	
砂糖	
寒天	
オニオンパウダー	
香辛料	
pH調整剤	
水	

⑧ 棒棒鶏ドレッシング

原材料	アレルゲン
しょうゆ	小麦
糖類 (果糖ぶどう糖液糖、 砂糖)	大豆
	ごま
	鶏肉
醸造酢	豚肉
野菜 (玉ねぎ、生姜、にんにく)	ゼラチン
食塩	
みそ	
食用植物油脂	
ごま	
豆板醤	
ほたてエキス	
レモン果汁	
たん白加水分解物	
酒精	
調味料(アミノ酸等)	
酸味料	
甘味料(ステビア)	
香料	
水	

令和2年10月5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
きびなごの塩唐揚げ		きびなごの塩唐揚げ	30.00	39.00
		なたね油	3.00	3.90
デコンのおかか和え		だいこん	25.00	32.50
		キャベツ	15.00	19.50
		にんじん	7.00	9.10
		かつお節	0.80	1.04
	①	こいくちしょうゆ	2.00	2.60
		上白糖	0.80	1.04
さつま汁		鶏肉	10.00	13.00
		清酒	0.50	0.65
	②	木綿豆腐	30.00	39.00
		はくさい	20.00	26.00
		さつまいも	15.00	19.50
		にんじん	8.00	10.40
		ごぼう	8.00	10.40
	③	油揚げ	8.00	10.40
		葉ねぎ	5.00	6.50
	④	合わせみそ	11.00	14.30
	だしiriこ	3.00	3.90	
おさつスティック		おさつスティック	5.00	5.00
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
アミノ酸液	大豆
食塩	小麦
砂糖	
脱脂加工大豆	
小麦	
調味料(アミノ酸等)	
甘味料(甘草・ステビア)	
カラメル色素	
ビタミンB1	

② 木綿豆腐

原材料	アレルゲン
丸大豆	大豆
凝固剤	
消泡剤	

③ 油揚げ

原材料	アレルゲン
大豆	大豆
植物油(菜種白絞油 大豆白絞油)	
凝固剤(塩化マグネシウム)	
消泡剤(グリセリン脂肪酸エステル 炭酸カルシウム 炭酸マグネシウム レシチン)	

④ 合わせみそ

原材料	アレルゲン
米	大豆
大豆	
大麦	
食塩	

令和2年10月6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	0.09
	魚介ナゲット	①	魚介ナゲット	40.00
		なたね油	4.00	4.00
ツナサラダ	②	まぐろ水煮	10.00	13.00
		キャベツ	15.00	19.50
		スイートコーン	10.00	13.00
		にんじん	7.00	9.10
		アスパラガス	3.00	3.90
		③ ノンエッグマヨネーズ	4.00	5.20
		④ うすくちしょうゆ	0.50	0.65
		穀物酢	0.30	0.39
		食塩	0.10	0.13
		こしょう	0.01	0.01
カレースープ	⑤	ベーコン	8.00	10.40
		ひよこまめ	5.00	6.50
		じゃがいも	25.00	32.50
		イタリアンミックス	10.00	13.00
		たまねぎ	25.00	32.50
		にんじん	10.00	13.00
		しめじ	8.00	10.40
		カレー粉	0.60	0.78
		食塩	0.20	0.26
		こしょう	0.03	0.04
	⑥ コンソメ	0.50	0.65	
	ウスターソース	0.40	0.52	
	白ワイン	0.50	0.65	
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00

① 魚介ナゲット	
原材料	アレルゲン
たちうお	いか
いか	大豆
あじ	小麦
いわし	
たら	
オニオンソテー	
ぶり中骨加工品 (ぶり中骨、砂糖、食塩)	
砂糖	
でん粉	
粒状植物性たん白 ラード	
発酵調味料	
ワイン	
おろししょうが	
食塩	
酵母エキス	
こんぶエキス	
たん白自己消化物	
小麦粉	
コーンフラワー	
でん粉	
大豆粉	
ぶどう糖	
大豆油	
加工デンプン	
リン酸塩 (Na)	
増粘剤 (キサンタンガム)	
ソルビトール	
ピロリン酸第二鉄	
調整水	

② 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 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	
水あめ	
大豆粉	
食塩	
粉末状植物性たん白 (大豆)	
香辛料	
酵母エキス	
レモン果汁	
こんにやく精粉	
増粘多糖類	
水	

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	
ソルビトール	
調味料(アミノ酸等)	
甘味料 (甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

⑤ 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	

⑥ 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2年10月7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
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	18.00	23.40
		竹輪	10.00	13.00
		たまねぎ	30.00	39.00
		はくさい	30.00	39.00
		にんじん	15.00	19.50
		たけのこ水煮缶詰	10.00	13.00
		ブラックマッペもやし	20.00	26.00
		葉ねぎ	4.00	5.20
		乾しいたけ	0.30	0.39
		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
		食塩	0.10	0.13
	じゃがいもでん粉	3.00	3.90	
小籠包	④	小籠包	25.00	50.00
春雨とさばの中華 和え		緑豆はるさめ	3.50	4.55
	⑤	さば(加工品)	10.00	13.00
		キャベツ	15.00	19.50
		にんじん	6.00	7.80
		スイートコーン	6.00	7.80
		ごま	0.80	1.04
		上白糖	1.00	1.30
		食塩	0.10	0.13
		穀物酢	1.30	1.69
	②	こいくちしょうゆ	1.50	1.95
	①	ごま油	0.80	1.04
	牛乳		普通牛乳	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
アミノ酸液	大豆
食塩	小麦
砂糖	
脱脂加工大豆	
小麦	
調味料(アミノ酸等)	
甘味料 (甘草・ステビア)	
カラメル色素	
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	

④ 小籠包

原材料	アレルギー
キャベツ	小麦
たまねぎ	ごま
たけのこ	大豆
豚脂	豚肉
豚肉	
しょうゆ	
はるさめ	
でん粉	
しいたけ	
オイスターソース	
砂糖	
おろししょうが	
植物油脂	
発酵調味料	
食塩	
香辛料	
小麦粉	
還元でん粉糖化物	
加工デンプン	
乳化剤	
調整水	

⑤ さば(加工品)

原材料	アレルギー
さば	さば
食塩	
水	

令和2年10月8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
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
	栗のコロッケ	①	栗のコロッケ	40.00
		なたね油	4.00	5.00
フレンチサラダ		ブロッコリー	20.00	26.00
		キャベツ	13.00	16.90
		にんじん	7.00	9.10
		スイートコーン	8.00	10.40
		レモン果汁	1.00	1.30
		上白糖	1.00	1.30
		② うすくちしょうゆ	0.30	0.39
		穀物酢	0.80	1.04
		食塩	0.20	0.26
オニオンスープ		鶏肉	10.00	13.00
		たまねぎ	30.00	39.00
		はくさい	20.00	26.00
		にんじん	10.00	13.00
		しめじ	10.00	13.00
		葉ねぎ	5.00	6.50
		③ チキンスープ	3.00	3.90
		④ コンソメ	1.10	1.43
		⑤ こいくちしょうゆ	1.00	1.30
		食塩	0.20	0.26
		こしょう	0.02	0.03
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00

① 栗のコロッケ

原材料	アレルゲン
馬鈴薯	小麦
栗	大豆
玉葱	
砂糖	
三温糖	
食塩	
胡椒	
パン粉	
小麦粉	
とうもろこし澱粉	
植物性たん白	
植物性油脂(菜種)	
水	

② 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	
ソルビトール	
調味料(アミノ酸等)	
甘味料 (甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

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

令和2年10月9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
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
いわしの甘露煮	①	いわしの甘露煮	50.00	50.00
にんじんのきんぴら		にんじん	13.00	16.90
		ごぼう	15.00	19.50
		れんこん	8.00	10.40
		しらたき	8.00	10.40
		さやいんげん	5.00	6.50
		三温糖	0.70	0.91
		② ごま油	0.30	0.39
		清酒	0.50	0.65
		みりん	0.50	0.65
		③ こいくちしょうゆ	2.00	2.60
		食塩	0.10	0.13
		一味とうがらし	0.01	0.01
		ごま	0.50	0.65
	かきたま汁 * 卵除去食		鶏卵	20.00
		④ 木綿豆腐	20.00	26.00
		たまねぎ	20.00	26.00
		にんじん	10.00	13.00
		⑤ 油揚げ	4.00	5.20
		乾しいたけ	0.20	0.26
		葉ねぎ	5.00	6.50
		清酒	0.50	0.65
		みりん	0.50	0.65
		食塩	0.20	0.26
		⑥ うすくちしょうゆ	2.50	3.25
		③ こいくちしょうゆ	0.50	0.65
		だしこんぶ	1.00	1.30
		⑦ 削り節	2.00	2.60
	じゃがいもでん粉	1.00	1.30	
ブルーベリーのクレープ	⑧	ブルーベリーのクレープ	35.00	35.00
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00

① いわしの甘露煮

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

② 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

③ こいくちしょうゆ

原材料	アレルゲン
アミノ酸液	大豆
食塩	小麦
砂糖	
脱脂加工大豆	
小麦	
調味料(アミノ酸等)	
甘味料 (甘草・ステビア)	
カラメル色素	
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
植物油 (菜種白絞油 大豆白絞油)	
凝固剤 (塩化マグネシウム)	
消泡剤 (グリセリン脂肪酸エステル 炭酸カルシウム 炭酸マグネシウム レシチン)	

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	
ソルビトール	
調味料(アミノ酸等)	
甘味料 (甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

⑦ 削り節

原材料	アレルゲン
いわしのふし	さば
さばのふし	

⑧ ブルーベリーのクレープ

原材料	アレルゲン
豆乳	大豆
砂糖	
加工油脂	
米粉	
ブルーベリー果汁(濃縮還元)	
水あめ	
植物油	
調整豆乳粉末	
砂糖・ぶどう糖果糖液糖	
麦芽糖	
レモン果汁(濃縮還元)	
水	
加工デンプン	
増粘剤(カドラン)	
乳化剤	
ゲル化剤(増粘多糖類)	
安定剤(増粘多糖類)	
香料	
凝固剤	
酸味料	
メタリン酸Na	
カラメル色素	
ベーキングパウダー	
ピロリン酸第二鉄	
カロチノイド色素	

令和2年10月13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	
プルコギ丼 麦ごはん		精白米	70.00	90.00	
		強化米	0.21	0.27	
プルコギ丼の具		おおむぎ米粒麦	7.00	9.00	
		牛肉	10.00	13.00	
		たまねぎ	25.00	32.50	
		にんじん	15.00	19.50	
		青ピーマン	4.00	5.20	
		根深ねぎ	3.00	3.90	
		ごま	0.80	1.04	
		① ごま油	0.80	1.04	
		清酒	1.20	1.56	
		みりん	1.20	1.56	
		上白糖	2.00	2.60	
		食塩	0.30	0.39	
		② こいくちしょうゆ	2.00	2.60	
		こしょう	0.01	0.01	
	いかのチヂミ	③	いかのチヂミ	50.00	50.00
	チンゲンサイの中 華スープ		鶏肉	10.00	13.00
			④ 木綿豆腐	30.00	39.00
		チンゲンサイ	10.00	13.00	
		たまねぎ	20.00	26.00	
		にんじん	8.00	10.40	
		乾しいたけ	0.20	0.26	
		スイートコーン	8.00	10.40	
		① ごま油	0.80	1.04	
		清酒	0.50	0.65	
		食塩	0.10	0.13	
		⑤ 中華だし	1.30	1.69	
		② こいくちしょうゆ	2.50	3.25	
		こしょう	0.01	0.01	
フルーツ杏仁	⑥	フルーツ杏仁	40.00	40.00	
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00	

① 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

② こいくちしょうゆ

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

③ いかのチヂミ

原材料	アレルゲン
小麦粉	小麦
ねぎ	いか
いか	
もち米粉	
にんじん	
食塩	
かつおだし	
植物油(ひまわり)	
水	

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 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	

⑥ フルーツ杏仁

原材料	アレルゲン
糖類 (果糖ぶどう糖液糖 水あめ)	大豆 もも りんご
豆乳加工品	
ももピューレ	
あんず濃縮果汁	
ドロマイト	
糊料 (増粘多糖類 加工でん粉)	
加工でん粉	
酸味料	
乳酸Ca	
クエン酸鉄Na	
香料	
カロチノイド色素	
その他キャリアーオーバー等	
水	

令和2年10月14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
さんまのおろしがけ		さんま	50.00	50.00
		だいこん	15.00	15.00
		上白糖	0.80	0.80
		① こいくちしょうゆ	3.00	3.00
		みりん	1.20	1.20
		じゃがいもでん粉	0.40	0.40
小松菜のひじき和え		こまつな	8.00	10.40
		キャベツ	13.00	16.90
		ブラックマッペもやし	15.00	19.50
		にんじん	7.00	9.10
		② 味付けひじき	5.00	6.50
		① こいくちしょうゆ	1.20	1.56
なめこのみそ汁		上白糖	0.60	0.78
		なめこ	12.00	15.60
		③ 木綿豆腐	30.00	39.00
		たまねぎ	25.00	32.50
		にんじん	10.00	13.00
		④ 油揚げ	8.00	10.40
		葉ねぎ	5.00	6.50
		⑤ 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
アミノ酸液	大豆
食塩	小麦
砂糖	
脱脂加工大豆	
小麦	
調味料(アミノ酸等)	
甘味料 (甘草・ステビア)	
カラメル色素	
ビタミンB1	

② 味付けひじき

原材料	アレルゲン
大豆	大豆
小麦	小麦
食塩	ごま
砂糖	
干しひじき	
いりごま	
酵母エキス	
寒天	
クエン酸鉄Na	
水	

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 油揚げ

原材料	アレルゲン
大豆	大豆
植物油 (菜種白絞油 大豆白絞油)	
凝固剤 (塩化マグネシウム)	
消泡剤 (グリセリン脂肪酸エステル 炭酸カルシウム 炭酸マグネシウム レシチン)	

⑤ 合わせみそ

原材料	アレルゲン
米	大豆
大豆	
大麦	
食塩	

令和2年10月15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かぼちゃグラタン	①	じゃがいもカップのかぼちゃグラタン	40.00
コンソメスープ	②	ベーコン	5.00	6.50
		たまねぎ	25.00	32.50
		ブラックマッペもやし	15.00	19.50
		にんじん	10.00	13.00
		しめじ	8.00	10.40
		エリンギ	8.00	10.40
		スイートコーン	8.00	10.40
		パセリ	0.02	0.03
		③ チキンスープ	3.00	3.90
		④ うすくちしょうゆ	2.00	2.60
		⑤ こいくちしょうゆ	0.50	0.65
		白ワイン	0.50	0.65
		⑥ コンソメ	1.10	1.43
		食塩	0.20	0.26
	こしょう	0.02	0.03	
フルーツポンチ	⑦	もも缶詰	20.00	26.00
		パインアップル缶詰	20.00	26.00
	⑧	シトラスゼリー	20.00	26.00
		サイダーゼリー	20.00	26.00
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00

① じゃがいもカップのかぼちゃグラタン

原材料	アレルゲン
豆乳	大豆
ショートニング	鶏肉
米粉	
乾燥マッシュポテト	
かぼちゃ	
かぼちゃペースト	
ソテーオニオン	
砂糖	
米加工品(米パスタ)	
粉末水あめ	
水溶性食物繊維	
チキンオイル	
食塩	
酵母エキス	
調整豆乳粉末	
水	
トレハロース	
増粘剤	
(加工デンプン、増粘多糖類)	
加工デンプン	
安定剤	
(キサンタンガム)	
乳化剤	
ピロリン酸第二鉄	

② 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	

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 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	
ソルビトール	
調味料(アミノ酸等)	
甘味料	
(甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

⑤ こいくちしょうゆ

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

⑥ 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	
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	

⑦ もも缶詰

原材料	アレルゲン
黄桃	もも
砂糖	
水	
クエン酸	

⑧ シトラスゼリー

原材料	アレルゲン
グレープフルーツ果汁	オレンジ
(濃縮還元)	
水あめ	
グレープフルーツ・シラップづけ	
砂糖・ぶどう糖果糖液糖	
砂糖	
ブラッドオレンジ果汁	
(濃縮還元)	
レモン果汁	
(濃縮還元)	
水	
ゲル化剤	
(増粘多糖類)	
酸味料	
紅麴色素	
香料	

令和2年10月16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
カツカレーライス 麦ごはん		精白米	70.00	90.00
		強化米	0.21	0.27
カレー		おおむぎ米粒麦	7.00	9.00
		鶏肉	15.00	19.50
		じゃがいも	25.00	32.50
		かぼちゃ	20.00	26.00
		ズッキーニ	8.00	10.40
		たまねぎ	30.00	39.00
		にんじん	15.00	19.50
		① カレールウ	10.00	13.00
		ケチャップ	2.00	2.60
		ウスターソース	1.00	1.30
		② チキンスープ	3.00	3.90
		③ コンソメ	0.80	1.04
	トンカツ		④ トンカツ	30.00
		なたね油	3.00	3.00
カラフルソテー		キャベツ	15.00	19.50
		ブラックマッペもやし	20.00	26.00
		たまねぎ	10.00	13.00
		赤ピーマン	3.00	3.90
		黄ピーマン	3.00	3.90
		しらす干し	3.00	3.90
		サラダ油	0.30	0.39
		③ コンソメ	0.50	0.65
	食塩	0.30	0.39	
	こしょう	0.02	0.03	
冷凍みかん		冷凍みかん	75.00	75.00
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 I	

② チキンスープ

原材料	アレルゲン
鶏ガラ	鶏肉
玉ねぎ	
水	

③ 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	

④ トンカツ

原材料	アレルゲン
豚肉	豚肉 小麦 大豆
食塩	
でん粉	
香辛料	
大豆粉	
植物油脂	
増粘多糖類	
水	
パン粉	

令和2年10月19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	
あじ餃子	①	あじ餃子	28.00	28.00	
		なたね油	2.80	2.80	
もやしの中華和え		ブラックマッペもやし	20.00	26.00	
		キャベツ	10.00	13.00	
		こまつな	7.00	9.10	
		にんじん	6.00	7.80	
		② ハム	5.00	6.50	
		上白糖	1.00	1.30	
		食塩	0.10	0.13	
		穀物酢	1.20	1.56	
		③ こいくちしょうゆ	1.30	1.69	
		④ ごま油	1.00	1.30	
		ごま	0.80	1.04	
	けんちん汁	⑤	木綿豆腐	45.00	58.50
		⑥	油揚げ	5.00	6.50
		鶏肉	12.00	15.60	
		だいこん	30.00	39.00	
		さといも	30.00	39.00	
		にんじん	10.00	13.00	
		こんにゃく	8.00	10.40	
		乾しいたけ	0.30	0.39	
		葉ねぎ	5.00	6.50	
		④ ごま油	1.00	1.30	
		食塩	0.30	0.39	
		③ こいくちしょうゆ	3.00	3.90	
		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 あじ餃子

原材料	アレルギー
アジ	小麦
キャベツ	大豆
玉葱	ごま
すけそうだらすり身	
小麦	
イースト	
ショートニング	
塩	
大豆粉	
にら	
味噌	
大豆	
生姜	
甘藷澱粉	
胡麻油	
砂糖	
白コシヨー	
小麦粉	
水	

② 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 オニオンパウダー メース ペパー)	
水	

③ こいくちしょうゆ

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

④ 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

⑤ 木綿豆腐

原材料	アレルギー
丸大豆	大豆
凝固剤	
消泡剤	

⑥ 油揚げ

原材料	アレルギー
大豆	大豆
菜種油	

⑦ 削り節

原材料	アレルギー
いわしのふし	さば
さばのふし	

令和2年10月20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	
チリドッグ コッペパン (よこわり)		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	
	チリコンカン		牛肉	12.00	15.60
			豚肉		
		①	大豆水煮	10.00	13.00
			いんげんまめ	6.00	7.80
			ひよこまめ	5.00	6.50
			たまねぎ	25.00	32.50
			サラダ油	0.30	0.39
			ケチャップ	6.00	7.80
		トマト缶詰	3.50	4.55	
		チリパウダー	0.30	0.39	
		ウスターソース	0.50	0.65	
		食塩	0.10	0.13	
アーモンドサラダ			キャベツ	15.00	19.50
		ブラックマッペもやし	12.00	15.60	
		にんじん	7.00	9.10	
		スイートコーン	8.00	10.40	
		アーモンド	3.00	3.90	
		上白糖	0.50	0.65	
		食塩	0.10	0.13	
	②	こいくちしょうゆ	1.80	2.34	
	さけのクリーム煮 *乳除去食		さけ	20.00	26.00
		ブロッコリー	20.00	26.00	
		たまねぎ	20.00	26.00	
		さつまいも	20.00	26.00	
		にんじん	15.00	19.50	
		しめじ	10.00	13.00	
		アスパラガス	8.00	10.40	
③		ベシャメルソース	8.00	10.40	
		普通牛乳	30.00	39.00	
		生クリーム(乳)	4.00	5.20	
④		コンソメ	0.80	1.04	
		食塩	0.20	0.26	
		こしょう	0.03	0.04	
牛乳			普通牛乳	206.00	206.00

原材料配合表

① 大豆水煮

原材料	アレルゲン
大豆	大豆
水	

② こいくちしょうゆ

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

③ ベシャメルソース

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	

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	

令和2年10月21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
チャプチェ		牛肉	5.00	6.50
		緑豆はるさめ	8.00	10.40
		たまねぎ	10.00	13.00
		にんじん	8.00	10.40
		にら	4.00	5.20
		きくらげ	0.20	0.26
		にんにく	0.10	0.13
		① ごま油	0.80	1.04
		② こいくちしょうゆ	1.00	1.30
		オイスターソース	1.50	1.95
		上白糖	0.50	0.65
		食塩	0.20	0.26
		こしょう	0.01	0.01
	韓国風肉じゃが		鶏肉	20.00
		じゃがいも	50.00	65.00
		たまねぎ	40.00	52.00
		にんじん	20.00	26.00
		竹輪	15.00	19.50
		さやいんげん	8.00	10.40
		根深ねぎ	5.00	6.50
		にんにく	0.10	0.13
		① ごま油	1.20	1.56
		② こいくちしょうゆ	4.00	5.20
		清酒	2.00	2.60
		上白糖	2.00	2.60
		③ コチュジャン	0.60	0.78
		ごま	1.50	1.95
マンゴープリン	④	マンゴープリン	40.00	40.00
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
アミノ酸液	大豆
食塩	小麦
砂糖	
脱脂加工大豆	
小麦	
調味料(アミノ酸等)	
甘味料 (甘草・ステビア)	
カラメル色素	
ビタミンB1	

③ コチュジャン

原材料	アレルギー
みそ	大豆
砂糖	
水	
唐辛子粉	
植物油脂	
食塩	
米麴	
酒精	
調味料(アミノ酸等)	

④ マンゴープリン

原材料	アレルギー
乳又は乳製品を主要原料とする食品	乳
果糖ぶどう糖液糖	大豆
マンゴピューレ	
ゲル化剤(増粘多糖類)	
香料	
カロチノイド色素	
その他キャリアオーバー等	
水	

令和2年10月22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
	ツナマヨオムレツ	①	ツナマヨオムレツ	40.00
ポパイサラダ		ほうれんそう	10.00	13.00
		キャベツ	15.00	19.50
		にんじん	7.00	9.10
		スイートコーン	8.00	10.40
		しらす干し	3.00	3.90
		海そうミックス	0.50	0.65
		② ごま油	0.50	0.65
		食塩	0.10	0.13
		上白糖	1.20	1.56
		穀物酢	1.60	2.08
	③ こいくちしょうゆ	1.00	1.30	
ミートボールの ブラウンソース煮	④	ミートボール	25.00	32.50
		たまねぎ	30.00	39.00
		かぼちゃ	20.00	26.00
		ブロッコリー	25.00	32.50
		イタリアンミックス	10.00	13.00
		にんじん	10.00	13.00
		しめじ	8.00	10.40
		トマト缶詰	8.00	10.40
		⑤ チキンスープ	3.00	3.90
		⑥ コンソメ	1.00	1.30
		⑦ デミグラスソース	11.00	14.30
		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	0.10	0.13
		こしょう	0.01	0.01
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00

① ツナマヨオムレツ

原材料	アレルゲン
鶏卵	卵
マヨネーズ	大豆
マグロ油漬(フレーク)	りんご
醤油	小麦
糖類	
かつおエキス	
濃縮煮干だし	
食塩	
澱粉	
砂糖	
植物油脂	
調味料(アミノ酸)	
香辛料抽出物	

② 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

③ こいくちしょうゆ

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

④ 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	
粉末状植物性たん白(小麦)	
でん粉	
砂糖	
酵母エキス	
食塩	
香辛料	
ピロリン酸第二鉄	

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 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	

⑦ 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2年10月23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
鶏めし		精白米	65.00	83.50
		強化米	0.20	0.26
		清酒	1.10	1.41
	①	こいくちしょうゆ	2.20	2.83
		鶏肉	10.00	12.85
	②	油揚げ	3.00	3.85
		にんじん	5.00	6.42
		乾しいたけ	0.20	0.26
		しめじ	5.00	6.42
		さやいんげん	3.00	3.85
	①	こいくちしょうゆ	3.00	3.85
	③	うすくちしょうゆ	1.20	1.54
		上白糖	0.65	0.84
		みりん	1.50	1.93
		清酒	1.20	1.54
		食塩	0.30	0.39
白身魚のあまがらめ		たら(でん粉付き)	40.00	52.00
		ごぼう	20.00	26.00
		じゃがいもでん粉	2.00	2.60
		なたね油	6.20	8.06
	④	えだまめ	8.00	10.40
		上白糖	1.50	1.95
	①	こいくちしょうゆ	3.00	3.90
	みりん	1.00	1.30	
	清酒	1.00	1.30	
ふのすまし汁	⑤	焼きふ	3.00	3.90
	⑥	木綿豆腐	30.00	39.00
		かまぼこ	10.00	13.00
		たまねぎ	25.00	32.50
		にんじん	10.00	13.00
		葉ねぎ	5.00	6.50
		清酒	1.00	1.30
		みりん	0.80	1.04
	③	うすくちしょうゆ	2.50	3.25
		食塩	0.30	0.39
⑦	削り節	2.00	2.60	
	だしこんぶ	1.00	1.30	
オレンジ		オレンジ	48.00	48.00
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
アミノ酸液	大豆
食塩	小麦
砂糖	
脱脂加工大豆	
小麦	
調味料(アミノ酸等)	
甘味料 (甘草・ステビア)	
カラメル色素	
ビタミンB1	

④ えだまめ

原材料	アレルゲン
えだまめ	大豆
食塩	
次亜塩素酸ナトリウム (加工助剤)	

⑤ 焼きふ

原材料	アレルゲン
小麦粉	小麦
小麦粉グルテン	

② 油揚げ

原材料	アレルゲン
大豆	大豆
植物油 (菜種白絞油 大豆白絞油)	
凝固剤 (塩化マグネシウム)	
消泡剤 (グリセリン脂肪酸エステル 炭酸カルシウム 炭酸マグネシウム レシチン)	

⑥ 木綿豆腐

原材料	アレルゲン
丸大豆	大豆
凝固剤	
消泡剤	

⑦ 削り節

原材料	アレルゲン
いわしのふし	さば
さばのふし	

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	
ソルビトール	
調味料(アミノ酸等)	
甘味料 (甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

令和2年10月26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
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
たこの唐揚げ	①	たこの唐揚げ	30.00	39.00
		なたね油	3.00	3.90
ほうれんそうののり和え		ほうれんそう	7.00	9.10
		はくさい	20.00	26.00
		ブラックマッペもやし	15.00	19.50
		にんじん	7.00	9.10
	②	もみのり	1.00	1.30
		上白糖	1.00	1.30
	③	こいくちしょうゆ	2.00	2.60
生揚げのみそ汁	④	生揚げ	30.00	39.00
		たまねぎ	20.00	26.00
		だいこん	20.00	26.00
		にんじん	10.00	13.00
		葉ねぎ	5.00	6.50
	⑤	合わせみそ	11.00	14.30
	だしiriこ	3.00	3.90	
スイートポテト	⑥	スイートポテト	30.00	30.00
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00

① たこの唐揚げ

原材料	アレルゲン
真だこ	小麦
小麦粉	大豆
でん粉	さば
食塩	
砂糖	
粉末魚醤	
香辛料	
加工でん粉	
調味料(アミノ酸等)	
トレハロース	
増粘多糖類	

④ 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	

⑤ 合わせみそ

原材料	アレルゲン
米	大豆
大豆	
大麦	
食塩	

② 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	

⑥ 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	

③ こいくちしょうゆ

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

令和2年10月27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
小アップルパン		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
		① ドライアップル	9.00	11.70
	はなっこりのペロンチーノ		スパゲッティ(小麦)	30.00
		② ベーコン	10.00	13.00
		にんにく	0.50	0.65
		はなっこりー	15.00	19.50
		たまねぎ	20.00	26.00
		にんじん	10.00	13.00
		しめじ	8.00	10.40
		エリンギ	8.00	10.40
		白ワイン	0.50	0.65
		③ コンソメ	1.00	1.30
		④ こいくちしょうゆ	1.60	2.08
		食塩	0.20	0.26
		オリーブ油	3.00	3.90
		一味とうがらし	0.01	0.01
タンドリーチキン	⑤	タンドリーチキン	24.00	24.00
ブロッコリーのマヨネーズサラダ		ブロッコリー	20.00	26.00
		キャベツ	20.00	26.00
		スイートコーン	7.00	9.10
		⑥ ノンエッグマヨネーズ	5.00	6.50
		④ こいくちしょうゆ	0.60	0.78
		穀物酢	0.30	0.39
		食塩	0.10	0.13
	こしょう	0.01	0.01	
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00

① ドライアップル

原材料	アレルゲン
りんご	りんご
砂糖	
酸味料(クエン酸)	
酸化防止剤(V.C)	
仕込水	

② 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	

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 こいくちしょうゆ

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

⑤ タンドリーチキン

原材料	アレルゲン
鶏肉	鶏肉
でん粉	小麦
タンドリーパウダー	大豆
大豆油	
食塩	
香辛料	
砂糖	
チキンミートパウダー	
加工でん粉	
調味料(アミノ酸等)	
ポリリン酸Na	
酸味料	
着色料(カロチノイド)	
香辛料抽出物	
水	

⑥ 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	
水あめ	
大豆粉	
食塩	
粉末状植物性たん白(大豆)	
香辛料	
酵母エキス	
レモン果汁	
こんにやく精粉	
増粘多糖類	
水	

令和2年10月28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
豆腐焼売	①	豆腐焼売	30.00	60.00
回鍋肉		豚肉	15.00	19.50
	②	ごま油	1.00	1.30
		にんにく	0.20	0.26
		しょうが	0.20	0.26
		キャベツ	25.00	32.50
		たけのこ水煮缶詰	10.00	13.00
		清酒	0.80	1.04
		トウバンジャン	0.01	0.01
	③	中華だし	0.50	0.65
	④	赤みそ	3.00	3.90
		食塩	0.10	0.13
		三温糖	1.00	1.30
	⑤	こいくちしょうゆ	2.00	2.60
		オイスターソース	0.50	0.65
	じゃがいもでん粉	0.30	0.39	
ワンタンスープ	⑥	海鮮ワンタン	30.00	39.00
		たまねぎ	25.00	32.50
		ブラックマッペもやし	20.00	26.00
		チンゲンサイ	10.00	13.00
		にんにく	10.00	13.00
	③	中華だし	1.00	1.30
	⑤	こいくちしょうゆ	2.00	2.60
		食塩	0.20	0.26
	こしょう	0.02	0.03	
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00

① 豆腐焼売

原材料	アレルギー
たまねぎ	大豆
にんにく	小麦
えだまめ	
とうもろこし	
豆腐	
魚肉すり身	
なたね油	
豆乳	
粉末状大豆たん白	
砂糖	
食塩	
酵母エキス	
発酵調味料	
乾燥ひじき	
香辛料	
加工デンプン	
水	
小麦粉	
還元でん粉分解物	

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 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	

④ 赤みそ

原材料	アレルギー
大豆	大豆
大麦	
食塩	
米	
酒精	

⑤ こいくちしょうゆ

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

⑥ 海鮮ワンタン

原材料	アレルギー
小麦粉	小麦
キャベツ	ごま
魚肉すり身	大豆
たまねぎ	豚肉
豚脂	
でん粉	
豆腐	
にんにく	
粉末状小麦たん白	
植物油脂	
砂糖	
食塩	
ホタテエキス調味料	
粉末状大豆たん白	
大豆粉	
加工でん粉	
調味料(アミノ酸等)	
豆腐用凝固剤	
水	

令和2年10月29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
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
	さけのチーズカツ	①	さけのチーズカツ	40.00
		なたね油	4.00	6.00
大根のマリネ		だいこん	25.00	32.50
		ブロッコリー	15.00	19.50
		赤ピーマン	3.00	3.90
		黄ピーマン	3.00	3.90
		オリーブ油	0.50	0.65
		上白糖	0.80	1.04
		食塩	0.20	0.26
		レモン果汁	0.50	0.65
		穀物酢	0.80	1.04
		② うすくちしょうゆ	1.00	1.30
		こしょう	0.02	0.03
白菜の豆乳スープ	③	ベーコン	10.00	13.00
		はくさい	25.00	32.50
		はなっこりー	20.00	26.00
		たまねぎ	20.00	26.00
		にんじん	10.00	13.00
		スイートコーン	10.00	13.00
		④ 豆乳	40.00	52.00
		⑤ コンソメ	1.30	1.69
		食塩	0.30	0.39
		こしょう	0.02	0.03
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00

原材料配合表

① さけのチーズカツ

原材料	アレルゲン
パン粉	小麦
さけ	乳成分
たまねぎ	さけ
プロセスチーズ	大豆
小麦粉	
植物油脂	
でん粉	
砂糖	
食塩	
粉末状大豆たん白	
増粘剤(グァー)	
膨張剤	
セルロース	
カロチン色素	
水	

② 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	
ソルビトール	
調味料(アミノ酸等)	
甘味料(甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

③ 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	

④ 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	

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2年10月30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
キャロットピラフ		精白米	65.00	83.50
		強化米	0.20	0.26
	①	コンソメ	0.05	0.06
	②	キャロットピラフの素	23.83	30.61
ハンバーグのきのこソースがけ	③	ハンバーグ	40.00	60.00
		たまねぎ	4.00	6.00
		しめじ	3.00	4.50
	④	デミグラスソース	5.00	7.50
		ケチャップ	3.00	4.50
		ウスターソース	0.80	1.20
		上白糖	0.60	0.90
		赤ワイン	0.30	0.45
コールスロー		キャベツ	20.00	26.00
		ブラックマッペもやし	10.00	13.00
		スイートコーン	8.00	10.40
		にんじん	7.00	9.10
	⑤	ノンエッグマヨネーズ	4.00	5.20
	⑥	うすくちしょうゆ	0.50	0.65
		穀物酢	0.30	0.39
		食塩	0.20	0.26
パンブキンスープ *乳除去食		鶏肉	5.00	6.50
		おじゃがもち	20.00	26.00
		かぼちゃ	20.00	26.00
		かぼちゃペースト	10.00	13.00
		たまねぎ	25.00	32.50
		にんじん	10.00	13.00
		普通牛乳	25.00	32.50
		生クリーム(乳)	2.00	2.60
	⑦	ベシヤメルソース	8.00	10.40
	①	コンソメ	0.80	1.04
		食塩	0.20	0.26
	こしょう	0.02	0.03	
かぼちゃのパパロア	⑧	かぼちゃのパパロア	40.00	40.00
牛乳		普通牛乳	206.00	206.00

原材料配合表

① 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	

② キャロットピラフの素

原材料	アレルゲン
にんじん	鶏肉
食用植物油脂	大豆
コーン	
鶏肉	
赤ピーマン	
食塩	
にんじん濃縮汁	
チキンエキス	
デキストリン	
酵母エキス	
白身魚エキス	
香辛料	
野菜エキス	
トレハロース	
大豆多糖類	
水	

③ ハンバーグ

原材料	アレルゲン
鶏肉	鶏肉
たまねぎ	豚肉
豚脂	大豆
かぼちゃ	
粒状植物性たん白	
豚肉	
水溶性食物繊維	
粉末状植物性たん白	
砂糖	
ぶどう糖	
食塩	
酵母エキス	
にんにくペースト	
香辛料	
しょうがペースト	
水	
加工デンプン	
セルロース	
炭酸Ca	
ピロリン酸第二鉄	

④ 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	

⑤ 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	
水あめ	
大豆粉	
食塩	
粉末状植物性たん白(大豆)	
香辛料	
酵母エキス	
レモン果汁	
こんにやく精粉	
増粘多糖類	
水	

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	
ソルビトール	
調味料(アミノ酸等)	
甘味料(甘草・ステビア)	
ビタミンB1	

⑦ ベシヤメルソース

原材料	アレルゲン
乳製品(脱脂粉乳)	乳
ホエイパウダー	小麦
全粉乳	大豆
チーズ(バター)	
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	

⑧ かぼちゃのパパロア

原材料	アレルゲン
かぼちゃペースト	大豆
豆乳加工食品	
グラニュー糖	
砂糖	
ぶどう糖	
でん粉	
水	
ゲル化剤	
炭酸Ca	
香料	
乳化剤	
pH調整剤	
セルロース	
クエン酸鉄Na	
塩化マグネシウム	