献立材料一覧表

5年度9月4日月曜日　南部調理場　安城献立　日別献立

料理名／食品名	可食量							
	小	中	園	他				
ごはん								
※ごはん（小）　７０ｇ	157.00							
※ごはん（中）　１００ｇ		224.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
いなか汁								
ごぼう（生・ささがき・汁用）	8.00	9.60						
里いも（冷凍・スライス）　５００ｇ袋	20.00	24.00						
板こんにゃく	10.00	12.00						
たまねぎ	20.00	24.00						
にんじん	12.00	14.40						
豆腐（ソフト）	20.00	24.00						
※ミックスみそ	9.00	10.80						
かつおだしパック　５００ｇ袋	2.00	2.40						
和風だし　１ｋｇ袋	0.80	0.96						
米粉いかフライのレモン煮								
※米粉いかフライ　５０ｇ	50.00							
※米粉いかフライ　６０ｇ		60.00						
なたね油（ローリー）	5.00	6.00						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	2.90	3.48						
みりん　１．８㍑	3.20	3.84						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	2.20	2.64						
レモン果汁　１㍑	0.65	0.78						
水	1.30	1.54						
磯香あえ								
キャベツ	25.00	30.00						
もやし（緑豆）	15.00	18.00						
※焼きのり（素干し）　５０ｇ袋	0.50	0.60						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	1.44	1.73						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	2.25	2.70						
☆フローズンヨーグルト								
※フローズンヨーグルト（プレーン）　６０ｇ	60.00	60.00						

学校区分	Eng (kcal)	蛋白 (g)	脂質 (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	VA (μg)	VB1 (mg)	VB2 (mg)	VC (mg)	食塩 (g)	食物繊維 (g)		
小学校	648	23.1	17.9	404	95	1.8	2.9	240	0.48	0.50	29	2.6	4.0		
中学校	793	26.9	19.5	418	110	2.3	3.4	262	0.64	0.52	32	3.1	4.6		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度9月5日火曜日　南部調理場　安城献立　日別献立

料理名／食品名	可食量							
	小	中	園	他				
麦ごはん								
※麦ごはん（小）　７０ｇ	160.00							
※麦ごはん（中）　１００ｇ		228.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
春雨スープ								
※ハム（短冊切）	8.00	9.60						
豆腐（ソフト）	20.00	24.00						
はるさめ（乾・カット）	3.00	3.60						
にんじん	10.00	12.00						
たまねぎ	12.00	14.40						
ねぎ（葉：11～4月　白：5～10月）	3.00	3.60						
とうもろこし（冷凍・ホール）１ｋｇ袋	5.00	6.00						
※メンマ（カット・味付）　１ｋｇ袋	7.00	8.40						
※鶏豚湯（缶）	2.50	3.00						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	1.00	1.20						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.25	0.30						
こしょう（黒）　３５０ｇ	0.01	0.01						
ビビンバの具								
豚肉（もも・千切）	35.00	42.00						
しいたけ（乾・スライス）　１ｋｇ袋	0.80	0.96						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	5.00	6.00						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	2.00	2.40						
にんにく（冷蔵・おろし）　５００ｇ	0.10	0.12						
一味唐辛子　１２ｇ袋　半量計算済	0.01	0.01						
もやし（緑豆）	30.00	36.00						
チンゲンサイ	25.00	30.00						
米油　１．５ｋｇ	0.50	0.60						
炒りごま（黒）　１ｋｇ袋	0.80	0.96						
ごま油　１．６５ｋｇ	0.80	0.96						
錦糸卵								
※錦糸卵（冷凍・Ｐ）　１ｋｇ袋	21.00	25.20						
さつまいもスティック								
※さつまいもスティック　５ｇ		5.00						

学校区分	Eng (kcal)	蛋白 (ｇ)	脂質 (ｇ)	Ca (ｍｇ)	Mg (ｍｇ)	Fe (ｍｇ)	Zn (ｍｇ)	VA (μｇ)	VB1 (ｍｇ)	VB2 (ｍｇ)	VC (ｍｇ)	食塩 (ｇ)	食物繊維 (ｇ)
小学校	578	25.0	18.5	307	73	1.9	3.2	221	0.83	0.58	13	2.0	3.3
中学校	747	29.8	21.7	328	88	2.5	3.9	248	1.06	0.63	16	2.8	4.4
園													
他													

献立材料一覧表

5年度9月6日水曜日　南部調理場　安城献立　日別献立

料理名／食品名	可食量							
	小	中	園	他				
米粉パン(小麦入り)								
※米粉パン（小）　５０ｇ	85.00							
※米粉パン（中）　６０ｇ		102.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
野菜たっぷり焼きそば								
※中華めん（蒸し・焼きそば用）	52.00	62.40						
豚肉（もも・平切）	20.00	24.00						
※ちくわ（冷蔵）	10.00	12.00						
キャベツ	50.00	60.00						
にんじん	20.00	24.00						
もやし（緑豆）	10.00	12.00						
しょうが（冷蔵・おろし）　５００ｇ	1.00	1.20						
焼きそばの素（粉末）　１ｋｇ袋	3.50	4.20						
ウスターソース　１．８㍑	3.50	4.20						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.04	0.05						
こしょう（黒）　３５０ｇ	0.03	0.04						
ソーセージのケチャップ煮								
ソーセージ（２ｃｍカット）	28.00	33.60						
たまねぎ	25.00	30.00						
マッシュルーム（水煮・スライス）	8.00	9.60						
グリンピース（冷凍）　１ｋｇ袋	2.00	2.40						
トマトケチャップ　３ｋｇ袋	5.60	6.72						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	0.64	0.77						
ウスターソース　１．８㍑	0.64	0.77						
米油　１．５ｋｇ	0.50	0.60						
水	4.00	4.80						
アセロラミニゼリー								
※アセロラミニゼリー　２２ｇ	22.00	22.00						

学校区分	Eng (kcal)	蛋白 (g)	脂質 (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	VA (μg)	VB1 (mg)	VB2 (mg)	VC (mg)	食塩 (g)	食物繊維 (g)		
小学校	709	31.2	25.6	331	66	3.9	3.5	231	0.53	0.54	65	3.6	4.5		
中学校	821	35.8	29.1	351	74	4.1	4.0	261	0.62	0.58	70	4.3	5.3		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度9月7日木曜日　南部調理場　安城献立　日別献立

料理名／食品名	可食量 小	可食量 中	可食量 園	可食量 他				
ごはん								
※ごはん（小）　７０ｇ	157.00							
※ごはん（中）　１００ｇ		224.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
ひきずり								
鶏肉（むね・皮付・平切）	30.00	36.00						
※かまぼこ（冷蔵）	10.00	12.00						
焼豆腐	20.00	24.00						
糸こんにゃく	20.00	24.00						
にんじん	20.00	24.00						
はくさい	60.00	72.00						
ねぎ（葉：11～4月　白：5～10月）	15.00	18.00						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	2.80	3.36						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	6.40	7.68						
酒　１．８㍑	1.20	1.44						
和風だし　１ｋｇ袋	0.80	0.96						
さばのみぞれ煮								
※さばのみぞれ煮（冷凍・Ｐ）　５０ｇ	50.00							
※さばのみぞれ煮（冷凍・Ｐ）　６０ｇ		60.00						
きゅうりとわかめの酢の物								
きゅうり	25.00	30.00						
※わかめ（乾）　２００ｇ袋	0.30	0.36						
炒りごま（白・皮あり）　１ｋｇ袋	0.20	0.24						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	0.60	0.72						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	0.90	1.08						
酢（米酢）　１．８㍑	0.90	1.08						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.12	0.14						

学校区分	Eng (kcal)	蛋白 (g)	脂質 (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	VA (μg)	VB1 (mg)	VB2 (mg)	VC (mg)	食塩 (g)	食物繊維 (g)		
小学校	607	30.4	19.1	502	90	2.8	3.1	281	0.48	0.65	24	2.6	3.4		
中学校	761	36.1	21.6	557	107	3.4	3.7	321	0.64	0.71	28	3.0	3.9		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度9月8日金曜日　南部調理場　安城献立　日別献立

料理名／食品名	可食量							
	小	中	園	他				
うどん								
※うどん（小）　２００ｇ	200.00							
※うどん（中）　２５０ｇ		250.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
肉うどんの汁								
豚肉（もも・平切）	25.00	30.00						
※かまぼこ（冷蔵）	7.00	8.40						
油揚げ（冷凍・きざみ）　１ｋｇ袋	3.00	3.60						
たまねぎ	40.00	48.00						
にんじん	15.00	18.00						
ねぎ（葉：11～4月　白：5～10月）	10.00	12.00						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	1.90	2.28						
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ	7.90	9.48						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.07	0.08						
かつおだしパック　５００ｇ袋	3.00	3.60						
かぼちゃの天ぷら								
※かぼちゃの天ぷら　４０ｇ		40.00						
※かぼちゃの天ぷら　３０ｇ	30.00							
なたね油（ローリー）	3.00	4.00						
◎大豆の親子サラダ								
大豆（水煮）　１ｋｇ袋	8.00	9.60						
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ	0.70	0.84						
さとう（上白）　１ｋｇ袋	0.50	0.60						
水	5.00	6.00						
枝豆（冷凍・むき）　５００ｇ袋	8.00	9.60						
にんじん	5.00	6.00						
キャベツ	18.00	21.60						
※ごまドレッシング　１ﾘｯﾄﾙ	4.50	5.40						

学校区分	Eng (kcal)	蛋白 (g)	脂質 (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	VA (μg)	VB1 (mg)	VB2 (mg)	VC (mg)	食塩 (g)	食物繊維 (g)		
小学校	628	23.6	22.7	324	83	1.4	2.5	302	0.47	0.47	26	2.4	5.7		
中学校	754	27.3	26.5	346	94	1.8	2.7	355	0.55	0.50	33	3.1	7.1		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度9月11日月曜日　南部調理場　安城献立　日別献立

料理名／食品名	可食量							
	小	中	園	他				
ごはん								
※ごはん（小）　７０ｇ	157.00							
※ごはん（中）　１００ｇ		224.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
ちゃんこ煮								
※鶏肉団子（冷凍・鶏７０％）　７ｇ	25.00	30.00						
もやし（緑豆）	35.00	42.00						
にんじん	20.00	24.00						
ごぼう（生・ささがき・汁用）	20.00	24.00						
チンゲンサイ	10.00	12.00						
糸こんにゃく	8.00	9.60						
和風だし　１ｋｇ袋	1.00	1.20						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	1.00	1.20						
みりん　１．８ﾘｯﾄﾙ	0.80	0.96						
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ	3.30	3.96						
水	40.00	48.00						
信田のみそかけ								
※けんちん信田　５０ｇ	50.00							
※けんちん信田　６０ｇ		60.00						
キャベツのたくあんあえ								
キャベツ	25.00	30.00						
※たくあん漬（千切）	14.00	16.80						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.04	0.05						
卓上甘みそ								
※卓上甘みそ　２００ｇ	10.00	10.00						

学校区分	Eng (kcal)	蛋白 (g)	脂質 (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	VA (μg)	VB1 (mg)	VB2 (mg)	VC (mg)	食塩 (g)	食物繊維 (g)		
小学校	627	23.0	19.8	360	147	3.0	2.9	277	0.51	0.49	25	3.3	4.9		
中学校	777	26.5	22.3	383	173	3.8	3.3	316	0.70	0.51	29	3.9	6.3		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度9月12日火曜日　南部調理場　安城献立　日別献立

料理名／食品名	可食量 小	可食量 中	可食量 園	可食量 他				
ごはん								
※ごはん（小）　７０ｇ	157.00							
※ごはん（中）　１００ｇ		224.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
中華飯の具								
豚肉（もも・平切）	20.00	24.00						
※いか（冷凍・皮なし胴・短冊切）　１ｋｇ袋	15.00	18.00						
食塩（ゆで塩）　１ｋｇ袋	0.38	0.46						
にんじん	15.00	18.00						
たけのこ（水煮）	20.00	24.00						
うずら卵（パック）	15.00	18.00						
キャベツ	30.00	36.00						
たまねぎ	30.00	36.00						
チンゲンサイ	20.00	24.00						
黒きくらげ（乾・スライス）　１ｋｇ袋	1.00	1.20						
※鶏豚湯（缶）	3.00	3.60						
オイスターソース　１ｋｇ袋	2.00	2.40						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	3.00	3.60						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	0.50	0.60						
でんぷん　５ｋｇ袋	1.50	1.80						
ごま油　１．６５ｋｇ	0.40	0.48						
水	30.00	36.00						
春巻								
※春巻（愛学給）　５０ｇ	50.00							
※春巻（愛学給）　６０ｇ		60.00						
なたね油（ローリー）	5.00	6.00						
冷凍みかん								
みかん（冷凍・Ｓ）	70.00							
みかん（冷凍・M）		90.00						

学校区分	Eng (kcal)	蛋白 (g)	脂質 (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	VA (μg)	VB1 (mg)	VB2 (mg)	VC (mg)	食塩 (g)	食物繊維 (g)		
小学校	661	24.9	21.9	314	81	2.4	3.4	377	0.76	0.54	48	1.8	4.3		
中学校	829	29.4	25.0	331	96	3.1	4.0	442	0.98	0.60	61	2.2	5.3		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度9月13日水曜日　南部調理場　安城献立　日別献立

料理名／食品名	可食量 小	可食量 中	可食量 園	可食量 他				
サンドイッチバンズパン								
※サンドイッチバンズパン（小）５０ｇ	82.00							
※サンドイッチバンズパン（中）７０ｇ		114.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
コーンスープ								
ベーコン（ショルダー・短冊切）	10.00	12.00						
とうもろこし（冷凍・裏ごし）　１ｋｇ袋	30.00	36.00						
とうもろこし（冷凍・ホール）１ｋｇ袋	8.00	9.60						
じゃがいも（だんしゃく）	25.00	30.00						
たまねぎ	25.00	30.00						
にんじん	8.00	9.60						
グリンピース（冷凍）　１ｋｇ袋	5.00	6.00						
牛乳（調理用）　１ﾘｯﾄﾙ	40.00	48.00						
脱脂粉乳　１ｋｇ袋	3.00	3.60						
米油　１．５ｋｇ	1.00	1.20						
洋風だし　１ｋｇ袋	1.20	1.44						
※ホワイトルウ（小麦抜き）　１ｋｇ袋	6.00	7.20						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.15	0.18						
ハンバーグのトマトソースかけ								
※ハンバーグ（バーガー用）　５０ｇ	50.00							
※ハンバーグ（バーガー用）　６０ｇ		60.00						
※トマトベースソース　３ｋｇ袋	4.90	5.88						
トマトケチャップ　３ｋｇ袋	4.20	5.04						
ウスターソース　１．８ﾘｯﾄﾙ	1.40	1.68						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	0.90	1.08						
でんぷん　５ｋｇ袋	0.20	0.24						
水	3.50	4.20						
野菜の甘酢あえ								
キャベツ	25.00	30.00						
にんじん	5.00	6.00						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	0.40	0.48						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.10	0.12						
酢（米酢）　１．８ﾘｯﾄﾙ	1.30	1.56						

学校区分	Eng (kcal)	蛋白 (g)	脂質 (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	VA (μg)	VB1 (mg)	VB2 (mg)	VC (mg)	食塩 (g)	食物繊維 (g)		
小学校	671	27.8	26.1	391	89	1.7	3.8	200	0.48	0.70	30	2.2	6.9		
中学校	823	33.3	30.5	434	107	2.0	4.4	223	0.57	0.81	36	3.1	8.6		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度9月14日木曜日　南部調理場　安城献立　日別献立

料理名／食品名	可食量 小	可食量 中	可食量 園	可食量 他				
麦ごはん								
※麦ごはん（小）　７０ｇ	160.00							
※麦ごはん（中）　１００ｇ		228.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
愛知のいわし入りつみれ汁								
※すりみ団子（冷凍・いわし入り）　１ｋｇ袋	20.00	24.00						
豆腐（ソフト）	25.00	30.00						
にんじん	10.00	12.00						
大根	15.00	18.00						
チンゲンサイ	20.00	24.00						
しょうが（冷蔵・おろし）　５００ｇ	0.50	0.60						
赤みそ	9.00	10.80						
かつおだしパック　５００ｇ袋	2.00	2.40						
里いもコロッケ								
※コロッケ（里いも）　５０ｇ	50.00							
※コロッケ（里いも）　６０ｇ		60.00						
なたね油（ローリー）	5.00	6.00						
ひじきとツナのふりかけ								
※まぐろ油漬（レトルト）	6.75	8.10						
※ひじき（乾）	1.10	1.32						
にんじん	5.50	6.60						
ピーマン	5.50	6.60						
かつお節（たこやき用）　２００ｇ袋	0.90	1.08						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	0.50	0.60						
酒　１．８㍑	0.45	0.54						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	0.77	0.92						

学校区分	Eng (kcal)	蛋白 (g)	脂質 (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	VA (μg)	VB1 (mg)	VB2 (mg)	VC (mg)	食塩 (g)	食物繊維 (g)		
小学校	599	22.6	18.5	328	82	2.4	2.6	236	0.44	0.46	16	2.1	4.1		
中学校	751	26.7	20.9	345	96	3.0	3.2	266	0.58	0.50	18	2.3	5.2		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度9月15日金曜日　南部調理場　安城献立　日別献立

料理名／食品名	可食量 小	可食量 中	可食量 園	可食量 他				
ロウカット玄米ごはん								
※ロウカット玄米ごはん（小）　７０ｇ	158.00							
※ロウカット玄米ごはん（中）　１００ｇ		226.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
チキンカレー								
鶏肉（むね・皮付・平切）	20.00	24.00						
じゃがいも（だんしゃく）	30.00	36.00						
たまねぎ	40.00	48.00						
にんじん	24.00	28.80						
※チーズ（調理用）　１ｋｇ袋	4.00	4.80						
※カレールウ（Ｎ・小麦抜き・中辛）　１ｋｇ袋	6.00	9.20						
※カレールウ（Ｎ・小麦抜き・甘口）　１ｋｇ袋	4.00	3.80						
※カレールウ（Ｒ・小麦抜き・甘口）　１ｋｇ袋	4.00	3.80						
脱脂粉乳　１ｋｇ袋	3.00	3.60						
ウスターソース　１．８㍑	2.70	3.24						
トマトケチャップ　３ｋｇ袋	2.50	3.00						
※チャツネ　１ｋｇ	2.00	2.40						
洋風だし　１ｋｇ袋	0.80	0.96						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.06	0.07						
こしょう（黒）　３５０ｇ	0.02	0.02						
彩り野菜ソテー								
ベーコン（ショルダー・短冊切）	12.00	14.40						
赤パプリカ	4.00	4.80						
キャベツ	30.00	36.00						
とうもろこし（冷凍・ホール）１ｋｇ袋	14.00	16.80						
枝豆（冷凍・むき）　５００ｇ袋	4.00	4.80						
コンソメ　５００ｇ	0.38	0.46						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.08	0.10						
こしょう（黒）　３５０ｇ	0.01	0.01						
ファイバーゼリーのフルーツあえ								
※ファイバーゼリー（常温）　１ｋｇ袋	17.00	20.40						
みかん（缶）	14.00	16.80						
パイナップル（チビット・缶）	14.00	16.80						

学校区分	Eng (kcal)	蛋白 (g)	脂質 (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	VA (μg)	VB1 (mg)	VB2 (mg)	VC (mg)	食塩 (g)	食物繊維 (g)		
小学校	622	23.0	15.6	352	95	1.8	3.2	282	0.60	0.54	47	2.3	8.1		
中学校	779	27.3	17.4	377	119	2.6	3.7	321	0.76	0.59	57	2.8	9.9		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度9月19日火曜日　南部調理場　安城献立　日別献立

料理名／食品名	可食量 小	可食量 中	可食量 園	可食量 他				
ごはん								
※ごはん（小）　７０ｇ	157.00							
※ごはん（中）　１００ｇ		224.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
すまし汁								
油揚げ（冷凍・きざみ）　１ｋｇ袋	3.00	3.60						
豆腐（ソフト）	20.00	24.00						
※かまぼこ（冷蔵）	10.00	12.00						
小松菜	15.00	18.00						
にんじん	12.00	14.40						
えのきたけ	10.00	12.00						
和風だし　１ｋｇ袋	0.50	0.60						
しょうゆ（薄口）　１．８ﾘｯﾄﾙ	3.00	3.60						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.05	0.06						
酒　１．８ﾘｯﾄﾙ	1.00	1.20						
かつおだしパック　５００ｇ袋	2.00	2.40						
さんまの銀紙焼き								
※さんまの銀紙焼き（冷凍・Ｐ）　６０ｇ	60.00	60.00						
もやしときゅうりのあえ物								
もやし（緑豆）	30.00	36.00						
きゅうり	10.00	12.00						
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ	2.00	2.40						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	1.00	1.20						
☆チーズドッグ								
※チーズドッグ（学校配送）　４０ｇ		40.00						

学校区分	Eng (kcal)	蛋白 (g)	脂質 (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	VA (μg)	VB1 (mg)	VB2 (mg)	VC (mg)	食塩 (g)	食物繊維 (g)		
小学校	585	27.1	18.5	519	83	2.3	2.7	212	0.46	0.55	12	2.3	2.1		
中学校	827	33.1	25.8	841	100	3.0	3.3	258	0.64	0.65	15	2.7	2.7		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度9月20日水曜日　南部調理場　安城献立　日別献立

料理名／食品名	可食量 小	可食量 中	可食量 園	可食量 他				
ごはん								
※ごはん（小）　７０ｇ	157.00							
※ごはん（中）　１００ｇ		224.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
豚肉と野菜のしょうが煮								
豚肉（もも・平切）	25.00	30.00						
じゃがいも（だんしゃく）	40.00	48.00						
板こんにゃく	15.00	18.00						
たまねぎ	50.00	60.00						
にんじん	20.00	24.00						
さやいんげん（冷凍）　５００ｇ袋	8.00	9.60						
しょうが（冷蔵・おろし）　５００ｇ	0.80	0.96						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	1.30	1.56						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	3.00	3.60						
酒　１．８㍑	2.00	2.40						
和風だし　１ｋｇ袋	1.00	1.20						
水	20.00	24.00						
五目厚焼き卵								
※五目厚焼き卵（冷凍・Ｐ）　５０ｇ	50.00							
※五目厚焼き卵（冷凍・Ｐ）　６０ｇ		60.00						
ごぼうと枝豆のサラダ								
ごぼう（生・千切）	15.00	18.00						
とうもろこし（ホール・缶）	6.00	7.20						
枝豆（冷凍・むき）　５００ｇ袋	6.00	7.20						
炒りごま（白・皮あり）　１ｋｇ袋	1.00	1.20						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	1.50	1.80						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	1.20	1.44						
水	4.00	4.80						
※ノンエッグマヨネーズ　１ｋｇ袋	4.50	5.40						

学校区分	Eng (kcal)	蛋白 (g)	脂質 (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	VA (μg)	VB1 (mg)	VB2 (mg)	VC (mg)	食塩 (g)	食物繊維 (g)		
小学校	631	24.5	20.4	306	87	2.7	3.2	293	0.75	0.62	22	1.7	7.5		
中学校	788	29.4	23.0	320	98	3.3	3.8	336	0.97	0.67	26	2.1	8.9		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度9月21日木曜日　南部調理場　安城献立　日別献立

料理名／食品名	可食量							
	小	中	園	他				
わかめごはん								
※わかめごはん（小）　７０ｇ	162.00							
※わかめごはん（中）　１００ｇ		231.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
けんちん汁								
豆腐（木綿）	20.00	24.00						
里いも（冷凍・スライス）　５００ｇ袋	10.00	12.00						
板こんにゃく	10.00	12.00						
油揚げ（冷凍・きざみ）　１ｋｇ袋	5.00	6.00						
にんじん	15.00	18.00						
ごぼう（生・ささがき・汁用）	10.00	12.00						
大根	20.00	24.00						
ねぎ（葉：11～4月　白：5～10月）	5.00	6.00						
しいたけ（乾・スライス）　１ｋｇ袋	0.60	0.72						
ごま油　１．６５ｋｇ	0.50	0.60						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	3.50	4.20						
和風だし　１ｋｇ袋	2.50	3.00						
酒　１．８㍑	1.00	1.20						
あじアーモンドフライ								
※あじアーモンドフライ（カレー味）　５０ｇ	50.00							
※あじアーモンドフライ（カレー味）　６０ｇ		60.00						
なたね油（ローリー）	5.00	6.00						
チンゲンサイのからしあえ								
チンゲンサイ	14.00	16.80						
キャベツ	14.00	16.80						
とうもろこし（ホール・缶）	4.00	4.80						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	1.50	1.80						
酢（米酢）　１．８㍑	0.60	0.72						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	0.60	0.72						
からし粉　３５０ｇ袋	0.05	0.06						

学校区分	Eng (kcal)	蛋白 (g)	脂質 (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	VA (μg)	VB1 (mg)	VB2 (mg)	VC (mg)	食塩 (g)	食物繊維 (g)		
小学校	647	25.0	25.5	384	136	3.4	3.0	222	0.53	0.61	17	3.2	5.9		
中学校	810	29.4	29.3	417	161	4.2	3.7	250	0.69	0.67	20	4.1	7.1		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度9月22日金曜日　南部調理場　安城献立　日別献立

料理名／食品名	可食量 小	可食量 中	可食量 園	可食量 他				
ラーメン								
※ラーメン（小）　１８０ｇ	180.00							
※ラーメン（中）　２２０ｇ		220.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
野菜たっぷりタンメンの汁								
豚肉（もも・平切）	18.00	21.60						
※なると巻き（冷蔵）　１ｋｇ袋	7.00	8.40						
チンゲンサイ	20.00	24.00						
にんじん	12.00	14.40						
キャベツ	20.00	24.00						
もやし（緑豆）	20.00	24.00						
※鶏豚湯（缶）	4.00	4.80						
中華だし　１ｋｇ袋	0.80	0.96						
しょうゆ（薄口）　１．８㍑	3.00	3.60						
酒　１．８㍑	1.00	1.20						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.40	0.48						
こしょう（黒）　３５０ｇ	0.02	0.02						
えびしゅうまい								
※えびしゅうまい（冷凍・トレー・Ｆｅ）　３０ｇ	30.00	60.00						
中華風サラダ								
はるさめ（乾・カット）	3.00	3.60						
きゅうり	10.00	12.00						
とうもろこし（ホール・缶）	5.00	6.00						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	2.00	2.40						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	0.75	0.90						
酢（米酢）　１．８㍑	1.50	1.80						
ごま油　１．６５ｋｇ	0.30	0.36						
アーモンド								
アーモンド　１０ｇ	10.00							
カシューナッツ								
※カシューナッツ　１５ｇ		15.00						

学校区分	Eng (kcal)	蛋白 (g)	脂質 (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	VA (μg)	VB1 (mg)	VB2 (mg)	VC (mg)	食塩 (g)	食物繊維 (g)		
小学校	603	26.7	20.0	318	102	4.0	2.7	205	0.38	0.53	20	2.7	4.4		
中学校	765	32.7	24.8	316	125	7.1	3.4	231	0.47	0.48	24	3.6	4.7		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度9月25日月曜日　南部調理場　安城献立　日別献立

料理名／食品名	可食量							
	小	中	園	他				
ごはん								
※ごはん（小）　７０ｇ	157.00							
※ごはん（中）　１００ｇ		224.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
切り干し大根のみそ汁								
切り干し大根	3.00	3.60						
油揚げ（冷凍・きざみ）　１ｋｇ袋	3.00	3.60						
豆腐（ソフト）	20.00	24.00						
にんじん	15.00	18.00						
たまねぎ	10.00	12.00						
※わかめ（乾）　２００ｇ袋	0.50	0.60						
※ミックスみそ	9.00	10.80						
かつおだしパック　５００ｇ袋	3.00	3.60						
鶏肉の唐揚げ								
鶏肉（もも・皮付・２ｃｍ角切）	55.00	66.00						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	3.60	4.32						
酒　１．８㍑	3.00	3.60						
しょうが粉　１ｋｇ	0.30	0.42						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.10	0.12						
こしょう（黒）　３５０ｇ	0.02	0.02						
でんぷん　５ｋｇ袋	10.00	12.00						
なたね油（ローリー）	5.50	6.60						
小松菜のごまあえ								
小松菜	20.00	24.00						
もやし（緑豆）	20.00	24.00						
すりごま（白）　１ｋｇ袋	1.70	2.04						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	2.15	2.58						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	1.15	1.38						

学校区分	Eng (kcal)	蛋白 (g)	脂質 (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	VA (μg)	VB1 (mg)	VB2 (mg)	VC (mg)	食塩 (g)	食物繊維 (g)		
小学校	651	25.0	24.9	353	92	2.6	3.2	262	0.52	0.51	17	2.4	3.1		
中学校	814	29.5	28.5	378	108	3.3	3.8	298	0.68	0.54	18	2.8	3.8		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度9月26日火曜日　南部調理場　安城献立　日別献立

料理名／食品名	可食量 小	可食量 中	可食量 園	可食量 他				
ごはん								
※ごはん（小）　７０ｇ	157.00							
※ごはん（中）　１００ｇ		224.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
生揚げの煮物								
鶏肉（むね・皮付・平切）	12.00	14.40						
※かまぼこ（冷蔵）	12.00	14.40						
生揚げ（冷蔵）	37.00	44.40						
たけのこ（水煮）	10.00	12.00						
にんじん	15.00	18.00						
大根	20.00	24.00						
さやいんげん（冷凍）　５００ｇ袋	12.00	14.40						
しいたけ（乾・スライス）　１ｋｇ袋	1.00	1.20						
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ	4.00	4.80						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	2.70	3.24						
みりん　１．８ﾘｯﾄﾙ	1.00	1.20						
和風だし　１ｋｇ袋	1.20	1.44						
水	25.00	30.00						
つくね								
※つくね（レバー入り・Ｐ）　２０ｇ	40.00	40.00						
キャベツのごまゆかり								
キャベツ	35.00	42.00						
※ゆかり粉　２００ｇ袋	0.30	0.36						
炒りごま（白・皮あり）　１ｋｇ袋	0.40	0.48						
アーモンド小魚								
※小魚（アーモンド入り）　８ｇ		8.00						
きらず揚げ								
※きらず揚げ（塩）　８ｇ	8.00							

学校区分	Eng (kcal)	蛋白 (g)	脂質 (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	VA (μg)	VB1 (mg)	VB2 (mg)	VC (mg)	食塩 (g)	食物繊維 (g)		
小学校	617	25.4	19.3	413	87	2.3	2.5	482	0.49	0.48	21	2.2	3.9		
中学校	748	31.2	21.3	521	117	3.5	3.4	507	0.65	0.53	25	2.5	4.6		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度9月27日水曜日　南部調理場　安城献立　日別献立

料理名／食品名	可食量 小	可食量 中	可食量 園	可食量 他				
クロスロールパン								
※クロスロールパン（小）　５５ｇ	93.00							
※クロスロールパン（中）　６５ｇ		110.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
豚肉と野菜のトマト煮								
豚肉（もも・平切）	35.00	42.00						
たまねぎ	45.00	54.00						
かぼちゃ（生・２ｃｍ角）	30.00	36.00						
にんじん	20.00	24.00						
トマト（缶・ダイス）	11.00	13.20						
トマトジュース　１㍑	18.20	21.84						
にんにく（冷蔵・おろし）　５００ｇ	0.44	0.53						
米油　１．５ｋｇ	0.30	0.36						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.17	0.20						
こしょう（黒）　３５０ｇ	0.02	0.02						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	0.90	1.08						
コンソメ　５００ｇ	1.00	1.20						
水	7.80	9.36						
コーンフライ								
※コーンフライ　４０ｇ	40.00							
※コーンフライ　６０ｇ		60.00						
なたね油（ローリー）	4.00	6.00						
◎カラフルラペ								
にんじん	15.00	18.00						
キャベツ	20.00	24.00						
枝豆（冷凍・むき）　５００ｇ袋	5.00	6.00						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	0.50	0.60						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.11	0.13						
酢（米酢）　１．８㍑	1.80	2.16						
オリーブオイル　０．９ｋｇ	0.08	0.10						

学校区分	Eng (kcal)	蛋白 (g)	脂質 (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	VA (μg)	VB1 (mg)	VB2 (mg)	VC (mg)	食塩 (g)	食物繊維 (g)		
小学校	695	26.3	28.6	323	87	1.6	2.8	445	0.66	0.58	32	2.4	6.0		
中学校	834	30.4	34.6	341	101	2.2	3.1	519	0.78	0.63	38	2.8	7.4		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度9月28日木曜日　南部調理場　安城献立　日別献立

料理名／食品名	可食量 小	可食量 中	可食量 園	可食量 他				
ごはん								
※ごはん（小）　７０ｇ	157.00							
※ごはん（中）　１００ｇ		224.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
マーボービーンズ								
※豆腐（冷凍・サイコロ切）	60.00	72.00						
豚肉（もも・ひき）	25.00	30.00						
にんじん	15.00	18.00						
たまねぎ	40.00	48.00						
大豆（水煮・ひき割り）　１ｋｇ袋	20.00	24.00						
ねぎ（葉：11～4月　白：5～10月）	10.00	12.00						
しょうが（冷蔵・おろし）　５００ｇ	1.00	1.20						
にんにく（冷蔵・おろし）　５００ｇ	0.50	0.60						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	2.00	2.40						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	2.00	2.40						
中華だし　１ｋｇ袋	1.00	1.20						
トマトケチャップ　３ｋｇ袋	3.00	3.60						
赤みそ	6.00	7.20						
豆板じゃん　５００ｇ	0.02	0.02						
でんぷん　５ｋｇ袋	0.30	0.36						
米油　１．５ｋｇ	0.50	0.60						
水	11.00	13.20						
ショーロンポー								
※ショーロンポー（冷凍・トレー）　２５ｇ	25.00	50.00						
青菜のナムル								
チンゲンサイ	25.00	30.00						
キャベツ	15.00	18.00						
炒りごま（白・皮あり）　１ｋｇ袋	1.00	1.20						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	1.92	2.30						
みりん　１．８㍑	0.64	0.77						
ごま油　１．６５ｋｇ	0.20	0.24						

学校区分	Eng (kcal)	蛋白 (g)	脂質 (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	VA (μg)	VB1 (mg)	VB2 (mg)	VC (mg)	食塩 (g)	食物繊維 (g)		
小学校	633	25.8	21.7	338	135	2.9	3.6	247	0.76	0.51	25	1.9	4.9		
中学校	839	31.9	27.6	364	160	3.8	4.4	282	1.02	0.56	29	2.3	6.2		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度9月29日金曜日　南部調理場　安城献立　日別献立

料理名／食品名	可食量 小	可食量 中	可食量 園	可食量 他				
ごはん								
※ごはん（小）　７０ｇ	157.00							
※ごはん（中）　１００ｇ		224.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
月菜汁								
鶏肉（むね・皮付・平切）	15.00	18.00						
※型抜きかまぼこ（冷蔵）	10.00	12.00						
里いも（冷凍・スライス）　５００ｇ袋	10.00	12.00						
にんじん	15.00	18.00						
チンゲンサイ	15.00	18.00						
たまねぎ	15.00	18.00						
かつおだしパック　５００ｇ袋	1.50	1.80						
しょうゆ（薄口）　１．８㍑	4.00	4.80						
いわしのかば焼き								
※いわしの開き（打粉付）　３０ｇ	30.00							
※いわしの開き（打粉付）　５０ｇ		50.00						
なたね油（ローリー）	3.00	5.00						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	3.00	3.45						
みりん　１．８㍑	2.28	4.60						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	3.04	3.45						
しょうが粉　１ｋｇ	0.03	0.05						
でんぷん　５ｋｇ袋	0.30	0.46						
水	6.08	9.20						
キャベツのかおりあえ								
キャベツ	35.00	42.00						
※青じそ粉　２００ｇ袋	0.30	0.36						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.05	0.06						
☆月見団子								
※月見団子　３０ｇ	30.00							
※月見団子　４５ｇ		45.00						

学校区分	Eng (kcal)	蛋白 (g)	脂質 (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	VA (μg)	VB1 (mg)	VB2 (mg)	VC (mg)	食塩 (g)	食物繊維 (g)		
小学校	628	23.3	16.5	296	72	1.7	2.3	231	0.46	0.50	23	1.6	2.0		
中学校	856	30.3	21.7	318	89	2.7	3.1	268	0.64	0.59	27	2.3	2.5		
園															
他															