献立材料一覧表

5年度11月1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				
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						
中華飯の具								
豚肉（もも・平切）	20.00	24.00						
※むきえび（冷凍・Ｌ）	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）	15.00	18.00						
うずら卵（パック）	15.00	18.00						
はくさい	30.00	36.00						
たまねぎ	35.00	42.00						
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						
ショーロンポー								
※ショーロンポー（冷凍・トレー）　２５ｇ	25.00	50.00						
杏仁豆腐								
※杏仁豆腐（冷凍・Ｆｅ）　１ｋｇ袋	22.00	26.40						
もも（黄桃・ダイス・缶）	10.00	12.00						
パイナップル（チビット・缶）	10.00	12.00						

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	609	24.0	18.3	351	69	3.0	3.2	300	0.65	0.52	21	1.7	3.9		
中学校	811	29.7	23.6	377	85	4.1	3.9	346	0.88	0.61	25	2.3	5.2		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度11月2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						
ちゃんこ煮								
※鶏肉団子（冷凍・鶏７０％）　７ｇ	30.00	36.00						
もやし（緑豆）	30.00	36.00						
にんじん	25.00	30.00						
ごぼう（生・ささがき・汁用）	20.00	24.00						
にら	8.00	9.60						
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㍑	0.80	0.96						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	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						
ボイルキャベツ								
キャベツ	35.00	42.00						
卓上甘みそ								
※卓上甘みそ　２００ｇ	15.00	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	641	24.1	20.8	358	149	3.3	3.0	321	0.51	0.51	24	2.9	4.8		
中学校	792	27.6	23.4	383	177	4.0	3.5	371	0.68	0.54	28	3.4	6.6		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度11月6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	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						
ホイコーロー								
豚肉（もも・平切）	25.00	30.00						
キャベツ	40.00	48.00						
たまねぎ	35.00	42.00						
にんじん	20.00	24.00						
たけのこ（水煮）	18.00	21.60						
さやいんげん（冷凍）　５００ｇ袋	10.00	12.00						
ピーマン	5.00	6.00						
しょうが（冷蔵・おろし）　５００ｇ	0.50	0.60						
にんにく（冷蔵・おろし）　５００ｇ	0.30	0.36						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	0.70	0.84						
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ	1.20	1.44						
赤みそ	6.30	7.56						
みりん　１．８ﾘｯﾄﾙ	1.70	2.04						
でんぷん　５ｋｇ袋	1.20	1.44						
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						
きゅうりのナムル								
きゅうり	30.00	36.00						
※焼きのり（素干し）　５０ｇ袋	0.35	0.42						
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ	0.80	0.96						
炒りごま（白・皮あり）　１ｋｇ袋	0.80	0.96						
ごま油　１．６５ｋｇ	0.24	0.29						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.10	0.12						

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	626	22.1	21.2	306	83	1.9	3.0	271	0.76	0.49	36	1.6	4.4		
中学校	783	26.2	24.0	321	96	2.4	3.8	311	0.97	0.52	44	1.8	5.4		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度11月7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				
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						
ハヤシシチュー								
豚肉（もも・平切）	25.00	30.00						
じゃがいも（だんしゃく）	30.00	36.00						
たまねぎ	45.00	54.00						
にんじん	15.00	18.00						
グリンピース（冷凍）　１ｋｇ袋	4.00	4.80						
鶏レバー（冷凍・そぼろ）　１ｋｇ	2.00	2.40						
※ハヤシルウ（Ｒ・小麦抜き）　１ｋｇ袋	4.00	4.80						
※ハヤシルウ（Ｂ・小麦抜き）　１ｋｇ袋	8.00	9.60						
脱脂粉乳　１ｋｇ袋	3.00	3.60						
トマトケチャップ　３ｋｇ袋	8.00	9.60						
ウスターソース　１．８㍑	1.50	1.80						
洋風だし　１ｋｇ袋	0.80	0.96						
こしょう（黒）　３５０ｇ	0.05	0.06						
元気サラダ								
※ハム（短冊切）	9.75	12.00						
にんじん	7.50	9.00						
キャベツ	27.00	32.40						
きゅうり	7.50	9.00						
とうもろこし（ホール・缶）	12.00	14.40						
※塩昆布（細切）　１ｋｇ袋	1.50	1.80						
かつお節（たこやき用）　２００ｇ袋	0.45	0.54						
酢（米酢）　１．８㍑	3.60	4.32						
米油　１．５ｋｇ	0.75	0.90						
さとう（上白）　１ｋｇ袋	2.00	2.40						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.03	0.04						
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	620	23.3	16.7	307	91	3.8	3.3	535	0.84	0.54	65	2.1	6.9		
中学校	770	27.6	18.7	323	111	4.4	4.0	630	1.04	0.62	71	2.6	8.3		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度11月8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						
豚肉と野菜の細切り炒め								
豚肉（もも・千切）	30.00	36.00						
はくさい	60.00	72.00						
にんじん	25.00	30.00						
ピーマン	7.00	8.40						
たけのこ（水煮・千切）	20.00	24.00						
黒きくらげ（乾・スライス）　１ｋｇ袋	1.00	1.20						
しょうが（冷蔵・おろし）　５００ｇ	0.50	0.60						
にんにく（冷蔵・おろし）　５００ｇ	0.30	0.42						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	6.00	7.20						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	2.00	2.40						
酒　１．８㍑	2.00	2.40						
ごま油　１．６５ｋｇ	1.00	1.20						
でんぷん　５ｋｇ袋	1.50	1.80						
米粉ししゃもフライ								
※米粉ししゃもフライ　２０ｇ	40.00	40.00						
なたね油（ローリー）	4.00	4.00						
アーモンドあえ								
もやし（緑豆）	15.00	18.00						
キャベツ	25.00	30.00						
アーモンド（あらびき）　１ｋｇ袋	2.00	2.40						
アーモンド（パウダー）　１ｋｇ袋	0.50	0.60						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	0.80	0.96						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	1.44	1.72						
卓上ソース								
卓上中濃ソース　２００ｍｌ	5.00	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	635	24.0	22.6	381	90	2.5	3.5	297	0.72	0.60	32	1.8	4.2		
中学校	773	27.4	24.2	394	101	2.8	4.1	335	0.91	0.62	38	1.9	4.8		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度11月9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				
小型ロールパン								
※小型ロールパン（小）　３０ｇ	48.00							
※小型ロールパン（中）　４０ｇ		64.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
クリームスパゲティ								
スパゲティ（乾・カット）　４ｋｇ袋	20.00	24.00						
食塩（ゆで塩）　１ｋｇ袋	0.30	0.36						
鶏肉（むね・皮付・平切）	15.00	18.00						
しめじ（生）	5.00	6.00						
えのきたけ	5.00	6.00						
たまねぎ	40.00	48.00						
にんじん	15.00	18.00						
グリンピース（冷凍）　１ｋｇ袋	5.00	6.00						
米油　１．５ｋｇ	1.00	1.20						
※ホワイトルウ（小麦抜き）　１ｋｇ袋	8.00	9.60						
脱脂粉乳　１ｋｇ袋	3.00	3.60						
洋風だし　１ｋｇ袋	0.80	0.96						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.30	0.36						
こしょう（黒）　３５０ｇ	0.04	0.05						
水	43.00	51.60						
焼きソーセージ								
フランクフルトソーセージ　４０ｇ	40.00							
フランクフルトソーセージ　５０ｇ		50.00						
コールスロー								
キャベツ	35.00	42.00						
きゅうり	6.00	7.20						
※コールスロードレッシング　１ﾘｯﾄﾙ	5.00	6.00						
ココア牛乳の素								
※ココア牛乳の素（液状）　１２．５ｇ	12.50	12.50						

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	630	25.4	25.8	339	73	1.4	2.7	196	0.37	0.58	26	2.5	4.7		
中学校	752	29.8	30.2	365	85	1.7	3.2	221	0.46	0.64	31	3.3	5.7		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度11月10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						
親子煮								
鶏肉（むね・皮付・平切）	13.50	16.20						
※液卵（冷蔵・殺菌済）	31.50	37.80						
※かまぼこ（冷蔵）	6.30	7.56						
たまねぎ	45.00	54.00						
じゃがいも（だんしゃく）	36.00	43.20						
にんじん	13.50	16.20						
さやいんげん（冷凍）　５００ｇ袋	9.00	10.80						
しょうが（冷蔵・おろし）　５００ｇ	0.54	0.65						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	0.81	0.97						
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ	3.30	3.96						
和風だし　１ｋｇ袋	0.72	0.86						
水	10.80	12.96						
いかの香味揚げ								
※いかの香味揚げ　５０ｇ	50.00							
※いかの香味揚げ　６０ｇ		60.00						
なたね油（ローリー）	5.00	6.00						
みかん								
みかん（Ｓ）	70.00							
みかん（Ｍ）		90.00						
しそ味ひじき								
※しそ味ひじき（個包装・Ｆｅ）　８ｇ	8.00	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	671	27.9	18.7	320	92	6.2	2.9	296	0.57	0.57	42	2.4	6.0		
中学校	836	32.9	21.2	337	108	6.9	3.5	347	0.74	0.63	52	2.7	7.2		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度11月13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	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						
肉じゃが								
豚肉（もも・平切）	25.00	30.00						
糸こんにゃく	25.00	30.00						
じゃがいも（だんしゃく）	75.00	90.00						
たまねぎ	30.00	36.00						
にんじん	20.00	24.00						
さやいんげん（冷凍）　５００ｇ袋	10.00	12.00						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	2.50	3.00						
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ	2.50	3.00						
酒　１．８ﾘｯﾄﾙ	1.00	1.20						
みりん　１．８ﾘｯﾄﾙ	1.00	1.20						
和風だし　１ｋｇ袋	1.70	2.04						
水	10.00	12.00						
たらの銀紙焼き								
※たらの銀紙焼き（冷凍・Ｐ）　６０ｇ		60.00						
※たらの銀紙焼き（冷凍・Ｐ）　５０ｇ	50.00							
おひたし								
もやし（緑豆）	30.00	36.00						
小松菜	10.00	12.00						
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ	1.80	2.16						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	1.20	1.44						

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	618	28.1	15.0	623	96	2.1	3.2	259	0.75	0.51	33	2.8	10.4		
中学校	774	33.3	16.5	702	112	2.9	3.8	296	0.95	0.56	40	3.1	12.3		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度11月14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								
豆腐（ソフト）	20.00	24.00						
※かまぼこ（冷蔵）	15.00	18.00						
ほうれん草	15.00	18.00						
にんじん	10.00	12.00						
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						
ハンバーグのいちじくソースかけ								
※ハンバーグ（チキン）　５０ｇ	50.00							
※ハンバーグ（チキン）　６０ｇ		60.00						
※いちじくジャム　１ｋｇ袋	8.00	9.60						
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ	1.50	1.80						
レモン果汁　１ﾘｯﾄﾙ	0.50	0.60						
水	6.00	7.20						
切り干し大根とキャベツのごまあえ								
※まぐろ油漬（缶）	7.50	9.00						
切り干し大根	2.00	2.40						
キャベツ	30.00	36.00						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	0.80	0.96						
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ	1.50	1.80						
すりごま（白）　１ｋｇ袋	1.00	1.20						
きらず揚げ								
※きらず揚げ（塩）　８ｇ	8.00	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	609	24.9	17.6	360	88	1.7	2.6	218	0.53	0.48	22	2.2	3.1		
中学校	752	29.2	19.3	386	102	2.3	3.1	246	0.70	0.53	26	2.7	3.7		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度11月15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				
ナン								
※ナン（小）　５０ｇ	50.00							
※ナン（中）　９０ｇ		90.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
安城ハーモニーカレー								
豚肉（もも・ひき）	38.00	45.60						
大豆（水煮）　１ｋｇ袋	30.00	36.00						
チンゲンサイ	20.00	24.00						
きゅうり	20.00	24.00						
赤パプリカ	15.00	18.00						
※トマトベースソース　３ｋｇ袋	38.00	45.60						
※いちじくジャム　１ｋｇ袋	8.00	9.60						
ぶどう酒（白）　１．８㍑	3.40	4.08						
カレー粉　４００ｇ	0.66	0.79						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	1.00	1.20						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	1.20	1.44						
ささみチーズ入りフライ								
※ささみチーズ入りフライ　５０ｇ	50.00	50.00						
なたね油（ローリー）	5.00	5.00						
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	627	33.3	27.1	371	95	2.8	3.6	163	0.56	0.56	46	2.2	6.6		
中学校	778	38.9	30.1	389	112	3.4	4.1	177	0.68	0.63	55	2.8	8.7		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度11月16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				
愛知の大根葉ごはん								
※愛知の大根葉ごはん（小）　７０ｇ	161.00							
※愛知の大根葉ごはん（中）　１００ｇ		230.00						
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						
生ふ	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	30.00	36.00						
たまねぎ	30.00	36.00						
ねぎ（白ねぎ）	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						
きんぴら肉団子								
※きんぴら肉団子（Ｐ・たれ付）３５ｇ	35.00	70.00						
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						
☆蒲郡みかんゼリー								
※蒲郡みかんゼリー　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	629	26.5	13.1	365	86	1.8	3.1	322	0.55	0.46	47	3.1	4.8		
中学校	825	33.8	16.1	399	108	2.4	3.8	386	0.72	0.51	55	4.2	6.1		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度11月17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				
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						
豚骨ラーメンの汁								
豚肉（もも・平切）	15.00	18.00						
はくさい	20.00	24.00						
もやし（緑豆）	18.00	21.60						
ねぎ（葉：11～4月　白：5～10月）	10.00	12.00						
※メンマ（カット・味付）　１ｋｇ袋	10.00	12.00						
にんじん	10.00	12.00						
※わかめ（乾）　２００ｇ袋	0.30	0.36						
ラーメンの素（白湯）　２ｋｇ袋	11.00	13.20						
こしょう（黒）　３５０ｇ	0.04	0.05						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.05	0.06						
チキン竜田揚げ								
※チキン竜田揚げ　５０ｇ	50.00							
※チキン竜田揚げ　６０ｇ		60.00						
なたね油（ローリー）	5.00	6.00						
ツナキャベツ(味付き)								
※まぐろ油漬（缶）	5.00	6.00						
キャベツ	30.00	36.00						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.10	0.12						
アーモンド小魚								
※小魚（アーモンド入り）　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	622	28.6	25.1	285	76	1.5	2.7	185	0.42	0.51	25	3.2	3.3		
中学校	762	35.7	30.7	371	108	2.6	3.5	204	0.47	0.56	31	4.0	4.4		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度11月20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	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						
豚汁								
豚肉（もも・平切）	20.00	24.00						
たまねぎ	28.00	33.60						
油揚げ（冷凍・きざみ）　１ｋｇ袋	5.00	6.00						
大根	15.00	18.00						
はくさい	15.00	18.00						
にんじん	10.00	12.00						
赤みそ	9.00	10.80						
かつおだしパック　５００ｇ袋	2.00	2.40						
かれいフライ								
※かれいフライ　４０ｇ	40.00							
※かれいフライ　５０ｇ		50.00						
なたね油（ローリー）	4.00	5.00						
ごまきゅうり								
きゅうり	30.00	36.00						
炒りごま（白・皮あり）　１ｋｇ袋	1.00	1.20						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.22	0.26						
☆納豆								
納豆（カップ・たれ付）　３０ｇ	30.00	30.00						
卓上ソース								
卓上中濃ソース　２００ｍｌ	5.00	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	650	29.9	22.5	538	119	3.1	3.6	162	0.64	0.61	14	1.9	5.0		
中学校	803	34.7	25.4	603	132	3.7	4.3	178	0.85	0.65	15	2.3	5.7		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度11月21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				
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						
ワンタンスープ								
※ワンタン皮（乾）	6.00	7.20						
はくさい	25.00	30.00						
にんじん	10.00	12.00						
黒きくらげ（乾・スライス）　１ｋｇ袋	1.00	1.20						
にら	5.00	6.00						
※メンマ（カット・味付）　１ｋｇ袋	10.00	12.00						
※鶏豚湯（缶）	4.50	5.40						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	1.60	1.92						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.10	0.12						
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	20.00	24.00						
アーモンド								
アーモンド　１０ｇ	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	25.5	22.7	327	102	2.7	3.4	233	0.75	0.67	17	2.3	5.1		
中学校	770	29.6	24.8	346	114	3.2	4.2	262	0.93	0.72	20	3.0	6.0		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度11月22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				
サンドイッチロールパン								
※サンドイッチロールパン（小）５０ｇ	82.00							
※サンドイッチロールパン（中）７０ｇ		114.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
ポトフ								
フランクフルトソーセージ（１ｃｍカット）	15.00	18.00						
鶏肉（むね・皮なし・平切）	20.00	24.00						
じゃがいも（だんしゃく）	40.00	48.00						
大根	45.00	54.00						
にんじん	18.00	21.60						
セロリ	5.00	6.00						
コンソメ　５００ｇ	1.00	1.20						
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ	0.50	0.60						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.03	0.04						
こしょう（黒）　３５０ｇ	0.02	0.02						
水	54.00	64.80						
ミンチカツ								
※ポークミンチカツ（ロング）　６０ｇ		60.00						
※ポークミンチカツ（ロング）　５０ｇ	50.00							
なたね油（ローリー）	5.00	6.00						
サワーキャベツ								
キャベツ	35.00	42.00						
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ﾘｯﾄﾙ	1.80	2.16						
小袋ケチャップ								
小袋トマトケチャップ　８ｇ	8.00	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	648	28.7	25.9	323	83	1.6	2.8	219	0.46	0.53	38	2.4	7.3		
中学校	798	34.6	30.5	350	98	2.0	3.3	246	0.55	0.60	44	2.9	9.1		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度11月27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	可食量 中	可食量 園	可食量 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						
大根のそぼろ煮								
豚肉（もも・ひき）	20.00	24.00						
生揚げ（冷蔵）	25.00	30.00						
にんじん	20.00	24.00						
さやいんげん（冷凍）　５００ｇ袋	12.00	14.40						
大根	70.00	84.00						
しょうが（冷蔵・おろし）　５００ｇ	0.50	0.60						
和風だし　１ｋｇ袋	0.80	0.96						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	1.50	1.80						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	4.00	4.80						
みりん　１．８㍑	1.00	1.20						
酒　１．８㍑	1.00	1.20						
でんぷん　５ｋｇ袋	1.00	1.20						
水	18.00	21.60						
さつまいもコロッケ								
※コロッケ（さつまいも）　５０ｇ	50.00							
※コロッケ（さつまいも）　６０ｇ		60.00						
なたね油（ローリー）	5.00	6.00						
からしあえ								
もやし（緑豆）	13.50	16.20						
キャベツ	13.50	16.20						
とうもろこし（ホール・缶）	4.50	5.40						
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	648	21.1	20.5	353	90	2.2	3.0	234	0.66	0.46	30	2.9	4.4		
中学校	810	24.8	23.3	380	105	2.7	3.6	264	0.85	0.49	35	3.8	5.5		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度11月28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						
里いもと豚肉の煮物								
豚肉（もも・平切）	25.00	30.00						
里いも（冷凍・ＳＳ）　５００ｇ袋	35.00	42.00						
さやいんげん（冷凍）　５００ｇ袋	5.00	6.00						
にんじん	10.00	12.00						
※はんぺん（冷蔵・角）	10.00	12.00						
板こんにゃく	20.00	24.00						
たまねぎ	25.00	30.00						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	1.40	1.68						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	3.00	3.60						
和風だし　１ｋｇ袋	1.00	1.20						
酒　１．８㍑	2.00	2.40						
水	20.00	24.00						
いわしの梅煮								
※いわしの梅煮（冷凍・Ｐ）　５０ｇ	50.00	50.00						
ブロッコリーとコーンのサラダ								
ブロッコリー	20.00	24.00						
食塩（ゆで塩）　１ｋｇ袋	1.00	1.20						
とうもろこし（ホール・缶）	5.00	6.00						
卓上ごまドレッシング								
※卓上ごまドレッシング　３００ｍｌ	7.50	7.50						

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	662	28.3	23.0	473	83	2.5	3.2	173	0.69	0.62	35	2.1	3.5		
中学校	800	31.8	24.1	481	93	3.0	3.8	192	0.89	0.65	41	2.3	4.2		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度11月29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				
スライスパン								
※スライスパン（小）　６０ｇ	92.00							
※スライスパン（中）　８０ｇ		123.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
ポークビーンズ								
豚肉（もも・平切）	20.00	24.00						
ベーコン（ショルダー・短冊切）	4.00	4.80						
大豆（水煮）　１ｋｇ袋	30.00	36.00						
たまねぎ	30.00	38.00						
じゃがいも（だんしゃく）	30.00	38.00						
にんじん	25.00	30.00						
グリンピース（冷凍）　１ｋｇ袋	4.00	4.80						
トマトケチャップ　３ｋｇ袋	17.00	20.40						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	1.20	1.44						
ウスターソース　１．８ﾘｯﾄﾙ	1.60	1.92						
洋風だし　１ｋｇ袋	0.80	0.96						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.02	0.02						
こしょう（黒）　３５０ｇ	0.02	0.02						
水	20.00	24.00						
チーズ入りオムレツ								
※チーズオムレツ（冷凍・焼）　５０ｇ	50.00	50.00						
大根サラダ								
※まぐろ油漬（缶）	10.00	12.00						
大根	30.00	36.00						
きゅうり	10.00	12.00						
※青じそドレッシング　１ﾘｯﾄﾙ	4.00	4.80						
いちじくジャム								
※いちじくジャム　１５ｇ	15.00	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	728	33.1	28.5	364	111	2.7	3.7	337	0.58	0.67	23	2.8	9.4		
中学校	863	38.4	31.8	385	129	3.2	4.2	375	0.69	0.74	29	3.5	11.4		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度11月30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				
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						
五目うどんの汁								
鶏肉（むね・皮付・平切）	20.00	24.00						
※かまぼこ（冷蔵）	8.00	9.60						
油揚げ（冷凍・きざみ）　１ｋｇ袋	6.00	7.20						
にんじん	10.00	12.00						
ねぎ（葉：11～4月　白：5～10月）	10.00	12.00						
しいたけ（乾・スライス）　１ｋｇ袋	1.50	1.80						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	0.10	0.12						
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ	6.50	7.80						
みりん　１．８ﾘｯﾄﾙ	1.30	1.56						
かつおだしパック　５００ｇ袋	1.50	1.80						
和風だし　１ｋｇ袋	2.00	2.40						
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　６０ｇ		60.00						
なたね油（ローリー）	4.00	6.00						
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ﾘｯﾄﾙ	2.25	2.70						
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	593	22.6	20.2	324	72	1.1	1.8	265	0.23	0.46	30	3.0	5.1		
中学校	820	28.6	32.1	350	123	2.3	2.8	326	0.30	0.52	39	3.7	6.9		
園															
他															