献立材料一覧表

5年度12月1日金曜日　北部調理場　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						
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ﾘｯﾄﾙ	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						
揚げぎょうざ								
※ぎょうざ　１８ｇ	36.00	54.00						
なたね油（ローリー）	3.60	5.40						
切り干し大根の中華サラダ								
切り干し大根	4.00	4.80						
きゅうり	10.00	12.00						
炒りごま（白・皮あり）　１ｋｇ袋	1.00	1.20						
オイスターソース　１ｋｇ袋	1.50	1.80						
酢（米酢）　１．８ﾘｯﾄﾙ	1.20	1.44						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	1.20	1.44						
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ	0.50	0.60						
ごま油　１．６５ｋｇ	0.50	0.60						

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	26.5	25.1	333	141	2.8	3.7	207	0.75	0.50	17	2.0	5.5		
中学校	897	32.1	30.8	357	167	3.5	4.5	234	0.99	0.53	21	2.3	6.8		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度12月4日月曜日　北部調理場　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						
みそ煮								
豚肉（もも・平切）	20.00	24.00						
里いも（冷凍・ＳＳ）　５００ｇ袋	30.00	36.00						
板こんにゃく	25.00	30.00						
生揚げ（冷蔵）	25.00	30.00						
大根	40.00	48.00						
にんじん	20.00	24.00						
赤みそ	10.00	12.00						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	3.00	3.60						
みりん　１．８ﾘｯﾄﾙ	1.20	1.44						
和風だし　１ｋｇ袋	0.80	0.96						
水	30.00	36.00						
ちくわの磯辺揚げ（図書コラボ）								
※ちくわの磯辺揚げ　２３ｇ	23.00	46.00						
なたね油（ローリー）	2.30	4.60						
きんぴらごぼう（図書コラボ）								
ごぼう（生・ささがき・炒め用）	20.00	24.00						
にんじん	5.00	6.00						
黄パプリカ	3.00	3.60						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	0.80	0.96						
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ	1.00	1.20						
和風だし　１ｋｇ袋	0.60	0.72						
酒　１．８ﾘｯﾄﾙ	0.40	0.48						
米油　１．５ｋｇ	0.30	0.36						
水	5.00	6.00						

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	611	22.5	20.0	352	98	2.6	3.0	261	0.64	0.43	16	2.2	4.8		
中学校	811	27.7	26.2	381	120	3.2	3.5	297	0.84	0.46	17	2.9	5.9		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度12月5日火曜日　北部調理場　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						
八宝菜								
豚肉（もも・平切）	25.00	30.00						
※いか（冷凍・皮なし胴・短冊切）　１ｋｇ袋	25.00	30.00						
※むきえび（冷凍・Ｌ）	20.00	24.00						
食塩（ゆで塩）　１ｋｇ袋	0.50	0.60						
たまねぎ	30.00	36.00						
はくさい	30.00	36.00						
にんじん	10.00	12.00						
チンゲンサイ	20.00	24.00						
たけのこ（水煮）	15.00	18.00						
黒きくらげ（乾・スライス）　１ｋｇ袋	1.00	1.20						
オイスターソース　１ｋｇ袋	3.00	3.60						
でんぷん　５ｋｇ袋	1.50	1.80						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	0.40	0.48						
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ	2.40	2.88						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.10	0.12						
酒　１．８ﾘｯﾄﾙ	1.50	1.80						
水	6.00	7.20						
にらまんじゅう								
※にらまんじゅう　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ﾘｯﾄﾙ	2.00	2.40						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	0.75	0.90						
酢（米酢）　１．８ﾘｯﾄﾙ	1.50	1.80						
ごま油　１．６５ｋｇ	0.30	0.36						
アーモンド小魚								
※小魚（アーモンド入り）　８ｇ		8.00						
小魚								
※小魚（乾）　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	599	31.5	14.7	389	97	2.6	4.0	211	0.73	0.49	20	1.9	4.1		
中学校	808	39.5	19.5	404	129	3.4	5.1	253	0.99	0.61	28	2.3	5.7		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度12月6日水曜日　北部調理場　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						
豚肉の柳川風（卵除去食）								
豚肉（もも・平切）	20.00	24.00						
※液卵（冷蔵・殺菌済）	22.00	26.40						
ごぼう（生・ささがき・炒め用）	20.00	24.00						
たまねぎ	20.00	24.00						
にんじん	10.00	12.00						
ねぎ（葉：11～4月　白：5～10月）	8.00	9.60						
※はんぺん（冷蔵・角）	10.00	12.00						
糸こんにゃく	10.00	12.00						
和風だし　１ｋｇ袋	1.00	1.20						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	4.00	4.80						
みりん　１．８㍑	0.80	0.96						
酒　１．８㍑	0.80	0.96						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	2.20	2.64						
水	20.00	24.00						
しらすコロッケ								
※コロッケ（しらす）　６０ｇ	60.00							
※コロッケ（しらす）　７０ｇ		70.00						
なたね油（ローリー）	6.00	7.00						
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㍑	2.25	2.70						

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	689	24.3	24.7	308	86	2.0	2.9	280	0.67	0.55	25	2.3	4.5		
中学校	853	28.5	27.9	325	100	2.6	3.6	317	0.88	0.59	29	2.7	4.8		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度12月7日木曜日　北部調理場　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						
生揚げのオイスターソース炒め								
豚肉（もも・ひき）	20.00	24.00						
生揚げ（冷蔵）	40.00	48.00						
たまねぎ	40.00	48.00						
にんじん	20.00	24.00						
たけのこ（水煮）	10.00	12.00						
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						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	1.20	1.44						
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ	2.00	2.40						
オイスターソース　１ｋｇ袋	5.00	6.00						
中華だし　１ｋｇ袋	1.00	1.20						
酒　１．８ﾘｯﾄﾙ	1.50	1.80						
でんぷん　５ｋｇ袋	0.50	0.60						
かにしゅうまい								
※かにしゅうまい（冷凍・トレー）　３０ｇ	30.00	60.00						
もやしのナムル								
もやし（緑豆）	30.00	36.00						
きゅうり	10.00	12.00						
しょうが（冷蔵・おろし）　５００ｇ	0.32	0.38						
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ	1.60	1.92						
ごま油　１．６５ｋｇ	0.24	0.29						

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	591	23.9	19.2	380	91	2.8	3.6	262	0.63	0.45	15	1.5	3.5		
中学校	790	30.4	23.9	416	115	3.5	4.6	299	0.84	0.49	18	1.9	4.5		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度12月8日金曜日　北部調理場　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						
ファイバースープ								
ベーコン（ショルダー・短冊切）	15.00	18.00						
たまねぎ	20.00	24.00						
にんじん	10.00	12.00						
キャベツ	20.00	24.00						
大麦（冷凍）　１ｋｇ袋	15.00	18.00						
チンゲンサイ	8.00	9.60						
コンソメ　５００ｇ	1.50	1.80						
洋風だし　１ｋｇ袋	1.00	1.20						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	1.20	1.44						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.05	0.06						
こしょう（黒）　３５０ｇ	0.02	0.02						
スラッピージョー								
豚肉（もも・ひき）	30.00	36.00						
たまねぎ	30.00	36.00						
パン粉（乾）	2.40	2.88						
トマトケチャップ　３ｋｇ袋	8.40	10.08						
ウスターソース　１．８㍑	7.20	8.64						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	1.80	2.16						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.06	0.07						
からし粉　３５０ｇ袋	0.12	0.14						
みかん								
みかん（Ｓ）	70.00							
みかん（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	615	25.9	20.1	310	80	1.7	2.9	238	0.62	0.55	46	3.6	4.0		
中学校	752	30.9	23.0	331	93	2.3	3.5	272	0.73	0.61	58	4.4	4.9		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度12月11日月曜日　北部調理場　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						
豆じゃが								
豚肉（もも・平切）	18.00	21.60						
糸こんにゃく	25.00	30.00						
じゃがいも（だんしゃく）	50.00	60.00						
大豆（水煮）　１ｋｇ袋	15.00	18.00						
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	2.70	3.24						
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						
さばの銀紙焼き								
※さばの銀紙焼き（冷凍・Ｐ）　６０ｇ		60.00						
※さばの銀紙焼き（冷凍・Ｐ）　５０ｇ	50.00							
ゆかりあえ								
キャベツ	35.00	42.00						
※ゆかり粉　２００ｇ袋	0.30	0.36						

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	640	29.4	18.6	395	99	2.3	3.2	238	0.69	0.54	34	2.3	9.1		
中学校	798	34.8	20.9	427	115	3.0	3.6	270	0.88	0.59	41	2.5	10.8		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度12月12日火曜日　北部調理場　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				
ソフトめん								
※ソフトめん（小）　８０ｇ	196.00							
※ソフトめん（中）　１２０ｇ		294.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
大豆入りミートソース								
豚肉（もも・ひき）	14.00	16.80						
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	10.00	12.00						
グリンピース（冷凍）　１ｋｇ袋	4.00	4.80						
鶏レバー（冷凍・そぼろ）　１ｋｇ	2.50	3.00						
大豆（水煮・ひき割り）　１ｋｇ袋	10.00	12.00						
※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						
トマトケチャップ　３ｋｇ袋	12.00	14.40						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	0.40	0.48						
ウスターソース　１．８㍑	2.50	3.00						
洋風だし　１ｋｇ袋	0.80	0.96						
こしょう（黒）　３５０ｇ	0.01	0.01						
ソーセージとキャベツのソテー								
ソーセージ（１ｃｍカット）	10.00	12.00						
キャベツ	40.00	48.00						
とうもろこし（冷凍・ホール）１ｋｇ袋	10.00	12.00						
コンソメ　５００ｇ	0.35	0.42						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.07	0.08						
こしょう（黒）　３５０ｇ	0.01	0.01						
米油　１．５ｋｇ	0.30	0.36						
りんごミニゼリー								
※りんごミニゼリー　２１ｇ	21.00	21.00						

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	25.6	18.6	291	92	4.2	3.0	516	0.50	0.50	40	2.9	8.6		
中学校	839	32.3	21.3	306	114	4.9	3.6	604	0.58	0.55	46	3.5	10.4		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度12月13日水曜日　北部調理場　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				
ミルクロールパン								
※ミルクロールパン（小）　５０ｇ	86.00							
※ミルクロールパン（中）　７０ｇ		120.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
かぼちゃのポトフ								
ソーセージ（２ｃｍカット）	25.00	30.00						
かぼちゃ（生・２ｃｍ角）	35.00	42.00						
じゃがいも（だんしゃく）	15.00	18.00						
にんじん	15.00	18.00						
キャベツ	20.00	24.00						
たまねぎ	30.00	36.00						
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						
ツナ入りオムレツ								
※ツナオムレツ（冷凍・焼）　５０ｇ	50.00							
※ツナオムレツ（冷凍・焼）　６０ｇ		60.00						
青パパイヤのサラダ								
青パパイヤ（冷凍・カット）　５００ｇ袋	20.00	24.00						
きゅうり	8.00	9.60						
とうもろこし（ホール・缶）	5.00	6.00						
※コーンクリーミードレッシング　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	631	25.5	27.1	338	80	1.9	2.9	359	0.43	0.67	42	2.6	5.7		
中学校	782	30.5	31.8	371	94	2.2	3.3	416	0.52	0.76	51	3.2	7.0		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度12月14日木曜日　北部調理場　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						
沢煮椀								
豚肉（もも・千切）	14.40	17.28						
※はんぺん（冷蔵・角）	12.00	14.40						
にんじん	12.00	14.40						
たけのこ（水煮・千切）	12.00	14.40						
ごぼう（生・千切）	9.60	11.52						
ねぎ（葉：11～4月　白：5～10月）	8.00	9.60						
しいたけ（乾・スライス）　１ｋｇ袋	1.20	1.44						
かつおだしパック　５００ｇ袋	1.50	1.80						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	4.00	4.80						
みりん　１．８㍑	1.50	1.80						
酒　１．８㍑	1.00	1.20						
和風だし　１ｋｇ袋	1.00	1.20						
でんぷん　５ｋｇ袋	1.20	1.44						
ミンチカツ								
※ミンチカツ（Ｆｅ）　５０ｇ	50.00							
※ミンチカツ（Ｆｅ）　６０ｇ		60.00						
なたね油（ローリー）	5.00	6.00						
はくさいのごま酢あえ								
はくさい	40.00	48.00						
にんじん	5.00	6.00						
すりごま（白）　１ｋｇ袋	1.00	1.20						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	1.44	1.73						
酢（米酢）　１．８㍑	1.44	1.73						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	1.00	1.20						

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	22.4	20.3	287	74	5.8	2.9	587	0.69	0.51	15	2.0	3.8		
中学校	785	26.5	23.0	304	86	7.0	3.5	689	0.91	0.56	16	2.5	4.7		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度12月15日金曜日　北部調理場　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						
冬野菜のカレー（乳除去食）								
豚肉（もも・ひき）	20.00	24.00						
大根	35.00	42.00						
たまねぎ	20.00	24.00						
にんじん	20.00	24.00						
はくさい	20.00	24.00						
※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						
※チャツネ　１ｋｇ	2.00	2.40						
トマトケチャップ　３ｋｇ袋	2.50	3.00						
洋風だし　１ｋｇ袋	0.80	0.96						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.03	0.04						
こしょう（黒）　３５０ｇ	0.02	0.02						
ボロニアハムステーキ								
※ボロニアハムステーキ（Ｆｅ・Ｃａ）　４０ｇ	40.00							
※ボロニアハムステーキ（Ｆｅ・Ｃａ）　５０ｇ		50.00						
ナタデココ入りフルーツゼリー								
※りんごゼリー（常温・透明）　２ｋｇ袋	20.00	24.00						
※ナタデココ（常温）	20.00	24.00						
みかん（缶）	15.00	18.00						

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	664	23.7	20.8	478	155	3.7	3.4	250	0.64	0.53	16	2.0	3.3		
中学校	833	28.5	23.8	533	193	4.8	4.0	285	0.83	0.58	20	2.7	4.1		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度12月18日月曜日　北部調理場　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）	35.00	42.00						
じゃがいも（だんしゃく）	50.00	60.00						
板こんにゃく	10.00	12.00						
たまねぎ	45.00	54.00						
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						
わかさぎの唐揚げ								
※わかさぎの唐揚げ	35.00	42.00						
なたね油（ローリー）	3.50	4.20						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.10	0.12						
もやしと小松菜の土佐あえ								
もやし（緑豆）	30.00	36.00						
小松菜	12.00	14.40						
かつお節（たこやき用）　２００ｇ袋	1.00	1.20						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	1.80	2.16						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	0.80	0.96						

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	26.2	17.9	431	78	2.1	3.4	292	0.82	0.55	28	1.6	7.1		
中学校	750	31.3	20.1	472	91	2.7	4.0	334	1.04	0.58	35	1.8	8.5		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度12月19日火曜日　北部調理場　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						
コンソメスープ								
ベーコン（ショルダー・短冊切）	10.00	12.00						
じゃがいも（だんしゃく）	30.00	36.00						
たまねぎ	30.00	36.00						
キャベツ	30.00	36.00						
にんじん	10.00	12.00						
こしょう（黒）　３５０ｇ	0.02	0.02						
コンソメ　５００ｇ	0.80	0.96						
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ	0.90	1.08						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.16	0.19						
洋風だし　１ｋｇ袋	0.70	0.84						
若鶏のハーブ焼き								
※若鶏のハーブ焼き（冷凍・焼）　５０ｇ	50.00	50.00						
ツナピラフの具								
※まぐろ油漬（レトルト）	15.00	18.00						
たまねぎ	20.00	24.00						
にんじん	10.00	12.00						
とうもろこし（冷凍・ホール）１ｋｇ袋	5.00	6.00						
マッシュルーム（水煮・スライス）	5.00	6.00						
コンソメ　５００ｇ	1.40	1.68						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.10	0.12						
こしょう（黒）　３５０ｇ	0.04	0.05						
水	10.00	12.00						
☆ショコラケーキ								
※ショートケーキ（ショコラ）　３０ｇ	30.00	30.00						

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	695	33.3	23.6	273	82	2.1	3.7	236	0.59	0.54	32	2.1	6.1		
中学校	821	36.8	24.5	279	92	2.4	4.1	265	0.72	0.59	40	2.6	7.3		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度12月20日水曜日　北部調理場　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						
むらくも汁(卵除去食)								
鶏肉（むね・皮付・平切）	20.00	24.00						
豆腐（ソフト）	30.00	36.00						
※液卵（冷蔵・殺菌済）	25.00	30.00						
たまねぎ	20.00	24.00						
ほうれん草	10.00	12.00						
しいたけ（乾・スライス）　１ｋｇ袋	1.00	1.20						
しょうゆ（薄口）　１．８ﾘｯﾄﾙ	4.00	4.80						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.20	0.24						
かつおだしパック　５００ｇ袋	3.00	3.60						
酒　１．８ﾘｯﾄﾙ	1.50	1.80						
でんぷん　５ｋｇ袋	1.00	1.20						
かれいの唐揚げ香味ソースかけ								
※かれいの唐揚げ　５０ｇ	50.00	50.00						
なたね油（ローリー）	5.00	5.00						
ねぎ（葉：11～4月　白：5～10月）	3.00	3.00						
しょうゆ（薄口）　１．８ﾘｯﾄﾙ	3.60	3.60						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	3.60	3.60						
酢（米酢）　１．８ﾘｯﾄﾙ	0.90	0.90						
みりん　１．８ﾘｯﾄﾙ	0.70	0.70						
しょうが（冷蔵・おろし）　５００ｇ	0.60	0.60						
水	1.92	1.92						
かぼちゃの煮つけ								
かぼちゃ（生・２ｃｍ角）	40.00	48.00						
酒　１．８ﾘｯﾄﾙ	0.96	1.15						
和風だし　１ｋｇ袋	0.64	0.77						
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ	1.20	1.44						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	1.60	1.92						
みりん　１．８ﾘｯﾄﾙ	0.52	0.62						
水	8.00	9.60						
☆はちみつゆずゼリー								
※はちみつゆずゼリー　４０ｇ	40.00	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	672	31.4	18.9	699	95	2.6	2.9	294	0.52	0.73	148	2.6	3.2		
中学校	805	35.3	20.1	711	107	3.1	3.4	334	0.68	0.77	153	2.8	3.8		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度12月21日木曜日　北部調理場　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				
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						
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）	30.00	36.00						
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						
☆いちごヨーグルト								
※ヨーグルト（いちご・Ｆｅ）　８０ｇ	80.00	80.00						

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	662	27.8	24.1	405	74	6.2	2.8	277	0.58	0.65	46	3.4	4.8		
中学校	775	32.0	27.6	429	84	6.4	3.4	309	0.69	0.70	51	4.0	5.8		
園															
他															