献立材料一覧表

5年度12月1日金曜日　中部調理場　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（幼）　５０ｇ			112.00					
牛乳								
牛乳（幼）			206.00					
豆乳入りみそ汁								
豚肉（もも・平切）			15.20					
豆乳			15.20					
油揚げ（冷凍・きざみ）　１ｋｇ袋			3.80					
にんじん			7.60					
はくさい			11.40					
えのきたけ			3.80					
ねぎ（葉：11～4月　白：5～10月）			4.56					
※白みそ			6.84					
かつおだしパック　５００ｇ袋			1.52					
いわしのしょうが煮								
※いわしのしょうが煮（冷凍・Ｐ）　４０ｇ			40.00					
みかん								
みかん（Ｓ）			70.00					

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															
中学校															
園	497	22.0	17.6	377	74	1.8	2.6	208	0.52	0.53	28	1.4	1.3		
他															

献立材料一覧表

5年度12月4日月曜日　中部調理場　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（幼）　５０ｇ			114.00					
牛乳								
牛乳（幼）			206.00					
マーボービーンズ								
※豆腐（冷凍・サイコロ切）			45.60					
豚肉（もも・ひき）			15.20					
にんじん			11.40					
たまねぎ			30.40					
大豆（水煮・ひき割り）　１ｋｇ袋			15.20					
ねぎ（葉：11～4月　白：5～10月）			7.60					
しょうが（生）			0.76					
にんにく（冷蔵・おろし）　５００ｇ			0.38					
さとう（三温）　１ｋｇ袋			1.52					
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ			1.52					
中華だし　１ｋｇ袋			0.76					
トマトケチャップ　３ｋｇ袋			2.28					
赤みそ			4.56					
でんぷん　５ｋｇ袋			0.23					
米油　１．５ｋｇ			0.38					
水			8.36					
えびしゅうまい（蒸）								
※えびしゅうまい（冷凍・トレー・Ｆｅ）　３０ｇ			30.00					
中華あえ(茎わかめ入り)								
もやし（緑豆）			11.40					
キャベツ			15.20					
※茎わかめ（冷凍・細切）　５００ｇ袋			4.56					
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ			1.52					
酢（米酢）　１．８ﾘｯﾄﾙ			0.53					
さとう（三温）　１ｋｇ袋			0.53					
ごま油　１．６５ｋｇ			0.46					

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													
中学校													
園	504	21.6	17.5	294	107	4.3	2.8	173	0.51	0.43	15	1.6	4.3
他													

献立材料一覧表

5年度12月5日火曜日　中部調理場　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（幼）　５０ｇ			112.00					
牛乳								
牛乳（幼）			206.00					
豚肉と野菜のしょうが煮								
豚肉（もも・平切）			19.00					
じゃがいも（だんしゃく）			35.00					
板こんにゃく			11.40					
たまねぎ			38.00					
にんじん			15.20					
さやいんげん（冷凍）　５００ｇ袋			6.08					
しょうが（生）			0.61					
さとう（三温）　１ｋｇ袋			0.99					
しょうゆ（濃口）　１．８㍑			2.28					
酒　１．８㍑			1.52					
和風だし　１ｋｇ袋			0.76					
水			15.20					
お好み焼きはんぺん（蒸）								
※お好み焼きはんぺん（冷蔵）　４０ｇ			40.00					
トマトケチャップ　３ｋｇ袋			1.60					
ウスターソース　１．８㍑			1.60					
さとう（三温）　１ｋｇ袋			0.56					
でんぷん　５ｋｇ袋			0.24					
水			5.20					
かつお節（たこやき用）　２００ｇ袋			0.28					
きゅうりの昆布あえ								
きゅうり			28.00					
※塩昆布（細切）　１ｋｇ袋			1.86					
りんごミニゼリー								
※りんごミニゼリー　２１ｇ			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															
中学校															
園	463	19.6	11.2	358	68	3.2	2.3	202	0.55	0.42	29	1.8	5.6		
他															

献立材料一覧表

5年度12月6日水曜日　中部調理場　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（幼）　５０ｇ			112.00					
牛乳								
牛乳（幼）			206.00					
むらくも汁								
豆腐（ソフト）			22.80					
※液卵（冷蔵・殺菌済）			19.00					
※かまぼこ（冷蔵）			7.60					
たまねぎ			15.20					
じゃがいも（だんしゃく）			15.20					
チンゲンサイ			9.12					
しいたけ（乾・スライス）　１ｋｇ袋			0.76					
しょうゆ（薄口）　１．８㍑			3.04					
食塩（味付け）　１ｋｇ袋			0.15					
かつおだしパック　５００ｇ袋			1.52					
酒　１．８㍑			1.14					
でんぷん　５ｋｇ袋			0.76					
れんこんサンドフライ								
※れんこんサンドフライ　４０ｇ			40.00					
なたね油（ローリー）			4.00					
小松菜のごまあえ								
小松菜			15.20					
もやし（緑豆）			15.20					
すりごま（白）　１ｋｇ袋			1.29					
しょうゆ（濃口）　１．８㍑			1.63					
さとう（三温）　１ｋｇ袋			0.87					

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													
中学校													
園	482	19.5	16.9	354	68	1.8	2.1	165	0.42	0.49	24	1.6	3.8
他													

献立材料一覧表

5年度12月7日木曜日　中部調理場　安城献立　日別献立

料理名／食品名	可食量							
	小	中	園	他				
スライスパン								
※スライスパン（幼）　４０ｇ			66.00					
牛乳								
牛乳（幼）			206.00					
コーンスープ（小麦ぬき）								
とうもろこし（冷凍・裏ごし）　１ｋｇ袋			22.80					
とうもろこし（冷凍・ホール）１ｋｇ袋			6.08					
じゃがいも（だんしゃく）			19.00					
たまねぎ			19.00					
にんじん			6.08					
グリンピース（冷凍）　１ｋｇ袋			3.80					
牛乳（調理用）　１㍑			30.40					
脱脂粉乳　１ｋｇ袋			2.28					
洋風だし　１ｋｇ袋			0.91					
※ホワイトルウ（小麦抜き）　１ｋｇ袋			4.56					
食塩（味付け）　１ｋｇ袋			0.11					
米油　１．５ｋｇ			0.53					
スラッピージョー								
豚肉（もも・ひき）			22.80					
たまねぎ			22.80					
パン粉（乾）			1.82					
トマトケチャップ　３ｋｇ袋			5.42					
ウスターソース　１．８㍑			4.65					
さとう（三温）　１ｋｇ袋			1.16					
食塩（味付け）　１ｋｇ袋			0.03					
フルーツのゼリーあえ								
※りんごゼリー（常温・透明）　２ｋｇ袋			15.20					
もも（黄桃・ダイス・缶）			5.32					
パイナップル（チビット・缶）			5.32					
みかん（缶）			5.32					

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													
中学校													
園	534	20.9	18.4	333	72	1.4	2.4	143	0.45	0.55	15	2.0	5.5
他													

献立材料一覧表

5年度12月8日金曜日　中部調理場　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（幼）　５０ｇ			112.00					
牛乳								
牛乳（幼）			206.00					
八宝菜(うずら卵ぬき)								
豚肉（もも・平切）			15.20					
※いか（冷凍・皮なし胴・短冊切）　１ｋｇ袋			19.00					
食塩（ゆで塩）　１ｋｇ袋			0.38					
たまねぎ			22.80					
はくさい			22.80					
にんじん			7.60					
チンゲンサイ			15.20					
たけのこ（水煮）			11.40					
黒きくらげ（乾・スライス）　１ｋｇ袋			0.76					
オイスターソース　１ｋｇ袋			2.28					
でんぷん　５ｋｇ袋			1.14					
さとう（三温）　１ｋｇ袋			0.30					
しょうゆ（濃口）　１．８㍑			1.82					
食塩（味付け）　１ｋｇ袋			0.08					
酒　１．８㍑			1.14					
水			4.56					
揚げぎょうざ（２こ）								
※ぎょうざ　１８ｇ			36.00					
なたね油（ローリー）			3.60					
春雨サラダ								
はるさめ（乾・カット）			2.28					
きゅうり			7.60					
とうもろこし（ホール・缶）			3.80					
しょうゆ（濃口）　１．８㍑			1.52					
さとう（三温）　１ｋｇ袋			0.57					
酢（米酢）　１．８㍑			1.14					
ごま油　１．６５ｋｇ			0.23					

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													
中学校													
園	512	20.2	17.6	278	63	1.4	2.2	167	0.51	0.41	17	1.5	2.6
他													

献立材料一覧表

5年度12月11日月曜日　中部調理場　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（幼）　５０ｇ			112.00					
牛乳								
牛乳（幼）			206.00					
いもたき（出来上がり量180ｃｃ）								
鶏肉（もも・皮付・１．５ｃｍ角切）			15.20					
たけのこ（水煮）			11.40					
里いも（生・皮むき）			22.80					
板こんにゃく			15.20					
にんじん			9.12					
チンゲンサイ			7.60					
大根			15.20					
和風だし　１ｋｇ袋			1.14					
しょうゆ（薄口）　１．８㍑			2.66					
しょうゆ（濃口）　１．８㍑			1.14					
みりん　１．８㍑			1.14					
さとう（三温）　１ｋｇ袋			0.91					
酒　１．８㍑			0.76					
肉団子の甘辛煮（焼）								
※ミートボール　８ｇ			38.00					
さとう（三温）　１ｋｇ袋			1.22					
しょうゆ（濃口）　１．８㍑			1.22					
みりん　１．８㍑			0.99					
でんぷん　５ｋｇ袋			0.23					
水			4.56					
はくさいのごま酢あえ								
はくさい			30.40					
にんじん			2.28					
すりごま（白）　１ｋｇ袋			0.76					
しょうゆ（濃口）　１．８㍑			1.09					
酢（米酢）　１．８㍑			1.09					
さとう（三温）　１ｋｇ袋			0.76					

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															
中学校															
園	469	18.7	15.4	288	63	1.3	2.4	183	0.42	0.40	15	1.9	3.1		
他															

献立材料一覧表

5年度12月12日火曜日　中部調理場　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（幼）　５０ｇ			112.00					
牛乳								
牛乳（幼）			206.00					
けんちん汁（里いも）								
豆腐（木綿）			15.20					
里いも（生・皮むき）			15.20					
板こんにゃく			7.60					
油揚げ（冷凍・きざみ）　１ｋｇ袋			3.80					
にんじん			7.60					
ごぼう（生・ささがき・汁用）			7.60					
大根			15.20					
ねぎ（葉：11～4月　白：5～10月）			3.80					
ごま油　１．６５ｋｇ			0.38					
しょうゆ（濃口）　１．８㍑			3.80					
和風だし　１ｋｇ袋			1.90					
酒　１．８㍑			0.76					
米粉ししゃもフライの銀あんかけ								
※米粉ししゃもフライ　２０ｇ			20.00					
なたね油（ローリー）			2.00					
しょうゆ（薄口）　１．８㍑			0.92					
さとう（三温）　１ｋｇ袋			0.53					
和風だし　１ｋｇ袋			0.32					
でんぷん　５ｋｇ袋			0.43					
水			10.64					
キャベツのかおりあえ								
キャベツ			26.60					
※青じそ粉　２００ｇ袋			0.23					
食塩（味付け）　１ｋｇ袋			0.04					
☆いちごヨーグルト(Fe)								
※ヨーグルト（いちご・Ｆｅ）　８０ｇ			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															
中学校															
園	492	17.8	14.8	400	80	6.3	2.4	203	0.36	0.52	35	2.1	2.7		
他															

献立材料一覧表

5年度12月13日水曜日　中部調理場　安城献立　日別献立

料理名／食品名	可食量 小	中	園	他				
ソフトめん								
※ソフトめん（幼）　７０ｇ			172.00					
牛乳								
牛乳（幼）			206.00					
ミートソース								
豚肉（もも・ひき）			11.40					
じゃがいも（だんしゃく）			22.80					
たまねぎ			30.40					
にんじん			7.60					
グリンピース（冷凍）　１ｋｇ袋			3.04					
※ハヤシルウ（Ｒ・小麦抜き）　１ｋｇ袋			3.04					
※ハヤシルウ（Ｂ・小麦抜き）　１ｋｇ袋			6.08					
トマトケチャップ　３ｋｇ袋			9.12					
さとう（三温）　１ｋｇ袋			0.30					
ウスターソース　１．８㍑			1.90					
洋風だし　１ｋｇ袋			0.61					
カラフルマリネ								
キャベツ			19.00					
きゅうり			7.60					
赤パプリカ			3.04					
とうもろこし（ホール・缶）			3.80					
レモン果汁　１㍑			0.91					
オリーブオイル　０．９ｋｇ			0.46					
食塩（味付け）　１ｋｇ袋			0.10					
さとう（上白）　１ｋｇ袋			0.73					
酢（米酢）　１．８㍑			0.63					
小魚（乾）								
※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															
中学校															
園	523	21.9	13.7	348	76	1.9	2.2	149	0.33	0.39	26	2.2	5.5		
他															

献立材料一覧表

5年度12月14日木曜日　中部調理場　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（幼）　５０ｇ			112.00					
牛乳								
牛乳（幼）			206.00					
高野豆腐の炒り煮								
高野豆腐（乾・サイコロ切）　１ｋｇ袋			5.32					
鶏肉（むね・皮付・平切）			13.68					
※はんぺん（冷蔵・角）			9.12					
里いも（生・皮むき）			15.20					
板こんにゃく			15.20					
にんじん			11.40					
さやいんげん（冷凍）　５００ｇ袋			7.60					
さとう（三温）　１ｋｇ袋			1.52					
しょうゆ（濃口）　１．８㍑			2.51					
みりん　１．８㍑			0.76					
和風だし　１ｋｇ袋			0.91					
水			31.92					
かぼちゃひき肉フライ								
※かぼちゃひき肉フライ　４０ｇ			40.00					
なたね油（ローリー）			4.00					
きゅうりの福神漬けあえ								
きゅうり			22.80					
※福神漬　１ｋｇ袋			5.32					

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															
中学校															
園	510	20.5	17.2	295	66	1.4	2.3	242	0.43	0.41	14	1.6	2.9		
他															

献立材料一覧表

5年度12月15日金曜日　中部調理場　安城献立　日別献立

料理名／食品名	可食量							
	小	中	園	他				
ミルクロールパン								
※ミルクロールパン（幼）　３５ｇ			60.00					
牛乳								
牛乳（幼）			206.00					
ミネストラスープ								
ベーコン（ショルダー・短冊切）			7.60					
じゃがいも（だんしゃく）			15.20					
たまねぎ			22.80					
にんじん			7.60					
キャベツ			15.20					
※ライスマカロニ（乾・星型）			3.80					
※トマトベースソース　３ｋｇ袋			15.20					
オリーブオイル　０．９ｋｇ			0.38					
コンソメ　５００ｇ			1.21					
洋風だし　１ｋｇ袋			0.76					
食塩（味付け）　１ｋｇ袋			0.15					
ツナ入りオムレツ（焼）								
※ツナオムレツ（冷凍・焼）　４０ｇ			40.00					
大根サラダ								
大根			22.80					
きゅうり			7.60					
黄パプリカ			3.04					
卓上コーンクリーミードレッシング								
※卓上コーンクリーミードレッシング３００ｍｌ			5.70					
コーヒー牛乳の素								
※コーヒー牛乳の素（液状）　１２．５ｇ			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													
中学校													
園	497	18.9	19.8	328	55	1.2	1.9	179	0.34	0.61	51	2.3	3.7
他													

献立材料一覧表

5年度12月18日月曜日　中部調理場　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（幼）　５０ｇ			112.00					
牛乳								
牛乳（幼）			206.00					
豆じゃが								
豚肉（もも・平切）			13.68					
糸こんにゃく			19.00					
じゃがいも（だんしゃく）			38.00					
大豆（水煮）　１ｋｇ袋			11.40					
たまねぎ			22.80					
にんじん			15.20					
さやいんげん（冷凍）　５００ｇ袋			7.60					
さとう（三温）　１ｋｇ袋			2.05					
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ			1.90					
酒　１．８ﾘｯﾄﾙ			0.76					
みりん　１．８ﾘｯﾄﾙ			0.76					
和風だし　１ｋｇ袋			1.29					
水			7.60					
さばの銀紙焼き								
※さばの銀紙焼き（冷凍・Ｐ）　５０ｇ			50.00					
ゆかりあえ								
キャベツ			26.60					
※ゆかり粉　２００ｇ袋			0.23					

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															
中学校															
園	532	26.0	17.3	376	83	2.1	2.7	202	0.52	0.52	27	1.9	6.9		
他															

献立材料一覧表

5年度12月19日火曜日　中部調理場　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				
りんごパン								
※りんごパン（幼）　３５ｇ			60.34					
牛乳								
牛乳（幼）			206.00					
ファイバースープ								
ソーセージ（６mmカット）			5.32					
たまねぎ			19.00					
にんじん			7.60					
じゃがいも（だんしゃく）			15.20					
大麦（冷凍）　１ｋｇ袋			11.40					
チンゲンサイ			7.60					
コンソメ　５００ｇ			1.14					
洋風だし　１ｋｇ袋			0.76					
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ			0.91					
食塩（味付け）　１ｋｇ袋			0.04					
こしょう（黒）　３５０ｇ			0.01					
照り焼きチキン								
※鶏肉の照り焼き（冷凍・Ｐ）　４０ｇ			40.00					
キャベツとれんこんのごまサラダ								
キャベツ			15.20					
れんこん（生・いちょう切２mm）			7.60					
すりごま（白）　１ｋｇ袋			0.76					
卓上ごまドレッシング								
※卓上ごまドレッシング　３００ｍｌ			5.70					

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															
中学校															
園	502	24.8	20.9	284	66	1.5	2.5	157	0.29	0.47	20	1.9	4.0		
他															

献立材料一覧表

5年度12月20日水曜日　中部調理場　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（幼）　５０ｇ			112.00					
牛乳								
牛乳（幼）			206.00					
沢煮椀								
豚肉（もも・千切）			10.94					
※はんぺん（冷蔵・角）			9.12					
にんじん			9.12					
たけのこ（水煮・千切）			9.12					
ごぼう（生・千切）			7.30					
ねぎ（葉：11～4月　白：5～10月）			6.08					
しいたけ（乾・スライス）　１ｋｇ袋			0.91					
かつおだしパック　５００ｇ袋			1.14					
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ			3.04					
みりん　１．８ﾘｯﾄﾙ			1.14					
酒　１．８ﾘｯﾄﾙ			0.76					
和風だし　１ｋｇ袋			0.76					
でんぷん　５ｋｇ袋			0.91					
米粉いかフライのレモン煮								
※米粉いかフライ　４０ｇ			40.00					
なたね油（ローリー）			4.00					
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ			2.20					
みりん　１．８ﾘｯﾄﾙ			2.43					
さとう（三温）　１ｋｇ袋			1.67					
レモン果汁　１ﾘｯﾄﾙ			0.49					
水			5.99					
かぼちゃの煮つけ								
かぼちゃ（生・２ｃｍ角）			30.40					
酒　１．８ﾘｯﾄﾙ			0.73					
和風だし　１ｋｇ袋			0.49					
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ			0.56					
さとう（三温）　１ｋｇ袋			1.10					
みりん　１．８ﾘｯﾄﾙ			0.40					
水			6.08					

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													
中学校													
園	492	19.6	14.8	254	66	1.1	2.3	261	0.43	0.43	18	1.8	2.8
他													

献立材料一覧表

5年度12月21日木曜日　中部調理場　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（幼）　５０ｇ			112.00					
牛乳								
牛乳（幼）			206.00					
みそ煮								
豚肉（もも・平切）			9.12					
里いも（生・皮むき）			22.80					
板こんにゃく			15.20					
生揚げ（冷蔵）			15.20					
大根			30.40					
にんじん			15.20					
赤みそ			7.60					
さとう（三温）　１ｋｇ袋			2.28					
みりん　１．８㍑			0.91					
和風だし　１ｋｇ袋			0.61					
水			22.80					
五目厚焼き卵								
※五目厚焼き卵（冷凍・Ｐ）　５０ｇ			50.00					
キャベツの土佐あえ								
キャベツ			26.60					
にんじん			2.28					
かつお節（たこやき用）　２００ｇ袋			0.76					
さとう（三温）　１ｋｇ袋			0.68					
しょうゆ（濃口）　１．８㍑			1.37					

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															
中学校															
園	486	21.5	16.3	330	73	2.6	2.9	268	0.47	0.54	20	1.8	3.1		
他															

献立材料一覧表

5年度12月22日金曜日　中部調理場　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（幼）　５０ｇ			114.00					
牛乳								
牛乳（幼）			206.00					
コンソメスープ								
ベーコン（ショルダー・短冊切）			5.32					
じゃがいも（だんしゃく）			15.20					
たまねぎ			22.80					
キャベツ			22.80					
にんじん			7.60					
こしょう（黒）　３５０ｇ			0.01					
コンソメ　５００ｇ			0.61					
しょうゆ（濃口）　１．８㍑			0.68					
食塩（味付け）　１ｋｇ袋			0.12					
洋風だし　１ｋｇ袋			0.53					
チキンのフレッシュソースかけ								
※チキンパティ　４０ｇ			40.00					
なたね油（ローリー）			4.00					
しょうゆ（濃口）　１．８㍑			1.70					
みりん　１．８㍑			2.13					
さとう（三温）　１ｋｇ袋			1.70					
レモン果汁　１㍑			1.70					
ぶどう酒（白）　１．８㍑			0.43					
水			4.70					
ツナピラフの具								
※まぐろ油漬（レトルト）			9.12					
たまねぎ			15.20					
にんじん			7.60					
とうもろこし（冷凍・ホール）１ｋｇ袋			3.80					
グリンピース（冷凍）　１ｋｇ袋			2.28					
マッシュルーム（水煮・スライス）			3.80					
コンソメ　５００ｇ			1.06					
食塩（味付け）　１ｋｇ袋			0.08					
水			3.80					
☆いちごババロア								
※ババロア（ストロベリー）　３８ｇ			38.00					

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													
中学校													
園	575	21.2	22.3	338	60	1.9	2.2	206	0.43	0.43	23	2.2	4.1
他													

献立材料一覧表

5年度12月25日月曜日　中部調理場　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（幼）　５０ｇ			112.00					
牛乳								
牛乳（幼）			206.00					
生揚げのオイスターソース炒め								
豚肉（もも・ひき）			11.40					
生揚げ（冷蔵）			30.40					
たまねぎ			30.40					
にんじん			11.40					
たけのこ（水煮）			7.60					
チンゲンサイ			11.40					
黒きくらげ（乾・スライス）　１ｋｇ袋			0.76					
さとう（三温）　１ｋｇ袋			0.91					
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ			1.52					
オイスターソース　１ｋｇ袋			3.80					
中華だし　１ｋｇ袋			0.76					
酒　１．８ﾘｯﾄﾙ			1.14					
でんぷん　５ｋｇ袋			0.38					
わかさぎの甘酢かけ								
※わかさぎの唐揚げ			26.60					
なたね油（ローリー）			2.66					
さとう（三温）　１ｋｇ袋			1.72					
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ			1.50					
酢（米酢）　１．８ﾘｯﾄﾙ			1.20					
みりん　１．８ﾘｯﾄﾙ			0.30					
しょうが粉　１ｋｇ			0.02					
水			4.75					
もやしのナムル								
もやし（緑豆）			22.80					
きゅうり			7.60					
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ			1.22					
ごま油　１．６５ｋｇ			0.18					

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													
中学校													
園	470	20.7	16.9	444	73	2.0	2.9	207	0.43	0.44	11	1.3	2.3
他													

献立材料一覧表

5年度12月26日火曜日　中部調理場　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（幼）　２５ｇ			40.00					
牛乳								
牛乳（幼）			206.00					
野菜たっぷり焼きそば								
※中華めん（蒸し・焼きそば用）			39.52					
豚肉（もも・平切）			15.20					
※ちくわ（冷蔵）			7.60					
キャベツ			38.00					
にんじん			15.20					
もやし（緑豆）			7.60					
しょうが（生）			0.76					
焼きそばの素（粉末）　１ｋｇ袋			2.66					
ウスターソース　１．８ﾘｯﾄﾙ			2.66					
食塩（味付け）　１ｋｇ袋			0.03					
ソーセージのケチャップ煮								
ソーセージ（２ｃｍカット）			22.80					
たまねぎ			19.00					
マッシュルーム（水煮・スライス）			6.08					
グリンピース（冷凍）　１ｋｇ袋			1.52					
トマトケチャップ　３ｋｇ袋			4.26					
さとう（三温）　１ｋｇ袋			0.49					
ウスターソース　１．８ﾘｯﾄﾙ			0.49					
米油　１．５ｋｇ			0.38					
水			3.04					
型抜きチーズ								
※型抜きチーズ（アルファベット型）　９ｇ			9.00					

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															
中学校															
園	519	23.2	22.5	360	59	0.9	2.4	226	0.45	0.50	21	2.6	3.4		
他															

献立材料一覧表

5年度12月27日水曜日　中部調理場　安城献立　日別献立

料理名／食品名	可食量 小	中	園	他				
ロウカット玄米ごはん								
※ロウカット玄米ごはん（幼）　５０ｇ			113.00					
牛乳								
牛乳（幼）			206.00					
冬野菜のカレー								
豚肉（もも・ひき）			15.20					
大根			26.60					
たまねぎ			15.20					
にんじん			15.20					
はくさい			15.20					
※チーズ（調理用）　１ｋｇ袋			3.04					
※カレールウ（Ｎ・小麦抜き・甘口）　１ｋｇ袋			3.04					
※カレールウ（Ｒ・小麦抜き・甘口）　１ｋｇ袋			4.56					
脱脂粉乳　１ｋｇ袋			2.28					
ウスターソース　１．８㍑			2.05					
※チャツネ　１ｋｇ			1.52					
トマトケチャップ　３ｋｇ袋			1.90					
洋風だし　１ｋｇ袋			0.61					
食塩（味付け）　１ｋｇ袋			0.02					
花野菜のサラダ（ハムなし）								
ブロッコリー			11.40					
食塩（ゆで塩）　１ｋｇ袋			0.23					
カリフラワー（生）			7.60					
とうもろこし（ホール・缶）			7.60					
卓上ノンエッグマヨネーズ(ハーフ)								
※卓上ノンエッグマヨネーズ（ハーフ）　２１０ｇ			3.80					
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															
中学校															
園	463	16.4	15.3	319	68	1.2	2.4	210	0.46	0.46	33	1.1	3.5		
他															