献立材料一覧表

7年度10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	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						
里いものそぼろ煮								
豚肉（もも・ひき）	20.00	24.00						
※はんぺん（冷蔵・角）	10.00	12.00						
板こんにゃく	20.00	24.00						
里いも（冷凍・ＳＳ）　５００ｇ袋	45.00	54.00						
たまねぎ	30.00	36.00						
にんじん	15.00	18.00						
さやいんげん（冷凍）　５００ｇ袋	5.00	6.00						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	1.80	2.16						
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ	3.00	3.60						
みりん　１．８ﾘｯﾄﾙ	0.80	0.96						
和風だし　１ｋｇ袋	0.80	0.96						
水	18.00	21.60						
酒　１．８ﾘｯﾄﾙ	1.00	1.20						
鶏肉の照り焼き								
※鶏肉の照り焼き（冷凍・Ｐ）　５０ｇ	50.00							
※鶏肉の照り焼き（冷凍・Ｐ）　６０ｇ		60.00						
チンゲンサイの和風サラダ								
チンゲンサイ	20.00	24.00						
キャベツ	20.00	24.00						
卓上和風クリーミードレッシング								
※卓上和風クリーミードレッシング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	657	30.6	22.1	295	80	2.3	3.9	237	0.67	0.55	21	1.5	3.2		
中学校	815	36.3	24.6	308	93	2.8	4.6	269	0.86	0.61	26	1.6	3.9		
園															
他															

献立材料一覧表

7年度10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	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						
かきたま汁（卵除去食）								
※液卵（冷蔵・殺菌済）	25.00	30.00						
※かまぼこ（冷蔵）	10.00	12.00						
豆腐（ソフト）	25.00	30.00						
にんじん	10.00	12.00						
ほうれん草	10.00	12.00						
たまねぎ	10.00	12.00						
しいたけ（乾・スライス）　１ｋｇ袋	1.00	1.20						
でんぷん　５ｋｇ袋	1.00	1.20						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	3.00	3.60						
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						
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						
キャベツのゆかりあえ								
キャベツ	35.00	42.00						
※赤じそ粉　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	648	26.8	25.8	399	122	3.4	3.2	228	0.54	0.73	22	1.5	4.6		
中学校	808	31.8	29.6	431	144	4.0	3.9	257	0.72	0.79	25	1.6	5.4		
園															
他															

献立材料一覧表

7年度10月3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				
りんごパン								
※りんごパン（小）　５５ｇ	96.00							
※りんごパン（中）　６５ｇ		113.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
キャベツのツナ煮								
※まぐろ油漬（レトルト）	27.00	32.40						
キャベツ	50.00	60.00						
じゃがいも（だんしゃく）	38.00	45.60						
たまねぎ	20.00	24.00						
にんじん	15.00	18.00						
コンソメ　５００ｇ	1.30	1.56						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.15	0.18						
こしょう（黒）　３５０ｇ	0.01	0.01						
水	25.00	30.00						
ボロニアソーセージ								
※ボロニアソーセージ（Ｆｅ・Ｃａ）　４０ｇ	40.00							
※ボロニアソーセージ（Ｆｅ・Ｃａ）　５０ｇ		50.00						
青パパイヤのサラダ								
青パパイヤ（冷凍・カット）　５００ｇ袋	12.00	14.40						
きゅうり	16.00	19.20						
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	4.20	5.04						

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	645	29.0	22.9	433	150	3.5	2.2	200	0.34	0.49	44	2.8	7.3		
中学校	747	33.3	26.1	480	180	4.4	2.4	227	0.39	0.53	53	3.5	8.7		
園															
他															

献立材料一覧表

7年度10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						
月菜汁								
鶏肉（むね・皮付・平切）	15.00	18.00						
※型抜きかまぼこ（冷蔵）	8.00	9.60						
にんじん	10.00	12.00						
チンゲンサイ	15.00	18.00						
たまねぎ	15.00	18.00						
えのきたけ	7.00	8.40						
里いも（冷凍・スライス）　５００ｇ袋	10.00	12.00						
かつおだしパック　５００ｇ袋	2.00	2.40						
しょうゆ（薄口）　１．８㍑	4.00	4.80						
うさぎハンバーグのいちじくソースかけ								
※ハンバーグ（うさぎ型）　６０ｇ		60.00						
※ハンバーグ（うさぎ型）　４０ｇ	40.00							
※いちじくジャム　１ｋｇ袋	6.40	9.60						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	1.20	1.80						
レモン果汁　１㍑	0.40	0.60						
水	2.40	3.60						
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）	10.00	12.00						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.04	0.05						
☆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	615	21.9	14.0	400	76	6.6	2.4	187	0.54	0.44	24	1.7	3.8		
中学校	820	27.4	16.8	472	93	9.9	3.3	209	0.73	0.49	27	2.2	4.8		
園															
他															

献立材料一覧表

7年度10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				
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						
チンゲンサイの卵スープ（卵除去食）								
ベーコン（ショルダー・短冊切）	12.00	14.40						
※液卵（冷蔵・殺菌済）	25.00	30.00						
チンゲンサイ	24.00	28.80						
はるさめ（乾・カット）	3.00	3.60						
にんじん	10.00	12.00						
黒きくらげ（乾・スライス）　１ｋｇ袋	1.00	1.20						
※鶏豚湯（缶）	3.00	3.60						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	3.00	3.60						
オイスターソース　１ｋｇ袋	1.50	1.80						
ごま油　１．６５ｋｇ	0.60	0.72						
こしょう（黒）　３５０ｇ	0.05	0.06						
でんぷん　５ｋｇ袋	1.50	1.80						
米粉ししゃもフライの甘酢かけ								
※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						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	2.64	2.64						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	3.00	3.00						
酢（米酢）　１．８㍑	1.80	1.80						
みりん　１．８㍑	0.60	0.60						
しょうが粉　１ｋｇ	0.08	0.08						
水	1.50	1.50						
茎わかめサラダ								
※茎わかめ（冷凍・細切）　５００ｇ袋	5.00	6.00						
もやし（緑豆）	12.00	14.40						
きゅうり	16.00	19.20						
塩中華ドレッシング　１㍑	4.20	5.04						

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	24.0	18.9	371	94	2.9	3.2	263	0.59	0.62	17	2.3	2.7		
中学校	750	27.2	20.2	383	104	3.4	3.8	294	0.77	0.67	20	2.7	3.0		
園															
他															

献立材料一覧表

7年度10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	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						
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						
つくね								
※つくね（レバー入り・Ｐ）　２０ｇ	40.00	60.00						
れんこんサラダ								
れんこん（生・半月切３mm）	20.00	24.00						
きゅうり	10.00	12.00						
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	628	22.5	20.1	282	79	1.9	2.8	519	0.73	0.50	31	2.5	7.2		
中学校	802	28.0	23.0	293	92	2.5	3.4	694	0.94	0.55	38	3.4	8.8		
園															
他															

献立材料一覧表

7年度10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	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						
スコッチブロス								
ベーコン（ショルダー・短冊切）	12.00	14.40						
じゃがいも（だんしゃく）	30.00	36.00						
キャベツ	25.00	30.00						
にんじん	13.00	15.60						
大豆（水煮）　１ｋｇ袋	5.00	6.00						
大麦（冷凍）　１ｋｇ袋	7.00	8.40						
コンソメ　５００ｇ	1.20	1.44						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.20	0.24						
こしょう（黒）　３５０ｇ	0.02	0.02						
洋風だし　１ｋｇ袋	0.70	0.84						
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						
チキンときのこのピラフの具								
鶏肉（もも・皮付・平切）	20.00	24.00						
たまねぎ	27.00	32.40						
にんじん	4.00	4.80						
しめじ（生）	8.00	9.60						
米油　１．５ｋｇ	0.40	0.48						
コンソメ　５００ｇ	1.10	1.32						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.20	0.24						
こしょう（黒）　３５０ｇ	0.02	0.02						
ぶどう酒（白）　１．８ﾘｯﾄﾙ	0.70	0.84						

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	606	21.1	18.8	262	73	1.6	3.0	211	0.63	0.47	30	2.1	6.3		
中学校	790	25.5	23.2	270	89	2.1	3.7	239	0.80	0.52	35	2.5	7.7		
園															
他															

献立材料一覧表

7年度10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				
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						
マーボーめんの具								
豚肉（もも・ひき）	10.00	12.00						
大豆（水煮・ひき割り）　１ｋｇ袋	4.00	4.80						
※豆腐（冷凍・サイコロ切）	45.00	54.00						
たまねぎ	40.00	48.00						
にんじん	12.00	14.40						
たけのこ（水煮）	10.00	12.00						
ねぎ（葉：11～4月　白：5～10月）	5.00	6.00						
黒きくらげ（乾・スライス）　１ｋｇ袋	0.50	0.60						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	3.60	4.32						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	2.80	3.36						
赤みそ	10.80	12.96						
中華だし　１ｋｇ袋	1.80	2.16						
でんぷん　５ｋｇ袋	1.00	1.20						
ごま油　１．６５ｋｇ	0.27	0.32						
にんにく（冷蔵・おろし）　５００ｇ	0.45	0.54						
しょうが（冷蔵・おろし）　５００ｇ	0.45	0.54						
かにしゅうまい								
※かにしゅうまい（冷凍・トレー）　３０ｇ	30.00	60.00						
チンゲンサイのピリ辛サラダ								
チンゲンサイ	20.00	24.00						
もやし（緑豆）	20.00	24.00						
にんにく（冷蔵・おろし）　５００ｇ	0.04	0.05						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	1.54	1.85						
酢（米酢）　１．８㍑	0.84	1.01						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	1.47	1.76						
ごま油　１．６５ｋｇ	0.17	0.20						
豆板醤　５００ｇ	0.01	0.01						
☆杏仁豆腐								
※杏仁豆腐（桃・Ｃａ）　５０ｇ		50.00						

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	621	28.5	17.1	327	127	2.8	3.2	206	0.38	0.47	17	3.0	5.3		
中学校	911	38.0	23.4	414	202	3.8	4.2	234	0.49	0.59	19	3.9	7.0		
園															
他															

献立材料一覧表

7年度10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						
八杯汁								
豆腐（木綿）	20.00	24.00						
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	10.00	12.00						
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	1.00	1.20						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	4.00	4.80						
かつおだしパック　５００ｇ袋	3.00	3.60						
みりん　１．８㍑	0.80	0.96						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.10	0.12						
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						
ひじきとじゃこのふりかけ								
※まぐろ油漬（レトルト）	6.75	8.10						
しらす干し（冷蔵・乾）　１ｋｇ袋	2.25	2.70						
※ひじき（乾）	1.04	1.25						
にんじん	5.00	6.00						
ピーマン	5.00	6.00						
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	618	23.3	20.8	319	88	6.4	2.7	579	0.57	0.49	12	1.7	6.9		
中学校	773	27.6	23.6	338	102	7.8	3.3	677	0.76	0.52	14	2.1	8.4		
園															
他															

献立材料一覧表

7年度10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				
クロロールパン								
※クロロールパン（小）　５０ｇ	82.00							
※クロロールパン（中）　７０ｇ		115.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
パンプキンポタージュ（乳除去食）								
鶏肉（むね・皮付・平切）	15.00	18.00						
かぼちゃ（生・２ｃｍ角）	20.00	24.00						
かぼちゃ（冷凍・裏ごし）　１ｋｇ袋	20.00	24.00						
たまねぎ	45.00	54.00						
にんじん	5.00	6.00						
米油　１．５ｋｇ	0.50	0.60						
※ホワイトルウ（小麦抜き）　１ｋｇ袋	10.00	12.00						
洋風だし　１ｋｇ袋	1.80	2.16						
牛乳（調理用）　１ﾘｯﾄﾙ	10.00	12.00						
※生クリーム　１ﾘｯﾄﾙ	3.00	3.60						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.10	0.12						
こしょう（黒）　３５０ｇ	0.03	0.04						
野菜ソテー								
ベーコン（ショルダー・短冊切）	12.00	14.10						
キャベツ	32.00	38.40						
赤パプリカ	4.00	4.80						
とうもろこし（冷凍・ホール）１ｋｇ袋	16.00	18.80						
コンソメ　５００ｇ	0.38	0.45						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.08	0.09						
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						
もも（黄桃・ダイス・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	607	23.6	19.0	355	81	1.6	2.5	305	0.40	0.61	85	2.3	6.3		
中学校	752	28.2	22.0	396	96	2.4	2.9	351	0.50	0.68	102	3.0	7.8		
園															
他															

献立材料一覧表

7年度10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				
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						
◎トックスープ								
ベーコン（ショルダー・短冊切）	5.00	6.00						
※トック	20.00	24.00						
たまねぎ	15.00	18.00						
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						
ねぎ（葉：11～4月　白：5～10月）	5.00	6.00						
黒きくらげ（乾・スライス）　１ｋｇ袋	0.80	0.96						
※わかめ（乾）　２００ｇ袋	0.80	0.96						
※鶏豚湯（缶）	3.00	3.60						
中華だし　１ｋｇ袋	1.20	1.44						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	2.00	2.40						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.10	0.12						
でんぷん　５ｋｇ袋	0.70	0.84						
ヤンニョムチキン								
鶏肉（もも・皮付・２ｃｍ角切）	55.00	66.00						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	2.80	3.36						
酒　１．８㍑	2.40	2.88						
しょうが粉　１ｋｇ	0.30	0.36						
でんぷん　５ｋｇ袋	10.00	12.00						
なたね油（ローリー）	5.50	6.60						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	1.56	1.87						
さとう（上白）　１ｋｇ袋	1.84	2.21						
みりん　１．８㍑	1.10	1.32						
※コチュジャン　１ｋｇ	0.58	0.70						
酒　１．８㍑	1.10	1.32						
トマトケチャップ　３ｋｇ袋	3.30	3.96						
ごま油　１．６５ｋｇ	0.91	1.09						
水	2.00	2.40						
大根のナムル								
大根	25.00	30.00						
にんじん	5.00	6.00						
チンゲンサイ	10.00	12.00						
※焼きのり（素干し）　５０ｇ袋	0.50	0.60						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	2.40	2.88						
みりん　１．８㍑	0.80	0.96						
ごま油　１．６５ｋｇ	0.25	0.30						

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	24.8	23.5	277	80	1.9	3.0	246	0.54	0.49	16	2.8	3.0		
中学校	865	29.3	26.9	287	92	2.8	3.6	279	0.70	0.53	18	3.2	3.6		
園															
他															

献立材料一覧表

7年度10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				
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						
焼豆腐	25.00	30.00						
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						
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							
きゅうりともやしのごまじょうゆあえ								
きゅうり	20.00	24.00						
もやし（緑豆）	10.00	12.00						
炒りごま（白・皮あり）　１ｋｇ袋	1.00	1.20						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	0.40	0.48						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	1.60	1.92						
みりん　１．８㍑	1.00	1.20						
ごま油　１．６５ｋｇ	0.40	0.48						
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	589	30.3	15.3	713	104	2.3	3.0	261	0.50	0.51	24	2.4	4.0		
中学校	760	35.8	18.0	811	124	2.9	3.6	298	0.67	0.53	29	2.8	5.3		
園															
他															

献立材料一覧表

7年度10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	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						
豚汁								
豚肉（もも・平切）	20.00	24.00						
里いも（冷凍・スライス）　５００ｇ袋	15.00	18.00						
油揚げ（冷凍・きざみ）　１ｋｇ袋	5.00	6.00						
大根	15.00	18.00						
にんじん	10.00	12.00						
チンゲンサイ	10.00	12.00						
まいたけ（冷凍）　１ｋｇ袋	7.00	8.40						
赤みそ	9.00	10.80						
かつおだしパック　５００ｇ袋	2.00	2.40						
さばのおかか煮								
※さばのおかか煮（冷凍・Ｐ）　５０ｇ	50.00							
※さばのおかか煮（冷凍・Ｐ）　６０ｇ		60.00						
キャベツのしそひじきあえ								
キャベツ	25.00	30.00						
きゅうり	5.00	6.00						
※しそひじき　５００ｇ袋	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	612	27.6	21.7	426	94	4.6	3.3	194	0.67	0.64	20	1.9	3.0		
中学校	765	32.8	24.7	465	109	5.5	4.1	216	0.86	0.71	23	2.3	3.5		
園															
他															

献立材料一覧表

7年度10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				
きしめん								
※きしめん（小）　２００ｇ	200.00							
※きしめん（中）　２５０ｇ		250.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
肉きしめんの汁								
豚肉（もも・平切）	25.00	30.00						
※かまぼこ（冷蔵）	10.00	12.00						
油揚げ（冷凍・きざみ）　１ｋｇ袋	5.00	6.00						
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）	5.00	6.00						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	1.90	2.28						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	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						
さつまいもの天ぷら								
※さつまいもの天ぷら　４０ｇ	40.00							
※さつまいもの天ぷら　５０ｇ		50.00						
なたね油（ローリー）	4.00	5.00						
ほうれん草のごまあえ								
ほうれん草	15.00	18.00						
もやし（緑豆）	25.00	30.00						
すりごま（白）　１ｋｇ袋	1.20	1.44						
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	23.0	22.3	349	84	1.7	2.4	247	0.47	0.46	22	2.5	5.1		
中学校	779	26.7	25.6	375	97	2.2	2.7	281	0.54	0.51	25	3.2	6.3		
園															
他															

献立材料一覧表

7年度10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				
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						
海鮮中華飯の具								
豚肉（もも・平切）	18.00	21.60						
※いか（冷凍・皮なし胴・短冊切）　１ｋｇ袋	14.00	16.80						
食塩（ゆで塩）　１ｋｇ袋	0.38	0.46						
あさり（冷凍）　１ｋｇ袋	14.00	16.80						
食塩（ゆで塩）　１ｋｇ袋	0.38	0.46						
にんじん	15.00	18.00						
はくさい	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	2.40	2.88						
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	25.00	30.00						
もち米蒸し								
※もち米蒸し（冷凍・トレー）　２５ｇ	25.00	50.00						
切り干し大根ときゅうりの中華あえ								
切り干し大根	2.50	3.00						
きゅうり	16.00	19.20						
炒りごま（白・皮あり）　１ｋｇ袋	1.00	1.20						
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						
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	586	25.1	15.7	332	87	6.2	3.8	231	0.66	0.46	21	1.9	4.7		
中学校	748	31.8	18.3	352	108	7.7	4.7	264	0.89	0.55	24	2.4	5.8		
園															
他															

献立材料一覧表

7年度10月23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						
えびのカレー（乳除去食）								
※むきえび（冷凍・Ｌ）	20.00	24.00						
食塩（ゆで塩）　１ｋｇ袋	0.20	0.24						
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	20.00	24.00						
グリンピース（冷凍）　１ｋｇ袋	4.00	4.80						
※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	9.00						
※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						
トマト入りオムレツ								
※トマトオムレツ（冷凍・焼）　５０ｇ	50.00							
※トマトオムレツ（冷凍・焼）　６０ｇ		60.00						
野菜の甘酢あえ								
キャベツ	30.00	36.00						
にんじん	5.00	6.00						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	0.54	0.65						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.12	0.14						
酢（米酢）　１．８㍑	1.80	2.16						

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	632	23.5	18.3	372	81	2.0	3.3	346	0.50	0.59	28	2.5	6.8		
中学校	790	28.1	20.4	400	96	2.6	3.7	400	0.66	0.66	33	2.8	8.3		
園															
他															

献立材料一覧表

7年度10月24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						
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						
にら	8.00	9.60						
糸こんにゃく	13.00	15.60						
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						
さんまのかば焼き								
※さんまの開き（打粉付）　３０ｇ	30.00							
※さんまの開き（打粉付）　４０ｇ		40.00						
なたね油（ローリー）	3.00	4.00						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	2.25	3.00						
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ	1.88	2.50						
みりん　１．８ﾘｯﾄﾙ	3.00	4.00						
しょうが粉　１ｋｇ	0.80	0.10						
でんぷん　５ｋｇ袋	0.30	0.40						
水	4.50	6.00						
寒天サラダ								
※寒天（乾）　１００ｇ袋	0.50	0.60						
きゅうり	10.00	12.00						
にんじん	5.00	6.00						
とうもろこし（ホール・缶）	5.00	6.00						
※青じそドレッシング　１ﾘｯﾄﾙ	3.40	4.08						

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	618	21.9	21.2	361	85	3.2	2.5	302	0.44	0.51	11	1.7	4.0		
中学校	787	26.5	25.5	388	99	3.9	3.0	346	0.61	0.54	12	2.1	4.9		
園															
他															

献立材料一覧表

7年度10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	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						
根菜のごま汁								
豆腐（ソフト）	20.00	24.00						
油揚げ（冷凍・きざみ）　１ｋｇ袋	5.00	6.00						
ごぼう（生・ささがき・汁用）	12.00	14.40						
にんじん	10.00	12.00						
大根	15.00	18.00						
えのきたけ	7.00	8.40						
麦みそ	9.00	10.80						
炒りごま（白・皮あり）　１ｋｇ袋	0.50	0.60						
練りごま（白）　１ｋｇ袋	2.00	2.40						
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ	1.20	1.44						
かつおだしパック　５００ｇ袋	2.00	2.40						
いわしのしょうが煮								
※いわしのしょうが煮（冷凍・Ｐ）　４０ｇ	40.00	40.00						
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ﾘｯﾄﾙ	1.50	1.80						
酢（米酢）　１．８ﾘｯﾄﾙ	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						
☆南吉からのおくりもの（クッキー）								
※クッキー（きつね）　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	696	23.6	25.0	420	96	2.7	2.8	159	0.49	0.53	12	2.1	3.7		
中学校	821	26.2	26.2	437	109	3.2	3.4	173	0.64	0.55	13	2.4	4.4		
園															
他															

献立材料一覧表

7年度10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				
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						
◎食品ロス削減焼きそば								
※中華めん（蒸し・焼きそば用）	52.00	62.40						
豚肉（もも・平切）	23.00	27.60						
※ちくわ（冷蔵）	10.00	12.00						
キャベツ	42.00	50.40						
にんじん	20.00	24.00						
もやし（緑豆）	10.00	12.00						
ピーマン	4.50	5.40						
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						
みかんミニゼリー								
※みかんミニゼリー　２３ｇ	23.00							
☆ファイバーヨーグルト								
※ヨーグルト（繊維・ＶＣ）　７０ｇ		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	617	26.2	24.0	332	68	1.2	2.7	238	0.60	0.52	30	3.0	4.5		
中学校	780	32.5	28.7	420	84	7.9	5.1	276	0.72	0.67	74	3.8	8.0		
園															
他															

献立材料一覧表

7年度10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				
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						
けんちん汁								
豆腐（木綿）	20.00	24.00						
里いも（冷凍・スライス）　５００ｇ袋	15.00	18.00						
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						
たまねぎ	20.00	24.00						
チンゲンサイ	13.00	15.60						
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						
◎鶏ごぼうフライ								
※鶏ごぼうフライ　５０ｇ	50.00							
※鶏ごぼうフライ　６０ｇ		60.00						
なたね油（ローリー）	5.00	6.00						
キムタクごはんの具								
豚肉（もも・ひき）	20.00	24.00						
はくさい	10.50	12.60						
ねぎ（葉：11～4月　白：5～10月）	2.10	2.52						
※白菜キムチ　１．２ｋｇ袋	10.50	12.60						
※たくあん漬（千切）	3.50	4.20						
※つぼ漬	3.50	4.20						
ごま油　１．６５ｋｇ	0.35	0.42						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	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	636	25.0	22.3	320	95	2.1	3.0	221	0.61	0.46	16	2.6	4.3		
中学校	795	29.5	25.4	340	112	2.7	3.7	249	0.78	0.49	20	3.3	5.6		
園															
他															

献立材料一覧表

7年度10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				
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）	32.00	38.40						
キャベツ	40.00	48.00						
にんじん	20.00	24.00						
もやし（緑豆）	25.00	30.00						
ピーマン	5.00	6.00						
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	0.36						
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ	6.60	7.92						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	2.20	2.64						
酒　１．８ﾘｯﾄﾙ	2.00	2.40						
ごま油　１．６５ｋｇ	1.00	1.20						
でんぷん　５ｋｇ袋	1.50	1.80						
ねぎ入り卵焼き								
※ねぎ入り卵焼き（冷凍・Ｐ）　５０ｇ	50.00	50.00						
さっぱりきゅうり								
きゅうり	30.00	36.00						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.22	0.26						
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	613	24.2	19.7	298	74	2.4	3.3	290	0.77	0.61	32	1.9	4.0		
中学校	747	28.0	21.2	308	84	2.7	3.9	321	0.98	0.64	38	2.1	4.8		
園															
他															

献立材料一覧表

7年度10月31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						
鶏団子汁								
※鶏肉団子（冷凍・鶏７０％）　７ｇ	25.00	30.00						
生揚げ（冷蔵）	15.00	18.00						
大根	20.00	24.00						
にんじん	10.00	12.00						
小松菜	15.00	18.00						
しょうゆ（薄口）　１．８㍑	3.20	3.84						
かつおだしパック　５００ｇ袋	3.00	3.60						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.20	0.24						
でんぷん　５ｋｇ袋	0.80	0.96						
栗コロッケ								
※コロッケ（栗）　４０ｇ	40.00							
※コロッケ（栗）　６０ｇ		60.00						
なたね油（ローリー）	4.00	6.00						
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㍑	0.70	0.84						
さとう（上白）　１ｋｇ袋	0.50	0.60						
水	3.50	4.20						
枝豆（冷凍・むき）　５００ｇ袋	8.00	9.60						
きゅうり	5.00	6.00						
キャベツ	18.00	21.60						
※ノンエッグマヨネーズ　１ｋｇ袋	4.50	5.40						
さかなふりかけ								
※ふりかけ（Ｃａ・さかな）　２．８ｇ	2.80	2.80						

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	639	21.4	22.9	607	176	4.0	2.7	207	0.52	0.46	30	1.6	4.2		
中学校	825	25.6	27.5	645	194	4.9	3.1	233	0.71	0.48	40	1.9	5.2		
園															
他															