令和6年8・9月詳細献立表

8/27(火)

献立名	材料名	量(g)
	パン(小麦粉)	80
	牛乳	206
チーズハンバーグ	(冷)ハンバーグ	60
	シュレットチーズ	10
フライドポテト	じゃがいも	52
	揚げ油	3.71
	塩	0.12
	洋こしょう	0.01
野菜スープ	レンズ豆	7
	たまねぎ	42
	にんじん	14
	キャベツ	28
	(冷)小松菜(カット)	21
	コンソメスープのもと	2.1
	水	133
	塩	0.21
	洋こしょう	0.03

8/28(水)

献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	100
	牛乳	206
豚肉のしょうが焼き	豚肉(カツ・から揚げ用)	50
	しょうが	2
	砂糖	4
	酒	1.5
	みりん	2
	しょうゆ(こいくち)	6
えだ豆	(冷)えだ豆	15
	塩	0.05
五目はるさめスープ	(冷)かまぼこ(細切り)	14
	たまねぎ	28
	にんじん	14
	キャベツ	42
	(冷)小松菜(カット)	21
	きくらげ(スライス)	2.1
	緑豆はるさめ	7
	鶏ガラスープのもと	2.1
	水	140
	塩	0.21
	洋こしょう	0.03
冷凍みかん	(冷)みかん	75.2

8/29(木)

献立名	材料名	量(g)
	小さいライ麦パン(小麦粉)	60
	牛乳	206
	一食チョコ大豆クリーム	10
ツナのカレーソースペンネ	マカロニ(ペンネ)	42
	塩	0.05
	サラダ油	2.8
	レトルトまぐろ油漬け	42
	たまねぎ	70
	にんじん	28
	(冷)グリンピース	7
	ガーリックパウダー	0.01
	サラダ油	1.4
	カレー粉	0.98
	トマトケチャップ	0.42
	砂糖	0.56
	ソース	2.1
	コンソメスープのもと	1.12
	ローレル	0.01
	水	22.4
	塩	0.14
	洋こしょう	0.03
野菜ソテー	ベーコン	7
	にんじん	14
	キャベツ	49
	サラダ油	0.7
	塩	0.08
	洋こしょう	0.01

8/30(金)

献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	100
	牛乳	206
831すきっちゃチキンライス	鶏肉(こま切れ)	42
	たまねぎ	70
	にんじん	35
	トマト(角切り)缶	14
	とうもろこし(ホール)缶	14
	ピーマン	4.2
	たけのこ水煮	14
	サラダ油	1.4
	トマトケチャップ	7
	砂糖	0.42
	ソース	0.7
	コンソメスープのもと	1.4
	ローレル	0.01
	塩	0.21
	洋こしょう	0.03
オムレツ	(冷)プレーンオムレツ	50
ジャーマンサラダ	ベーコン	12
	じゃがいも	72
	たまねぎ	12
	サラダ油	1.2
	ノンエッグマヨネーズ	6
	酢	2.4
	塩	0.12
	洋こしょう	0.02

2日(月)

献立名	材料名	量(g)
	麦ご飯(米)	110
	牛乳	206
きびなごのから揚げ	(冷)きびなご(子持ち)	49
	塩	0.56
	洋こしょう	0.04
	でん粉	1.4
	小麦粉	2.1
	揚げ油	4.9
ひじきの炒め煮	干しひじき	5.2
	(冷)水煮大豆	13
	にんじん	13
	サラダ油	1.3
	三温糖	3.38
	しょうゆ(こいくち)	4.81
冬瓜と鶏肉のすまし汁	鶏肉(厚切り)	14
	冬瓜	42
	にんじん	21
	(冷)小松菜(カット)	14
	しょうゆ(うすくち)	2.1
	酒	0.56
	でん粉	1.4
	水	2.8
	こんぶ(だし用)	1.12
	かつお節(だし用)	4.9
	水	126
	塩	0.14

献立名	材料名	量(g)

令和6年8・9月詳細献立表

3日(火)

献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	100
	牛乳	206
白身魚の香草焼き	(冷)ホキ切身	60
	酒	6
	塩	0.3
	パン粉	5
	乾燥バジル	0.02
	粉末チーズ	1
	オリーブ油	4
カレーポテト	豚ひき肉	15
	ガーリックパウダー	0.01
	サラダ油	1
	じゃがいも	60
	たまねぎ	25
	にんじん	10
	(冷)グリンピース	5
	カレー粉	0.5
	砂糖	0.2
	ソース	0.7
	コンソメスープのもと	0.5
	塩	0.15

3日(火)

献立名	材料名	量(g)
もずくスープ	(冷)もずく	42
	えのきだけ	7
	白ねぎ	4.2
	しょうゆ(うすくち)	1.4
	鶏ガラスープのもと	2.1
	水	133
	塩	0.14
	洋こしょう	0.03
	一食ヨーグルト	105

4日(水)

献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	100
	牛乳	206
ピリ辛肉じゃが	豚肉(スライス)	28
	しょうが	0.7
	じゃがいも	112
	たまねぎ	56
	にんじん	28
	糸こんにゃく	28
	サラダ油	2.8
	三温糖	4.2
	酒	1.4
	しょうゆ(こいくち)	8.4
	豆板じゃん	0.28
納豆	一食納豆	40
	一食のり佃煮	8
キャベツのしょうが炒め	キャベツ	48
	しょうが	0.24
	サラダ油	0.6
	しょうゆ(こいくち)	0.24
	塩	0.18

5日(木)

献立名	材料名	量(g)
	パン(小麦粉)	80
	牛乳	206
ミートソースサンド	豚ひき肉	24
	レトルト大豆(挽き割り)	12
	レンズ豆	12
	たまねぎ	24
	にんじん	12
	トマト(角切り)缶	18
	サラダ油	1.2
	トマトケチャップ	7.2
	コンソメスープのもと	0.96
	チリソース	0.72
	でん粉	0.6
	水	1.2
	塩	0.06
	洋こしょう	0.01
	水	3.6
かぼちゃのチーズ焼き	かぼちゃ	40
	たまねぎ	10
	きざみチーズ	8
	ノンエッグマヨネーズ	5
	酢	1
	塩	0.1
	洋こしょう	0.01

5日(木)

献立名	材料名	量(g)
コーンチャウダー	とうもろこし(ホール)缶	42
	じゃがいも	70
	たまねぎ	42
	マーガリン(調理用)	2.8
	無調整豆乳	56
	脱脂粉乳	5.6
	水	5.6
	コンソメスープのもと	2.1
	水	35
	塩	0.14
	洋こしょう	0.03

献立名	材料名	量(g)

令和6年8・9月詳細献立表

6日(金)

献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	100
	牛乳	206
ホキのチリソース	(冷)ホキ(角切り)	56
	でん粉	5.6
	小麦粉	2.8
	サラダ油	0.7
	水	11.2
	揚げ油	5.6
	鶏卵	14
	トマト	56
	トマトケチャップ	11.2
	サラダ油	1.4
	たまねぎ	28
	しょうが	4.2
	ガーリックパウダー	0.14
	砂糖	4.2
	豆板じゃん	0.14
	ごま油	0.7
	でん粉	2.8
	水	5.6
	塩	0.14

6日(金)

献立名	材料名	量(g)
中華スープ	(冷)かまぼこ(細切り)	14
	キャベツ	35
	たまねぎ	21
	にんじん	14
	きくらげ(スライス)	1.4
	(冷)小松菜(カット)	14
	しょうゆ(こいくち)	0.7
	鶏がらスープのもと	1.82
	水	140
	ごま油	0.42
	塩	0.21
	洋こしょう	0.03
	一食(冷)フルーツ杏仁風プリン	40

9日(月)

献立名	材料名	量(g)
	麦ご飯(米)	110
	牛乳	206
チキンカレーライス	鶏肉(厚切り)	26
	ガーリックパウダー	0.01
	カレー粉	0.13
	サラダ油	2.6
	じゃがいも	91
	たまねぎ	65
	にんじん	26
	りんご	19.5
	(冷)グリンピース	6.5
	小麦粉	5.2
	カレー粉	0.91
	マーガリン(調理用)	5.2
	煮汁	
	トマトケチャップ	0.65
	ソース	1.95
	コンソメスープのもと	2.6
	ローレル	0.01
	水	58.5
	塩	0.13
ゆで卵	鶏卵(個)	53.6
ミックスフルーツ	レトルトみかんシロップ漬け	13
	パインアップル(くさび形)缶	39
	りんご(角切り)缶	26

10日(火)

献立名	材料名	量(g)
	小さいパン(小麦粉)	60
	牛乳	206
	一食ミックスジャム	20
中華ミートソーススパゲッティ	スパゲッティ	42
	塩	0.07
	サラダ油	2.8
	豚ひき肉	35
	たまねぎ	42
	にんじん	21
	なす	14
	干ししいたけ	0.7
	しょうが	1.4
	白ねぎ	7
	ガーリックパウダー	0.03
	サラダ油	1.4
	トマトケチャップ	1.12
	三温糖	1.68
	しょうゆ(こいくち)	1.4
	麦みそ	8.4
	豆板じゃん	0.14
	でん粉	0.7
	水	1.4
	ごま油	0.42
	鶏がらスープのもと	0.14
	水	28

10日(火)

献立名	材料名	量(g)
キャベツとじゃこのザクザクアーモンド炒め	しらす干し	4.2
	キャベツ	56
	アーモンド(細切)	7
	サラダ油	0.7
	しょうゆ(こいくち)	0.28
	塩	0.14
	洋こしょう	0.01

11日(水)

献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	100
	牛乳	206
あじフライ	(冷)あじフライ	50
	揚げ油	5
もぐもぐきんぴら	にんじん	24
	ごぼう	24
	(冷)水煮大豆	12
	すりごま	1.8
	サラダ油	1.2
	三温糖	2.4
	みりん	0.84
	しょうゆ(こいくち)	6
かぼちゃのみそ汁	厚揚げ	28
	たまねぎ	28
	かぼちゃ	28
	にら	14
	米みそ(白)	7
	麦みそ	7
	いりこ(だし用)	4.2
	水	126

12日(木)

献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	100
	牛乳	206
	一食胚芽ふりかけ	3
チキンの照り煮	鶏肉(角切り)	56
	砂糖	1.68
	酒	1.12
	みりん	2.24
	しょうゆ(こいくち)	3.36
	でん粉	0.7
	水	1.4
粉ふきいも	じゃがいも	42
	塩	0.1
	洋こしょう	0.01
ミルファンティ（かきたまスープ）	鶏卵	35
	粉末チーズ	4.2
	たまねぎ	42
	にんじん	14
	とうもろこし(ホール)缶	7
	(冷)ほうれんそう(カット)	14
	コンソメスープのもと	2.1
	水	133
	塩	0.21
	洋こしょう	0.03

13日(金)

献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	100
	牛乳	206
元気もりもりタコライス	豚ひき肉	20.8
	(冷)水煮大豆	20.8
	たまねぎ	31.2
	にんじん	10.4
	とうもろこし(ホール)缶	10.4
	小松菜	13
	トマト(角切り)缶	20.8
	サラダ油	1.04
	カレー粉	0.21
	トマトケチャップ	7.28
	ソース	2.08
	砂糖	0.52
	でん粉	1.04
	水	2.08
	水	
	塩	0.16
	洋こしょう	0.01

13日(金)

献立名	材料名	量(g)
いわしカリカリフライ	(冷)いわしカリカリフライ(子持ち)	40
	サラダ油	4
ベーコン入り豆乳スープ	ベーコン	14
	ガーリックパウダー	0.01
	サラダ油	1.4
	たまねぎ	56
	にんじん	21
	キャベツ	42
	カットしめじ	14
	コンソメスープのもと	0.7
	米みそ(白)	5.6
	無調整豆乳	56
	水	35
	塩	0.14

17日(火)

献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	100
	牛乳	206
あさりとツナのひじきご飯	あさりの佃煮	13
	干しひじき	3.9
	(冷)えだ豆むき身	6.5
	にんじん	6.5
	レトルトまぐろ油漬け	6.5
	サラダ油	1.04
	砂糖	1.04
	しょうゆ(こいくち)	2.73
	酒	1.04
	水	
ししゃもの天ぷら	(冷)ししゃもの天ぷら(子持)	50
月見汁	白玉粉	14
	(冷)裏ごしかぼちゃ	14
	水	7
	(冷)さといも	28
	にんじん	14
	(冷)ほうれんそう(カット)	14
	しょうゆ(うすくち)	4.2
	こんぶ(だし用)	0.7
	かつお節(だし用)	2.8
	水	119
	塩	0.14

18日(水)

献立名	材料名	量(g)
	減量ご飯(米)	80
	牛乳	206
	一食さけふりかけ	2.5
えびシューマイ	(冷)えびシューマイ	54
焼きそば	中華めん	35
	豚肉(スライス)	14
	たまねぎ	42
	にんじん	21
	キャベツ	63
	白ねぎ	7
	サラダ油	2.1
	しょうゆ(こいくち)	3.22
	ソース	3.92
	塩	0.21
	洋こしょう	0.03
	一食(冷)メロンクリームソーダ風ゼリー	40

19日(木)

献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	100
	牛乳	206
さばのぬかみそだき	(冷)さば切身	60
	ぬかみそ	12
	三温糖	4.5
	酒	3
	みりん	3
	しょうゆ(こいくち)	7.5
	一味唐辛子	0.03
	水	20
キャベツとにんじんのごま和え	キャベツ	42
	にんじん	14
	すりごま	4.2
	砂糖	0.56
	しょうゆ(こいくち)	2.8
豆腐汁	豆腐	70
	たまねぎ	14
	えのきだけ	14
	小松菜	14
	塩わかめ	7
	しょうゆ(うすくち)	3.5
	こんぶ(だし用)	1.4
	かつお節(だし用)	4.2
	水	119
	塩	0.21

令和6年8・9月詳細献立表

20日(金)

献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	100
	牛乳	206
麻婆厚揚げ	豚ひき肉	19.5
	しょうが	1.3
	ガーリックパウダー	0.13
	サラダ油	1.3
	(冷)厚揚げ(1．5cm角)	156
	たまねぎ	26
	小松菜	13
	白ねぎ	6.5
	砂糖	0.65
	酒	3.9
	しょうゆ(こいくち)	5.2
	麦みそ	3.25
	コンソメスープのもと	0.65
	豆板じゃん	0.26
	でん粉	1.3
	水	2.6
	ごま油	0.65
	塩	0.07
焼きギョーザ	(冷)ギョーザ	18
	サラダ油	0.35

20日(金)

献立名	材料名	量(g)
切り干しだいこんのスタミナ炒め	豚肉(スライス)	14
	ガーリックパウダー	0.03
	サラダ油	0.7
	切り干しだいこん	7
	にんじん	11.2
	にら	7
	カットしめじ	7
	酒	0.7
	しょうゆ(こいくち)	1.4
	オイスターソース	0.7
	豆板じゃん	0.07
	ごま油	0.21
	塩	0.07

24日(火)

献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	100
	牛乳	206
レバーのバーベキューソース和え	(冷)若鶏レバー竜田揚げ	65
	揚げ油	6.5
	りんご	16.25
	かぼす果汁	0.23
	砂糖	2.34
	酢	2.34
	しょうゆ(こいくち)	2.34
青のりキャベツ	キャベツ	42
	サラダ油	0.7
	青のり	0.14
	しょうゆ(こいくち)	0.28
	塩	0.21

24日(火)

献立名	材料名	量(g)
夏野菜のＡＢＣスープ	マカロニ(アルファベット)	7
	塩	0.07
	たまねぎ	28
	にんじん	7
	トマト(角切り)缶	14
	ピーマン	4.2
	(冷)とうもろこし	14
	サラダ油	1.4
	コンソメスープのもと	2.1
	カレー粉	0.28
	水	119
	塩	0.14
	洋こしょう	0.03

25日(水)

献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	100
	牛乳	206
五目厚焼卵	(冷)五目厚焼卵	40
いも煮	牛肉(スライス)	14
	(冷)さといも	70
	にんじん	14
	ごぼう	14
	こんにゃく	14
	油揚げ	7
	白ねぎ	7
	三温糖	2.1
	しょうゆ(こいくち)	4.2
	しょうゆ(うすくち)	2.8
	塩	0.14
	いりこ(だし用)	2.8
	水	98
磯香和え	キャベツ	42
	きざみのり	0.42
	しょうゆ(こいくち)	2.8
	一食アーモンドいりこ	10

献立名	材料名	量(g)

26日(木)

献立名	材料名	量(g)
	ナン(県産小麦粉)	100
	牛乳	206
キーマカレー	豚ひき肉	24
	ガーリックパウダー	0.01
	サラダ油	2.4
	たまねぎ	84
	にんじん	36
	レンズ豆	12
	(冷)グリンピース	6
	カレー粉	0.96
	砂糖	0.24
	ソース	1.2
	コンソメスープのもと	1.2
	でん粉	0.6
	水	1.2
	塩	0.24
アチャール(野菜の甘酢漬け)	キャベツ	26
	にんじん	13
	砂糖	3.12
	酢	2.34
	クミンパウダー	0.03
	塩	0.13

26日(木)

献立名	材料名	量(g)
タンドリーチキン	鶏肉(カツ・から揚げ用)	60
	ガーリックパウダー	0.02
	塩	0.2
	洋こしょう	0.02
	カレー粉	0.25
	醗酵乳	5
	トマトケチャップ	1.5
	ソース	1
	小麦粉	3
	サラダ油	2
	一食乳酸菌飲料	133

27日(金)

献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	100
	牛乳	206
親子丼	鶏肉(厚切り)	28
	厚揚げ	42
	鶏卵	56
	たまねぎ	42
	にんじん	28
	白ねぎ	11.2
	サラダ油	2.8
	三温糖	3.5
	しょうゆ(こいくち)	2.8
	しょうゆ(うすくち)	4.2
	塩	0.14
	水	
焼きししゃも	(冷)ししゃも(子持ち)	40
もやしとキャベツのピリ辛ごま酢炒め	もやし	28
	キャベツ	28
	すりごま	4.2
	サラダ油	0.7
	砂糖	0.84
	酢	2.38
	しょうゆ(こいくち)	2.38
	一味唐辛子	0.01
	塩	0.14

30日(月)

献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	100
	牛乳	206
	一食ひじきふりかけ	2.8
ジアチャンドウフ風厚揚げの炒め物	鶏ひき肉	28
	厚揚げ	84
	たまねぎ	42
	にんじん	14
	たけのこ水煮	21
	(冷)小松菜(カット)	14
	サラダ油	1.4
	しょうゆ(こいくち)	7
	鶏がらスープのもと	1.27
	砂糖	0.7
	みりん	2.8
	コチュジャン	0.7
	でん粉	0.7
	水	1.4
	塩	0.14
	水	
にんじんシリシリ(ごま入り)	レトルトまぐろ油漬け	7
	にんじん	56
	すりごま	4.2
	サラダ油	1.4
	みりん	0.84
	しょうゆ(こいくち)	3.22

献立名	材料名	量(g)

献立名	材料名	量(g)