

No.	①	②	主食	直送	副食							カップ①	カップ②	角仕切皿	カレー皿	はし	スプーン	フォーク	角型二重保温食缶 140	角型二重保温食缶 140	角型二重保温食缶 100	角型二重保温食缶 100	角型二重保温食缶 70	牛乳箱	ジャム バター入れ	ソース ポット	しゃもじ	お玉	お玉	歯付きお玉	ソースレードル	トング	トング	スプーン	
					○揚げ物 ◎煮物 ×和え物 △焼き物 □蒸し物																														
					汁物	主菜	副菜	果物	ジャム ふりかけ等	直送	①																								②
11	⑪		ごはん		みそ汁	◎ トンカツ	○ しょうがあえ	×		ソース	発酵乳	●	●	●			●	●	●	●	●	●		●	●		●	●							
	⑫		ごはん	牛乳	豚汁	◎ さわらのつけ焼き	△ 五目豆	◎				●	●	●			●	●	●	●	●	●		●	●		●	●							
12	⑬		こぎつねずし	牛乳	沢煮わん	◎ とりたま煮	◎ からしあえ	×		きざみのり		●	●	●			●	●	●	●	●	●		●	●	●		●	●						
	⑭	●	揚げ麵(かた焼きそば)	牛乳	わかめスープ	◎ 具(かた焼きそば)	◎ フルーツのヨーグルトあえ	×				●	●		●	●	●			●	●	●		●	●		●								
13	⑮		ごはん(ビビンバ)	牛乳	ワンタンスープ	◎ 肉そぼろ(ビビンバ)	◎ ナムル(ビビンバ)	×	みかん			●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●		●	●	●		●	●						
	⑯	●	ぶどう入り黒パン	牛乳	ビーンズシチュー	◎	◎ コールスローサラダ	×				●		●			●		●		●			●				●							
14	⑰		ごはん	牛乳	白玉雑煮	◎ 豚肉のしょうが焼き	△ ひじきの炒り煮	◎				●	●	●			●	●	●	●	●	●		●	●	●		●							
	⑱		中華おこわ	牛乳	春雨スープ	◎ とり肉のから揚げ	○ ピリカラ大根	×		チーズ		●	●	●			●	●	●	●	●	●		●	●		●								
15	⑲	●	黒パン	牛乳	白菜スープ	◎ 炒めビーフン	◎ 揚げ大豆	○				●	●	●			●		●	●	●	●			●		●	●							
	⑳		ごはん(豚すき丼)	牛乳	かきたま汁	◎ 具(豚すき丼)	◎ おひたし	×				●	●		●	●	●	●	●	●	●	●		●	●	●		●							
16	㉑		ごはん	牛乳	豚汁	◎ さわらのつけ焼き	△ 五目豆	◎				●	●	●			●	●	●	●	●	●		●	●		●	●							
	㉒		ごはん		みそ汁	◎ トンカツ	○ しょうがあえ	×		ソース	発酵乳	●	●	●			●	●	●	●	●	●	●		●	●		●	●						
17	㉓	●	揚げ麵(かた焼きそば)	牛乳	わかめスープ	◎ 具(かた焼きそば)	◎ フルーツのヨーグルトあえ	×				●		●	●		●		●	●	●	●			●	●		●							
	㉔		こぎつねずし	牛乳	沢煮わん	◎ とりたま煮	◎ からしあえ	×		きざみのり		●	●	●			●	●	●	●	●	●	●		●	●	●		●	●					
18	㉕		ごはん(豚すき丼)	牛乳	かきたま汁	◎ 具(豚すき丼)	◎ おひたし	×				●		●	●	●	●	●	●	●	●	●		●	●	●		●							
	㉖	●	黒パン	牛乳	白菜スープ	◎ 炒めビーフン	◎ 揚げ大豆	○				●	●	●			●		●	●	●	●			●		●	●							
19	㉗		中華おこわ	牛乳	春雨スープ	◎ とり肉のから揚げ	○ ピリカラ大根	×		チーズ		●	●	●			●	●	●	●	●	●		●	●		●								
	㉘		ごはん	牛乳	白玉雑煮	◎ 豚肉のしょうが焼き	△ ひじきの炒り煮	◎				●	●	●			●	●	●	●	●	●		●	●	●		●							
20	㉙	●	ぶどう入り黒パン	牛乳	ビーンズシチュー	◎	◎ コールスローサラダ	×				●		●			●		●		●			●				●							
	㉚		ごはん(ビビンバ)	牛乳	ワンタンスープ	◎ 肉そぼろ(ビビンバ)	◎ ナムル(ビビンバ)	×	みかん			●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●		●	●	●		●	●					

横須賀市中学校給食想定献立(詳細)

	⑪	⑫	⑬	⑭	⑮	⑯	⑰	⑱	⑲	⑳	
献立名	ごはん	こぎつねずし	ビビンバ(ごはん)	ごはん	黒パン	ごはん	かた焼きそば(めん)	豚すき丼(ごはん)	中華おこわ	ぶどう入り黒パン	
	みそ汁	きざみのり	ビビンバ(肉)	牛乳	牛乳	牛乳	かた焼きそば(具)	豚すき丼(具)	牛乳	牛乳	
	トンカツ	牛乳	ビビンバ(野菜)	白玉雑煮	白菜スープ	豚汁	牛乳	牛乳	春雨スープ	ピーンズシチュー	
	ソース	沢煮わん	牛乳	豚肉のしょうが焼き	炒めビーフン	さわらのつけ焼き	わかめスープ	かきたま汁	とり肉のから揚げ	コールスローサラダ	
	しょうがあえ	とりたま煮	ワンタンスープ	ひじきの炒り煮	揚げ大豆	五目豆	フルーツのヨーグルトあえ	おひたし	ピリカラ大根		
発酵乳	からしあえ	みかん						チーズ			
材料名	米 95	米 80	米 100	米 95	黒パン 70	米 95	蒸し麺 60	米 100	米 45	ぶどう入り黒パン 70	
	麦 10	麦 10	麦 10	麦 10		麦 10	油 19.5	麦 10	もち米 45		
	酒 1.3	酒 1.3	酒 1.3	酒 1.3	牛乳 206	酒 1.3	豚肉 38	酒 1.3	酒 1	牛乳 206	
	水	水	水	水		水	人参 15	水	水		
		さとう 2.3	豚ひき肉 65		人参 7	玉ねぎ 13	牛乳 206	もやし 53	豚肉 40	しょうが 0.7	豚肉 30
	人参 12	塩 0.5	長ねぎ 6	牛乳 206	白菜 45		白菜 75	しらたき 40	人参 13	大福豆(ボイル) 30	
	大根 30	酢 8	しょうが 0.5		ベーコン 3	豚肉 20	干し椎茸 0.8	塩 0.4	干し椎茸 0.7	じゃがいも 60	
	冷凍豆腐 30	人参 9	にんにく 0.1	鶏肉 26	人参 16	ほうれん草 20	人参 10	うずら卵水煮缶 2.4	人参 15	たけのこ 13	玉ねぎ 60
	かつお節 1.5	冷凍油揚げ 16	しょうゆ 1	人参 16	塩 46	塩 0.3	じゃがいも 30	塩 1.5	長ねぎ 25	ごま油 1.7	油 0.8
	白みそ 10	さとう 3	酒 1	大根 46	小松菜 13	濃縮スープ(ボーク) 7	大根 25	グリーンピース 5	白菜 60	さとう 0.9	小麦粉 4.8
	水 150	しょうゆ 3.5	油 0.7	小松菜 13	塩 0.3	塩 0.8	長ねぎ 20	濃縮スープ(ボーク) 3	油 1.5	塩 0.4	油 1.8
		かつお節 1.3	さとう 1.3	塩 0.3	塩 0.8	長ねぎ 20	濃縮スープ(ボーク) 3	油 1.5	塩 0.4	塩 0.4	油 1.8
	トンカツ 90	水 26	しょうゆ 2	白玉もち 26	こしょう 0.039	木綿豆腐 25	さとう 0.75	さとう 4	しょうゆ 3.5	バター 1.8	
	油 16.8	白ごま 2	赤みそ 1	かつお節 2	しょうゆ 2	しょうゆ 2	かつお節 1.5	塩 1.2	しょうゆ 10	酒 1	濃縮スープ(ボーク) 6
	赤みそ 6	のり 0.7	一味とうがらし 0.065	塩 0.9	水 140	水 140	白みそ 10	こしょう 0.06	酒 1	グリーンピース 4	塩 1
	みりん 2.4		もやし 45	しょうゆ 2.2			水 120	しょうゆ 6			こしょう 0.04
	さとう 2.2	牛乳 206	人参 10	水 140	ビーフン 30			酢 2.7	牛乳 206	牛乳 206	脱脂粉乳 10
	しょうゆ 1.4		塩 0.6		豚肉 24	豚肉 24	さくら 60	片栗粉 7.5			ベイリーフ 0.01
	トマトケチャップ 1.4	豚肉 15	小松菜 26	豚肉 60	人参 10	しょうゆ 3	水 90	水 90	人参 10	緑豆春雨 8	水 120
	中濃ソース 1.4	人参 10	塩 0.3	しょうが 2	たけのこ 5	赤みそ 2			玉ねぎ 25	ベーコン 5	
	水 1.4	大根 26	しょうゆ 3	しょうゆ 4	干し椎茸 0.8	玉ねぎ 20	さとう 0.3	牛乳 206	木綿豆腐 30	人参 10	キャベツ 50
		長ねぎ 13	ごま油 0.4		玉ねぎ 20				卵 25	キャベツ 35	人参 4
	キャベツ 30	白菜 26	白ごま 1.3	ひじき 3.9	もやし 25	キャベツ 35	大豆 10	鶏肉 18	ほうれん草 15	玉ねぎ 20	塩 0.6
	もやし 20	干し椎茸 0.7		人参 13	キャベツ 35	大豆 10	人参 12	人参 12	塩 0.3	ほうれん草 20	きゅうり 10
	しょうが 0.8	小松菜 20	牛乳 206	さつま揚げ 20	油 1.2	人参 7	長ねぎ 24	かつお節 1.8	塩 0.3	塩 0.3	塩 0.6
	塩 0.6	塩 0.3		つきこんにやく 26	塩 0.9	こんにやく 20	わかめ 1.4	塩 1	濃縮スープ(チキン) 7.5	塩 0.3	
	ほうれん草 15	かつお節 2	ウェーブワンタン 10	塩 0.3	こしょう 0.04	塩 0.3	木綿豆腐 20	しょうゆ 2	塩 0.7	酢 1.8	
	塩 0.3	塩 0.7	鶏肉 13	油 1.3	しょうゆ 4	昆布 1	濃縮スープ(チキン) 5	片栗粉 2.3	しょうゆ 2.4	こしょう 0.03	
	しょうゆ 3	しょうゆ 4	人参 7	さとう 3.3		さとう 6	塩 0.6	水 140	水 135	サラダ油 2.4	
		みりん 1	キャベツ 50	しょうゆ 3.9	大豆(ボイル) 40	しょうゆ 3	しょうゆ 2				
	発酵乳(ジョア) 133	水 130	ほうれん草 20		片栗粉 4		水 130		キャベツ 55	鶏肉 60	
			塩 0.3		油 7.8				もやし 25	塩 0.5	
		鶏肉 40	濃縮スープ(チキン) 6.5		塩 0.2				甘夏みかん缶 36	塩 0.8	こしょう 0.03
		うずら卵水煮缶 35	塩 0.9						りんご缶 24	しょうゆ 4	片栗粉 8
		しょうが 0.5	こしょう 0.039						黄桃缶 18		油 10
		さとう 2	しょうゆ 2.6						プレーンヨーグルト 60		
		しょうゆ 3	水 140						さとう 3.6		
										大根 60	
										塩 0.6	
		白菜 80	みかん 100							しょうゆ 3.3	
	塩 0.8								酢 2.8		
	ほうれん草 25								さとう 1.7		
	塩 0.3								ごま油 0.15		
	しょうゆ 3.5								一味とうがらし 0.013		
	からし粉 0.12										
									ビビピチーズ(鉄) 10		