

令和4年4月分学校給食基準献立予定表(詳細版)

※ 分量(g)は中学年の1人分です。  
 ※ 学校行事等により献立を変更したり、お休みしたりすることがありますのでご了承ください。

	13(水)	12(火)	15(金)	14(木)	19(火)	20(水)	21(木)	18(月)	22(金)	26(火)	25(月)	28(木)
A	13(水)	12(火)	15(金)	14(木)	19(火)	20(水)	21(木)	18(月)	22(金)	26(火)	25(月)	28(木)
B	13(水)	12(火)	15(金)	14(木)	20(水)	21(木)	22(金)	18(月)	19(火)	20(水)	27(水)	25(月)
C	15(金)	14(木)	12(火)	13(水)	21(木)	22(金)	18(月)	19(火)	20(水)	26(火)	27(水)	25(月)
D	14(木)	15(金)	13(水)	12(火)	22(金)	18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	25(月)	28(木)	26(火)
E	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)	18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)	25(月)	26(火)	27(水)
献立名	カレーライス	ツナそぼろごはん	黒パン	ソース焼きそば	チーズパン	ごはん	ソフトフランス	麦ごはん	たきこみごはん	こぎつねずし	ごはん	ぶどうパン
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	発酵乳	牛乳
	わかめサラダ	ワンタンスープ	揚げじゃがいものそぼろ煮	大豆の和風揚げ	はやし煮	生揚げと野菜のそぼろ煮	マカロニグラタン	豚肉のみそ炒め	いわしのたつた揚げ	とりたま煮	あじのたれカツ	コーンチャウダー
			みそドレッシングサラダ	ミックスフルーツ	キャベツのサラダ	おひたし	野菜スープ	中華風おひたし	ごまあえ	いそあえ	豚汁	コールスローサラダ
						味付けおかか	ジャム					
材料名	米 70	米(委託炊飯) 80	黒パン 50	蒸し麺 45	チーズパンB 50	米(委託炊飯) 80	ソフトフランス 50	米 70	米 62	米 65	米(委託炊飯) 80	ぶどうパン 50
	麦 10	ツナ 55		豚肉 30				麦 10	麦 8	麦 5		
	油 0.3	凍り豆腐 4	牛乳 206	人参 10	牛乳 206	牛乳 206	牛乳 206	油 0.3	酒 0.8	酒 0.8	発酵乳(ジョア) 133.4	牛乳 206
	酒 1	人参 15		玉ねぎ 30				酒 1	水	水		
	水	しょうが 0.7	じゃがいも 140	もやし 20	豚肉 40	冷凍生揚げ 50	鶏肉 30		鶏肉 15	さとう 1.8	あじ 35	豚肉 20
	豚肉 40	しょうゆ 3.9	油 35	キャベツ 50	人参 12	さとう 2	マカロニ 20	牛乳 206	人参 10	塩 0.7	塩 0.1	人参 15
	人参 15	さとう 2.6	豚ひき肉 30	油 2	玉ねぎ 40	しょうゆ 3	塩 0.4		たけのこ 5	酢 6	こししょう 0.03	じゃがいも 50
	じゃがいも 40	酒 1.5	さとう 4.5	塩 0.6	じゃがいも 70	豚ひき肉 25	人参 5	豚肉 60	干し椎茸 0.6	人参 7	小麦粉 3	玉ねぎ 30
	玉ねぎ 50	みりん 0.8	しょうゆ 4.5	こしょう 0.04	油 1	人参 15	玉ねぎ 40	玉ねぎ 40	さとう 0.7	冷凍油揚げ 15	小麦粉 3.5	油 0.7
	にんにく 0.1		酒 0.5	ウスターソース 3.5	グリーンピース 3	玉ねぎ 35	マッシュルーム 3	しょうが 0.5	さとう 5	さとう 3	水 5	クリームコーン 50
	しょうが 0.2	牛乳 206	片栗粉 1	中濃ソース 3.5	小麦粉 3	じゃがいも 60	油 0.7	にんにく 0.1	塩 0.2	しょうゆ 3.5	パン粉 9	小麦粉 3
	油 1		水		油 2	油 1.2	小麦粉 4		水	かつお節 1	油 35	油 1.3
	小麦粉 6	ウエーブワンタン 7		牛乳 206	濃縮スープ(ポーク) 3	グリーンピース 3	油 2	トック 15	グリーンピース 3	水 20	しょうゆ 2.8	バター 1.2
	油 6	鶏肉 20	キャベツ 35		トマトケチャップ 12	さとう 3.5	バター 2	酒 1.2		白ごま 1.7	さとう 2.3	濃縮スープ(ポーク) 5
	カレー粉 1	人参 5	人参 5	大豆(ポイル) 50	中濃ソース 3.5	しょうゆ 5	調理用牛乳 30	さとう 3	牛乳 206		酒 1.1	塩 0.75
	濃縮スープ(ポーク) 2	玉ねぎ 40	もやし 20	片栗粉 5	さとう 0.5		脱脂粉乳 5	赤みそ 4.2	牛乳 206		みりん 0.5	こしょう 0.04
	塩 0.75	キャベツ 30	小松菜 15	油 35	塩 0.75	キャベツ 50	濃縮スープ(チキン) 2	しょうゆ 1.8	いわし 40		水 1.2	脱脂粉乳 12
	トマトケチャップ 2	小松菜 15	白みそ 3.6	塩 0.13	こしょう 0.03	人参 5	塩 0.75	豆板醤 0.12	しょうゆ 2	鶏肉 55		ベイリーフ 0.01
	ウスターソース 2.5	濃縮スープ(チキン) 5	さとう 2	青のり 0.1	ナツメグ 0.01	小松菜 15	こしょう 0.04	片栗粉 0.4	しょうが 0.6	うずら卵水煮 40	豚肉 25	水 100
	しょうゆ 1.6	塩 0.8	サラダ油 1.2	赤ワイン 1	赤ワイン 1	しょうゆ 3	水 30	水 1.2	酒 1	こんにやく 20	人参 20	
	ベイリーフ 0.01	こしょう 0.03	酢 2	みかん缶 20	ベイリーフ 0.01		とろけるチーズ 10		片栗粉 10	しょうが 0.6	じゃがいも 20	キャベツ 50
	水 80	しょうゆ 2	ごま油 0.4	りんご缶 20	水 60	味付けおかか 4	パン粉 1	キャベツ 45	油 35	さとう 3	大根 20	人参 5
		水 130	白ごま 0.8	ぶどうアイスゼリー 40	かんづめの汁 30	キャベツ 40		人参 5	しょうゆ 4	しょうゆ 4	玉ねぎ 20	塩 0.27
	牛乳 206					ホールコーン 20		小松菜 15	キャベツ 45	えのき 3	酢 1.4	
						しょうゆ 1.3		からし粉 0.1	もやし 20	キャベツ 45	冷凍油揚げ 7	こしょう 0.03
	わかめ 1							キャベツ 20	ごま油 2.8	白ごま 5	小松菜 12	サラダ油 1.8
	キャベツ 45							塩 0.09	しょうゆ 2.8	さとう 2.2	小松菜 20	かつお節 1.5
	人参 5							酢 0.6	豚肉 10	酢 0.5	しょうゆ 2.8	白みそ 10
	しょうゆ 3							ごま油 0.7	小松菜 10		のり 0.5	水 120
	サラダ油 2								濃縮スープ(ポーク) 5			
									塩 0.75			
									こしょう 0.03			
									しょうゆ 1.5			
									水 130			
									りんごジャム 15			
エネルギー	640kcal	667kcal	604kcal	613kcal	593kcal	639kcal	662kcal	604kcal	570kcal	651kcal	612kcal	600kcal
FASEER	22.7g	29.7g	24.2g	26.8g	27.3g	26.3g	31.1g	26.4g	24.5g	31.8g	27.2g	25.3g

