横須賀市

令和5年8月・9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。

A	29（火）	1（金）	31（木）	30（水）	5（火）	7（木）	4（月）	8（金）	6（水）	12（火）	13（水）	14（木）
B	29（火）	1（金）	31（木）	30（水）	6（水）	7（木）	5（火）	4（月）	8（金）	13（水）	14（木）	15（金）
C	30（水）	31（木）	1（金）	29（火）	4（月）	6（水）	8（金）	5（火）	7（木）	14（木）	15（金）	11（月）
D	1（金）	29（火）	30（水）	31（木）	4（月）	8（金）	7（木）	6（水）	5（火）	15（金）	11（月）	12（火）
E	29（火）	30（水）	31（木）	1（金）	4（月）	5（火）	6（水）	7（木）	8（金）	11（月）	12（火）	13（水）
献立名	カレーライス(麦ごはん)	ぶどうパン	ミートボールスパゲッティ(めん)	ごはん	麦ごはん	カレー焼きそば	食パン	ツナそぼろごはん(ごはん)	こぎつねごはん	豚すき丼(麦ごはん)	ガーリックライス	黒パン
	カレーライス(ソース)	牛乳	ミートボールスパゲッティ(ソース)	牛乳	牛乳	牛乳	発酵乳	ツナそぼろごはん(具)	牛乳	豚すき丼(具)	牛乳	牛乳
	牛乳	しいらのスパイス揚げ	牛乳	とり肉と凍り豆腐の揚げ煮	とり肉のごまみそ炒め	揚げ大豆	メキシカンソース	牛乳	とり肉とうずら卵のてり煮	牛乳	フェイジョアーダ	マカロニグラタン
	わかめサラダ	ABCスープ	もやしのサラダ	沢煮わん	いそナムル	ミックスフルーツ	ビーフンスープ	みそワンタン	中華あえ	からしあえ	コールスローサラダ	春雨サラダ
材料名	米 70	ぶどうパン 50	スパゲッティ 60	米（委託炊飯） 80	米 70	蒸し麺 45	食パン 60	米（委託炊飯） 80	米 62	米 70	米 70	黒パン 50
	麦 10		塩 1.2		麦 10	豚肉 40		ツナ 55	麦 8	麦 10	麦 10	
	油 0.3	牛乳 206	サラダ油 3	牛乳 206	油 0.3	人参 10	発酵乳 133.4	凍り豆腐 4	酒 0.8	油 0.3	にんにく 0.1	牛乳 206
	酒 1		豚ひき肉 30		酒 1	玉ねぎ 30		人参 8	水	酒 1	油 0.5	
	水	しいら 60	人参 10	鶏肉 40	水	もやし 20	豚ひき肉 55	しょうが 0.7	豚肉 10	水	酒 1	鶏肉 30
	豚肉 40	塩 0.45	玉ねぎ 50	しょうゆ 0.7		キャベツ 30	玉ねぎ 40	しょうゆ 3.9	冷凍油揚げ 14	豚肉 40	水	マカロニ 20
	人参 15	こしょう 0.03	油 1	しょうが 0.5	牛乳 206	油 2	人参 10	さとう 2.6	人参 10	凍り豆腐 6		塩 0.4
	じゃがいも 40	にんにく 0.03	肉団子 30	酒 0.5		カレー粉 0.4	ホールコーン 15	酒 1.5	しょうゆ 5	しらたき 20	牛乳 206	人参 10
	玉ねぎ 50	白ワイン 1	グリンピース 3	片栗粉 7	鶏肉 60	塩 0.7	マッシュルーム 3	みりん 0.8	塩 0.2	人参 12		玉ねぎ 40
	にんにく 0.1	ナツメグ 0.03	トマトケチャップ 14	凍り豆腐 7	人参 10	ウスターソース 5	にんにく 0.07		さとう 0.8	長ねぎ 10	金時豆（ボイル） 30	ほうれん草 5
	しょうが 0.2	からし粉 0.5	トマトピューレ 14	片栗粉 8.4	玉ねぎ 20		油 0.8	牛乳 206	水	白菜 50	豚肉 20	油 0.7
	油 1	小麦粉 6	中濃ソース 8	油 35	キャベツ 30	牛乳 206	グリンピース 3		白ごま 1	油 1.2	ウインナーソーセージ（鶏） 15	乾燥パセリ 0.05
	油 6	油 35	さとう 1	長ねぎ 5	小松菜 10		濃縮スープ（ポーク） 3	ウェーブワンタン 7		さとう 3.4	ベーコン 5	油 2
	小麦粉 6		塩 0.3	油 0.1	しょうが 0.5	大豆（ボイル） 30	ナツメグ 0.01	豚肉 15	牛乳 206	しょうゆ 8	玉ねぎ 25	バター 2
	カレー粉 1	アルファベットマカロニ 6	こしょう 0.03	しょうゆ 4	にんにく 0.1	片栗粉 3	ローリエ 0.01	人参 10		酒 1	人参 10	小麦粉 4
	濃縮スープ（ポーク） 2	鶏肉 15	ナツメグ 0.01	さとう 3	油 1	油 35	トマトケチャップ 15	キャベツ 25	鶏肉 65		にんにく 0.04	調理用牛乳 30
	塩 0.75	人参 10	ローリエ 0.02	みりん 1	トック 15	塩 0.13	チリパウダー 0.06	もやし 30	こんにゃく 20	牛乳 206	油 0.8	脱脂粉乳 5
	トマトケチャップ 2	玉ねぎ 30	水 60	一味とうがらし 0.01	酒 1.2		一味とうがらし 0.02	にんにく 0.2	うずら卵水煮 35		濃縮スープ（ポーク） 3	濃縮スープ（チキン） 2
	ウスターソース 2.5	じゃがいも 25	米粉 6	水 4	さとう 6	みかん缶 25	塩 0.13	しょうが 0.2	しょうが 1	キャベツ 30	ローリエ 0.01	塩 0.75
	しょうゆ 1.6	キャベツ 20	水	白ごま 1	赤みそ 4	りんご缶 30	こしょう 0.01	油 0.5	酒 1	もやし 20	トマトケチャップ 10	こしょう 0.04
	ローリエ 0.01	ホールコーン 10			しょうゆ 2	パイン缶 15	さとう 0.6	小松菜 10	みりん 3	小松菜 15	中濃ソース 3	水 40
	水 80	塩 0.9	牛乳 206	豚肉 20	白ごま 1.2	かんづめの汁 30	しょうゆ 0.6	濃縮スープ（ポーク） 5	しょうゆ 4	しょうゆ 2.6	塩 0.3	とろけるチーズ 10
		こしょう 0.03		人参 10	豆板醤 0.12		水 20	しょうゆ 1.5	三温糖 3	からし粉 0.1	こしょう 0.01	パン粉 1
	牛乳 206	乾燥パセリ 0.03	もやし 35	大根 20	片栗粉 1		米粉 3	酒 1	水		水 40	
		濃縮スープ（チキン） 5	きゅうり 7	白菜 25	水 3		水	赤みそ 7	一味とうがらし 0.01			緑豆春雨 5
	わかめ 1	水 130	ホールコーン 10	干し椎茸 0.5				水 120			キャベツ 50	人参 5
	キャベツ 45		しょうゆ 2.4	ほうれん草 15	もやし 45		ビーフン 8	ごま油 0.5	キャベツ 50		人参 5	キャベツ 40
	人参 5		酢 1.6	かつお節 1.5	きゅうり 7		鶏肉 20		人参 5		塩 0.27	さとう 0.5
	しょうゆ 3		さとう 0.2	塩 0.6	ごま油 0.28		人参 5		ホールコーン 15		酢 1.4	しょうゆ 2.5
	サラダ油 2		白ごま 1	しょうゆ 3	塩 0.3		もやし 20		しょうゆ 2.7		こしょう 0.03	酢 3
				みりん 1	のり 0.4		ほうれん草 10		酢 3.2		サラダ油 1.8	ごま油 0.5
				水 120			濃縮スープ（チキン） 5		さとう 1.6			からし粉 0.1
							塩 1		ごま油 1			サラダ油 2
							こしょう 0.03					
							水 130					
エネルギー	640kcal	580kcal	578kcal	667kcal	611kcal	561kcal	581kcal	674kcal	685kcal	560kcal	604kcal	672kcal
たんぱく質	22.7g	32.7g	28.1g	28.5g	26.5g	25.9g	32.2g	29.9g	34.9g	25.0g	22.8g	28.9g

横須賀市

令和5年8月・9月分学校給食基準献立予定表（詳細版）

A	15（金）	11（月）	19（火）	21（木）	22（金）	20（水）	26（火）	27（水）	28（木）	29（金）	25（月）	
B	11（月）	12（火）	19（火）	21（木）	22（金）	20（水）	27（水）	28（木）	29（金）	25（月）	26（火）	
C	12（火）	13（水）	20（水）	22（金）	19（火）	21（木）	28（木）	29（金）	25（月）	26（火）	27（水）	
D	13（水）	14（木）	21（木）	19（火）	20（水）	22（金）	29（金）	25（月）	26（火）	27（水）	28（木）	
E	14（木）	15（金）	19（火）	20（水）	21（木）	22（金）	25（月）	26（火）	27（水）	28（木）	29（金）	
献立名	ホキのたれカツ丼(ごはん)	チーズパン	ガパオライス(麦ごはん)	黒パン	ごはん	煮こみうどん	ぶどうパン	ふきよせおこわ	ごはん	コッペパン	あんかけごはん(麦ごはん)	
	ホキのたれカツ丼(具)	牛乳	ガパオライス(具)	牛乳	牛乳	牛乳	発酵乳	牛乳	牛乳	牛乳	あんかけごはん(具)	
	牛乳	コロコロチキンソテー	牛乳	とり肉とじゃがいものケチャップあえ	タッカルビ	しいらとじゃがいものから揚げ	コーンチャウダー	いわしのかば焼き	生揚げと野菜のそぼろ煮	ドライカレー	牛乳	
	みそ汁	野菜スープ	野菜サラダ	いろどりスープ	中華スープ	タルト	フレンチサラダ	ごまあえ	おひたし	キャラメルポテト	あべかわだんご	
		ヨーグルト	チーズ									
材料名	米（委託炊飯） 80	チーズパンB 50	米 70	黒パン 50	米（委託炊飯） 80	干しうどん 40	ぶどうパン 50	米 30	米（委託炊飯） 80	コッペパン 50	米 70	
	ホキ 60		麦 10			豚肉 15		麦 5			麦 10	
	塩 0.1	牛乳 206	油 0.3	牛乳 216	牛乳 206	冷凍油揚げ 4	プルーン発酵乳 213	もち米 35	牛乳 206	牛乳 206	油 0.3	
	こしょう 0.02		酒 1			人参 10		酒 0.8			酒 1	
	小麦粉 4	鶏肉 70	水	鶏肉 50	鶏肉 40	玉ねぎ 40	豚肉 15	水	冷凍生揚げ 50	豚ひき肉 45	水	
	小麦粉 4	塩 0.6	豚ひき肉 45	塩 0.1	キャベツ 30	小松菜 20	人参 15	さつまいも 10	さとう 2	大豆ミート 6.5	豚肉 35	
	水 18	こしょう 0.01	大豆ミート 6.5	こしょう 0.03	人参 10	かつお節 1.8	じゃがいも 50	人参 5	しょうゆ 3	人参 15	人参 12	
	パン粉 7	ナツメグ 0.01	玉ねぎ 30	片栗粉 5	玉ねぎ 20	さとう 0.3	玉ねぎ 30	しめじ 5	豚ひき肉 30	玉ねぎ 50	白菜 60	
	大豆フレーク 7	にんにく 0.03	ピーマン 5	じゃがいも 65	さつまいも 25	塩 0.5	ベーコン 2	冷凍油揚げ 5	人参 15	キャベツ 35	長ねぎ 5	
	油 35	チリパウダー 0.01	にんにく 0.5	油 35	トック 25	しょうゆ 6	油 0.7	枝豆 5	玉ねぎ 35	油 0.7	しょうが 0.5	
	しょうゆ 5	カレー粉 0.01	油 1	玉ねぎ 30	油 1	水 120	クリームコーン 50	しょうゆ 2	じゃがいも 60	グリンピース 3	油 1	
	さとう 4	乾燥パセリ 0.01	しょうゆ 3	油 0.5	しょうが 0.6		油 1.3	塩 0.3	油 1.2	カレー粉 0.4	干し椎茸 0.5	
	酒 2	白ワイン 1	オイスターソース 1.5	トマトケチャップ 9.5	にんにく 0.2	牛乳 206	バター 1.2	かつお節 0.5	グリンピース 3	ウスターソース 3	小松菜 20	
	みりん 1		酒 0.5	中濃ソース 2.9	酒 1.5		小麦粉 3	水	さとう 3.5	ナツメグ 0.01	かつお節 1	
	水 2	人参 10	みりん 0.5	さとう 1.9	さとう 2.8	しいら 50	濃縮スープ（ポーク） 5		しょうゆ 5	塩 0.75	水 20	
		玉ねぎ 20	さとう 0.3		赤みそ 4.5	しょうゆ 2.7	塩 0.75	牛乳 206		米粉 2.5	塩 0.5	
	牛乳 206	キャベツ 30	豆板醤 0.2	ベーコン 2	しょうゆ 2	しょうが 0.8	こしょう 0.04		キャベツ 50	水	しょうゆ 3.2	
		干し椎茸 0.5	塩 0.3	人参 10	豆板醤 0.15	酒 0.8	脱脂粉乳 12	いわし 33.3	小松菜 15		さとう 0.3	
	豚肉 20	ウインナーソーセージ（鉄） 2	こしょう 0.01	キャベツ 15	ごま油 0.3	片栗粉 12	ローリエ 0.01	小麦粉 5	しょうゆ 2.8	さつまいも 80	オイスターソース 0.5	
	人参 10	ほうれん草 15	乾燥バジル 0.06	小松菜 10		じゃがいも 80	水 100	油 35		油 35	片栗粉 3.5	
	玉ねぎ 30	濃縮スープ（ポーク） 5		ホールコーン 10	白菜 15	油 35		さとう 4.5		三温糖 6	水	
	キャベツ 20	塩 0.8	牛乳 206	わかめ 0.3	人参 10	塩 0.08	キャベツ 45	しょうゆ 3.3		水		
	小松菜 10	こしょう 0.03		濃縮スープ（ポーク） 5	小松菜 10		人参 5	水		バター 2	牛乳 206	
	かつお節 1.5	しょうゆ 1.5	キャベツ 40	しょうゆ 1	濃縮スープ（ポーク） 5	りんごのタルト（鉄） 35	きゅうり 5					
	白みそ 10	水 130	人参 5	塩 0.9	塩 0.75		さとう 0.5	キャベツ 35			白玉もち 30	
	水 140		ほうれん草 10	片栗粉 1.7	こしょう 0.03		塩 0.27	もやし 20			きなこ 5	
		ヨーグルト（鉄） 80	塩 0.27	水 140	しょうゆ 2		酢 1.7	ほうれん草 10			さとう 5	
			酢 1.4		水 130		こしょう 0.03	白ごま 2.8			塩 0.07	
			こしょう 0.01		ごま油 0.1		からし粉 0.1	さとう 2.2				
			サラダ油 2.8				サラダ油 1.8	しょうゆ 2.8				
			ベビーチーズ（鉄） 14									
エネルギー	678kcal	583kcal	617kcal	602kcal	610kcal	612kcal	635kcal	561kcal	634kcal	637kcal	607kcal	
たんぱく質	32.4g	33.3g	26.9g	26.7g	22.8g	28.7g	24.1g	22.4g	26.1g	27.4g	22.9g	