

北部中学校

12月1日			12月2日			12月3日			12月4日			12月5日		
月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日		
牛乳 キンパ風混ぜご飯 ポラフライのチリソースがけ トックスープ			牛乳 鶏ごぼうご飯 韓国風肉じゃが キャベツのみそ汁 ヨーグルト			牛乳 小松菜ご飯 タラののみりんだれ ゆかり和え さつま芋のみそ汁			牛乳 ココア揚げパン コールスローサラダ 塩豚とじゃが芋のスープ			牛乳 豚の柳川井 キャベツのおかか和え ごまみそ汁		
食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考
牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206	
米	88		米	93		米	98		コッペパン	70		米	98	
強化米	0.3		強化米	0.3		強化米	0.3		水	35		強化米	0.3	
麦	2.5		しょうゆ	1		水	117.6		揚げ油	7		水	117.6	
がらだきポーク	2.5		水	110.6		ちりめんじゃこ	5		スキムミルク	8		豚肉	30	
水	106.4		鶏肉	15		小松菜	20		ココア	1.5		玉ねぎ	35	
豚肉	10		ごぼう	8		ごま油	1		グラニュー糖	8		ごぼう	20	
にんにく	0.1		サラダ油	1		しょうゆ	0.8		パン袋	10		白滝	10	
人参	8		砂糖	2.5		塩	0.4					わけねぎ	5	
たくあん	6		酒	1		白ごま	1		キャベツ	48		サラダ油	1	
キムチ	6		本みりん	1					コーン	20		酒	2	
小松菜	8		しょうゆ	3		タラ切身澱粉付	50		きゅうり	12		三温糖	2.8	
ごま油	1		塩	0.3		揚げ油	6		ツナ	7		しょうゆ	7	
中華スープストック	0.2		さやいんげん	5		本みりん	7		ノンエッグマヨ	5		塩	0.4	
しょうゆ	1.2					しょうゆ	7		酢	1		本みりん	3	
コチジャン	1.2		豚肉	25		白ごま	1.5		砂糖	0.2		だし汁	25	
砂糖	1.3		コチジャン	0.25					塩	0.3		卵	40	
酒	0.9		にんにく	0.3		キャベツ	40		こしょう	0.02				
塩	0.08		じゃがいも	75		人参	6					キャベツ	60	
白ごま	1.2		人参	15		もやし	22		豚肉	27		人参	12	
韓国風のり	1.4		玉ねぎ	25		きゅうり	12		酒	2		えのきたけ	10	
			白滝	10		うすくちしょうゆ	1		塩	0.3		系かまぼこ	8	
ポラフライ	50		にら	5		ゆかりご飯の素	1.3		じゃがいも	35		しょうゆ	4	
揚げ油	8		ごま油	1.5					玉ねぎ	15		本みりん	2	
長ねぎ	8		しょうゆ	4		さつまいも	40		人参	8		かつお節	0.5	
しょうが	0.5		三温糖	1.5		玉ねぎ	15		小松菜	8				
にんにく	0.3		本みりん	3		人参	8		長ねぎ	8		鶏肉	10	
トウバンジャン	0.08		酒	2		木綿豆腐	20		がらだきポーク	5		酒	1	
ごま油	1		中華スープストック	0.4		油揚げ	6		水	140		木綿豆腐	20	
ケチャップ	11		水	8		わけねぎ	7		うすくちしょうゆ	3		人参	8	
砂糖	1					鰹だしパック	2		しょうゆ	1.3		大根	10	
酒	1		木綿豆腐	20		水	140		塩	0.36		じゃがいも	30	
しょうゆ	1		油揚げ	8		麦みそ	6		黒こしょう	0.02		こんにゃく	10	
水	1		キャベツ	40		白みそ	6.5					小松菜	8	
			えのきたけ	8								長ねぎ	8	
鶏肉	10		小松菜	10								サラダ油	1	
人参	12		鰹だしパック	2								鰹だしパック	2	
もやし	30		水	145								水	130	
ぶなしめじ	8		白みそ	12.5								白みそ	12.5	
トック	22											ねりごま(白)	1	
長ねぎ	10		ヨーグルト	70								白すりごま	1.5	
小松菜	10													
がらだきポーク	2.5													
鶏スープ	2.5													
水	145													
しょうゆ	2													
塩	0.6													
こしょう	0.03													

12月 食物アレルギー対応確認用詳細献立表

東深井中学校
北部中学校

12月8日 月曜日			12月9日 火曜日			12月10日 水曜日			12月11日 木曜日			12月12日 金曜日		
牛乳 冬のカレーライス こまつナサラダ フルーツポンチ			牛乳 しょうゆラーメン 鶏肉と白菜の中華炒め チーズ蒸しパン			牛乳 チキンジャンバラヤ もやしとコーンのサラダ クラムチャウダー			牛乳 コーンマヨトースト じゃこサラダ ミネストローネ りんごゼリー			牛乳 ご飯 サバのゆずみそがけ 揚げごぼうの和風サラダ わかめとじゃが芋のみそ汁		
食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考
牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206	
米	97		中華めん	130		米	83		食パン	80		米	100	
麦	3		サラダ油	1		強化米	0.3		水	40		強化米	0.3	
水	114		豚肉	15		麦	1		ホールコーン	15		水	120	
豚肉	30		酒	1		パブリカパウダー	0.1		クリームコーン	13				
赤ワイン	3		なると巻き	8		水	100.8		ノンエッグマヨネーズ	13		サバ	50	
しょうが	0.5		にんにく	0.6		鶏肉	25		パセリ	0.1		しょうが	1	
にんにく	0.5		しょうが	0.6		酒	2		シュレッドチーズ	10		酒	1	
玉ねぎ	50		長ねぎ	15		ウィンナー	6					塩	0.1	
人参	12		もやし	30		しょうが	0.3		キャベツ	40		ゆず果汁	0.5	
蓮根	10		チンゲン菜	15		にんにく	0.3		きゅうり	12		白みそ	2.5	
大根	20		メンマ	4		玉ねぎ	15		人参	10		本みりん	1.2	
じゃがいも	20		サラダ油	1		人参	5		もやし	25		砂糖	1	
ブロッコリー	10		シャンタン	2.5		ひよこ豆	5		ちりめんじゃこ	4		しょうゆ	2.5	
サラダ油	1		鶏スープ	2.5		マッシュルーム	4		サラダ油	1		でん粉	0.6	
水	70		水	130		ピーマン	5		ごま油	0.3		水	8	
とろけるカレーN	12		しょうゆ	3		サラダ油	1		しょうゆ	1				
給食用カレー	3		酒	1.2		ケチャップ	20		酢	1.5		ごぼう	12	
ウスターソース	2		塩	0.2		カレー粉	0.2		塩	0.2		揚げ油	5	
りんごソース	2		こしょう	0.04		チリパウダー	0.05		白ごま	1.5		キャベツ	40	
チャツネ	4		ごま油	0.6		三温糖	0.1					人参	10	
ケチャップ	3					塩	0.25		ベーコン	8		きゅうり	20	
カレー粉	0.25		鶏肉	22		黒こしょう	0.02		白いんげん豆	5		コーン	10	
ガラムマサラ	0.02		酒	1					玉ねぎ	30		サラダ油	2	
ロイヤルマサラ	0.03		にんにく	0.5		もやし	40		セロリ	4		しょうゆ	2	
ターメリック	0.02		しょうが	0.5		コーン	18		人参	8		酢	2.5	
こしょう	0.03		トウバンジャン	0.13		きゅうり	12		白菜	20		塩	0.25	
			厚揚げ	20		人参	8		マッシュルーム	5		白ごま	1.5	
小松菜	20		玉ねぎ	30		ハム	10		トマト	20				
キャベツ	35		白菜	40		ごま油	3		シェルマカロニ	6		わかめ	1	
きゅうり	8		たけのこ	15		しょうゆ	2.8		水	12		水	12	
コーン	15		ピーマン	5		酢	2		オリーブオイル	1		油揚げ	8	
ツナ	8		白ごま	1.5		砂糖	0.6		鶏スープ	5		玉ねぎ	30	
サラダ油	2		サラダ油	1		こしょう	0.03		水	110		じゃがいも	50	
酢	1.2		鶏スープ	2		白ごま	1		トマトジュース	30		えのきたけ	8	
レモン果汁	0.5		しょうゆ	3					しょうゆ	1		鰹だしパック	2	
砂糖	1.2		酒	1		あさり	15		砂糖	0.5		水	130	
しょうゆ	1		砂糖	0.2		白ワイン	0.5		塩	0.8		赤みそ	5	
塩	0.4		塩	0.3		じゃがいも	35		こしょう	0.03		白みそ	7.5	
こしょう	0.02		こしょう	0.03		玉ねぎ	30		パセリ	0.08				
			ごま油	0.5		人参	10							
カクテルゼリー	30		でん粉	1		サラダ油	1		りんごゼリー	50				
寒天	10		水	0.5		パセリ	0.03							
みかん缶	15					バター	6							
バイン缶	15		ホットケーキミックス	50		小麦粉	6							
もも缶	15		牛乳	43		鶏スープ	5							
砂糖	3		バター	1		牛乳	55							
水	30		ダイスチーズ	10		水	77							
			ベーキングトレイ	10		塩	0.4							
						こしょう	0.02							
						生クリーム	1.5							

12月 食物アレルギー対応確認用詳細献立表

東深井中学校

北部中学校

12月15日 月曜日			12月16日 火曜日			12月17日 水曜日			12月18日 木曜日			12月19日 金曜日		
牛乳 キムチビビンバ メンチカツ 水ぎょうざ			牛乳 ツナ大豆ご飯 ねぎすきじゃが かきたまみそ汁 みはやみかん			牛乳 高菜じゃこチャーハン 揚げ春巻き 汁ビーフン			牛乳 ねぎ塩豚丼 アーモンド和え 豆乳みそ汁			牛乳 カレーうどん ししゃもフリッター 南瓜と小豆のマフィン		
食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考	食品名	分量 (g)	備考
牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206	
米	80		米	85		米	92		米	98		冷凍うどん	110	
麦	2		麦	2		強化米	0.3		強化米	0.3		鶏肉	15	
強化米	0.3		強化米	0.3		がらだきポーク	3		水	114		酒	1	
水	90		しょうゆ	1		水	107.4		豚肉	50		しょうが	0.3	
豚肉	25		水	108		豚肉	12		酒	2.5		玉ねぎ	40	
しょうが	0.5		大豆	18		酒	1		にんにく	0.4		人参	5	
にんにく	0.5		ツナ	12		ちりめんじゃこ	5		しょうが	0.4		長ねぎ	10	
トウバンジャン	0.05		人参	10		なると巻き	6		玉ねぎ	40		小松菜	10	
人参	10		さやいんげん	8		高菜漬け	10		人参	10		サラダ油	1.5	
もやし	10		しょうが	0.6		にんにく	0.4		長ねぎ	20		鰹だしパック	3.3	
キムチ	10		水	10		人参	5		わけねぎ	5		水	110	
ほうれん草	10		しょうゆ	3		長ねぎ	10		白ごま	1		とろけるカレーN	10	
サラダ油	1		本みりん	1.23		がらだきポーク	1		サラダ油	1		しょうゆ	3	
白ごま	2		三温糖	2.4		しょうゆ	1		しょうゆ	2		酒	1	
赤みそ	1.5		白ごま	2		砂糖	0.1		酒	1.5		本みりん	1.5	
しょうゆ	1.5					酒	1		本みりん	1.5		カレー粉	0.1	
砂糖	1.5		豚肉	30		塩	0.4		塩	0.7		ロイヤルマサラ	0.02	
酒	1		酒	2		こしょう	0.04		黒こしょう	0.07				
本みりん	1		じゃがいも	80		一味唐辛子	0.04		水	10		ししゃもフリッター	50	
塩	0.3		人参	15					でん粉	0.5		揚げ油	5	
ごま油	1.5		干し椎茸	0.6		春巻き	60		水	1				
			水	1.8		揚げ油	6		ごま油	0.5		小麦粉	18	
メンチカツ	60		白滝	20								ベーキングパウダー	1.2	
揚げ油	7		わけねぎ	5		ビーフン	10		小松菜	20		液卵	10	
中濃ソース	6		サラダ油	1		水	20		人参	10		牛乳	8	
			だし汁	8		鶏肉	15		キャベツ	30		かぼちゃペースト	12	
水ぎょうざ	30		しょうゆ	6		酒	1.5		もやし	30		バター	5	
人参	8		砂糖	2.5		なると巻き	8		アーモンド	3		グラニュー糖	10	
白菜	25		酒	1		干し椎茸	0.6		アーモンド粉	3		ゆで小豆	8	
椎茸	4		本みりん	1		水	1.8		砂糖	1		マフィンカップ	10	
チンゲン菜	15					人参	8		しょうゆ	2.5				
長ねぎ	8		卵	20		キャベツ	25		本みりん	1				
小松菜	8		玉ねぎ	30		もやし	20							
がらだきポーク	2.5		人参	10		長ねぎ	8		鶏肉	12				
鶏スープ	2.5		えのきたけ	8		小松菜	8		油揚げ	8				
水	145		木綿豆腐	28		鶏スープ	5		じゃがいも	25				
しょうが	0.2		わけねぎ	6		水	140		大根	15				
うすくちしょうゆ	3		鰹だしパック	2		しょうゆ	2		人参	10				
しょうゆ	1.5		水	140		塩	0.5		こんにゃく	8				
塩	0.4		白みそ	12.5		こしょう	0.03		小松菜	8				
こしょう	0.03		でん粉	0.5		ごま油	1		長ねぎ	5				
白ごま	1		水	0.5					鰹だしパック	2				
ごま油	0.5								水	125				
			みはやみかん	35					白みそ	12.5				
									調整豆乳	20				

12月 食物アレルギー対応確認用詳細献立表

東深井中学校

北部中学校

[illegible]