

東深井中学校  
北部中学校

月 日			月曜日			9月2日			火曜日			9月3日			水曜日			9月4日			木曜日			9月5日			金曜日		
			牛乳 チキンカレーライス（ご飯とルー 別配缶） こまつナサラダ 和梨ゼリー			牛乳 ご飯 サバのみそ煮 キャベツの即席漬け だまこ汁						牛乳 コッペパン りんごジャム タンドリーチキン 粉ふき芋 トマトの卵スープ						牛乳 ベーコンとツナのトマトスパゲティ アーモンドサラダ 流山みりんマフィン											
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	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		牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206	
			米	97		米	100		コッペパン	70		コッペパン	70		スパゲティ	65		スパゲティ	65		スパゲティ	65		スパゲティ	65		スパゲティ	65	
			強化米	0.3		強化米	0.3		水	35		水	35		水	32		水	32		水	32		水	32		水	32	
			麦	3		水	120								ベーコン	12		ベーコン	12		ベーコン	12		ベーコン	12		ベーコン	12	
			水	120					りんごジャム	15		りんごジャム	15		にんにく	0.5		にんにく	0.5		にんにく	0.5		にんにく	0.5		にんにく	0.5	
			鶏肉	30		サバ	60								オリーブオイル	1		オリーブオイル	1		オリーブオイル	1		オリーブオイル	1		オリーブオイル	1	
			赤ワイン	3		しょうが	1		鶏肉	60		鶏肉	60		ツナ	15		ツナ	15		ツナ	15		ツナ	15		ツナ	15	
			しょうが	0.5		長ねぎ	10		ヨーグルトベースト	6		ヨーグルトベースト	6		玉ねぎ	50		玉ねぎ	50		玉ねぎ	50		玉ねぎ	50		玉ねぎ	50	
			にんにく	0.5		赤みそ	4		にんにく	0.5		にんにく	0.5		ピーマン	10		ピーマン	10		ピーマン	10		ピーマン	10		ピーマン	10	
			玉ねぎ	50		砂糖	2.5		カレー粉	0.3		カレー粉	0.3		エリンギ	10		エリンギ	10		エリンギ	10		エリンギ	10		エリンギ	10	
			人参	20		しょうゆ	2		ケチャップ	5		ケチャップ	5		トマト	25		トマト	25		トマト	25		トマト	25		トマト	25	
			じゃがいも	40		酒	2		ウスターソース	2		ウスターソース	2		ケチャップ	15		ケチャップ	15		ケチャップ	15		ケチャップ	15		ケチャップ	15	
			とろけるカレーN	12		みりん	2								ウスターソース	5		ウスターソース	5		ウスターソース	5		ウスターソース	5		ウスターソース	5	
			給食用カレー	2		水	20		じゃがいも	90		じゃがいも	90		中濃ソース	4		中濃ソース	4		中濃ソース	4		中濃ソース	4		中濃ソース	4	
			サラダ油	1					塩	0.55		塩	0.55		砂糖	0.3		砂糖	0.3		砂糖	0.3		砂糖	0.3		砂糖	0.3	
			ウスターソース	2		キャベツ	65		こしょう	0.03		こしょう	0.03																
			りんごソース	2		きゅうり	15		パセリ	0.03		パセリ	0.03		キャベツ	60		キャベツ	60		キャベツ	60		キャベツ	60		キャベツ	60	
			チャツネ	4		しそ	0.3								コーン	15		コーン	15		コーン	15		コーン	15		コーン	15	
			ケチャップ	3		しょうが	0.5		ベーコン	8		ベーコン	8		人参	10		人参	10		人参	10		人参	10		人参	10	
			スキムミルク	1		塩	0.2		玉ねぎ	20		玉ねぎ	20		きゅうり	5		きゅうり	5		きゅうり	5		きゅうり	5		きゅうり	5	
			こしょう	0.03		しょうゆ	1.5		人参	8		人参	8		アーモンド	3		アーモンド	3		アーモンド	3		アーモンド	3		アーモンド	3	
			ガラマサラ	0.02		しょうゆ	1		キャベツ	20		キャベツ	20		玉ねぎ	2		玉ねぎ	2		玉ねぎ	2		玉ねぎ	2		玉ねぎ	2	
			ロイヤルマサラ	0.03		白ごま	0.5		小松菜	10		小松菜	10		サラダ油	2		サラダ油	2		サラダ油	2		サラダ油	2		サラダ油	2	
			ターメリック	0.01					トマト	20		トマト	20		酢	1.2		酢	1.2		酢	1.2		酢	1.2		酢	1.2	
			カレー粉	0.2		だまこもち	25		卵	25		卵	25		レモン果汁	1		レモン果汁	1		レモン果汁	1		レモン果汁	1		レモン果汁	1	
			水	70		油揚げ	8		トマトピューレ	3		トマトピューレ	3		砂糖	1.2		砂糖	1.2		砂糖	1.2		砂糖	1.2		砂糖	1.2	
						白菜	35		水	130		水	130		塩	0.4		塩	0.4		塩	0.4		塩	0.4		塩	0.4	
			小松菜	25		人参	12		コンソメ	1		コンソメ	1		こしょう	0.03		こしょう	0.03		こしょう	0.03		こしょう	0.03		こしょう	0.03	
			キャベツ	40		ごぼう	5		しょうゆ	1.5		しょうゆ	1.5																
			きゅうり	10		小松菜	10		塩	0.2		塩	0.2		小麦粉	23		小麦粉	23		小麦粉	23		小麦粉	23		小麦粉	23	
			コーン	15		鰹だしパック	2		こしょう	0.02		こしょう	0.02		ベーキングパウダー	1		ベーキングパウダー	1		ベーキングパウダー	1		ベーキングパウダー	1		ベーキングパウダー	1	
			サラダ油	2		水	150		でん粉	1.5		でん粉	1.5		液卵	15		液卵	15		液卵	15		液卵	15		液卵	15	
			酢	1.2		うすくちしょうゆ	2		水	3		水	3		牛乳	8		牛乳	8		牛乳	8		牛乳	8		牛乳	8	
			レモン果汁	0.5		しょうゆ	1.2								バター	6		バター	6		バター	6		バター	6		バター	6	
			砂糖	1.2		塩	0.7								グラニュー糖	10		グラニュー糖	10		グラニュー糖	10		グラニュー糖	10		グラニュー糖	10	
			しょうゆ	1											みりん	10		みりん	10		みりん	10		みりん	10		みりん	10	
			塩	0.4											マフィンカップ	10		マフィンカップ	10		マフィンカップ	10		マフィンカップ	10		マフィンカップ	10	
			こしょう	0.02																									
			和梨ゼリー	50																									

北部中学校

9月8日			9月9日			9月10日			9月11日			9月12日		
月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日		
牛乳 ピリ辛焼き肉丼（ご飯と具 別配缶） コロッケ チンゲン菜のスープ			牛乳 はちみつレモントースト ポークビーンズ 野菜スープ			牛乳 ご飯 サケのみそマヨ焼き 切干大根の煮物 豚汁			牛乳 すき焼き丼（ご飯と具 別配缶） ツナとわかめのサラダ 白菜のみそ汁			牛乳 鶏五目おこわ アジフライ さつまいものみそ汁		
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	95		食パン	80		米	100		米	95		米	60	
強化米	0.3		水	40		強化米	0.3		強化米	0.3		もち米	30	
水	114		マーガリン	3		水	120		水	114		強化米	0.3	
豚肉	45		バター	3					豚肉	45		しょうゆ	1	
こしょう	0.02		グラニュー糖	4		サケ	50		焼き豆腐	35		水	102	
砂糖	2		レモン果汁	4		酒	2		白菜	30		鶏肉	15	
にんにく	0.8		はちみつ	5		ノンエッグマヨネーズ	6		人参	10		酒	1.5	
しょうゆ	4					白みそ	4		白滝	20		油揚げ	5	
酒	3		豚肉	30					玉ねぎ	30		人参	5	
コチジャン	2		赤ワイン	2					長ねぎ	10		ごぼう	7	
トウバンジャン	0.2		大豆	12		切干大根	5		サラダ油	1		たけのこ	7	
玉ねぎ	25		白いんげん豆	10		水	15		三温糖	2.5		干し椎茸	2.5	
人参	12		にんにく	0.3		人参	6		しょうゆ	7		さやいんげん	5	
ぶなしめじ	5		玉ねぎ	45		さやいんげん	8		塩	0.2		サラダ油	1	
わけねぎ	8		人参	25		こんにゃく	10		みりん	2		三温糖	1	
ごま油	1		じゃがいも	33		さつま揚げ	8		だし汁	25		酒	2	
			サラダ油	1		干し椎茸	0.5		でん粉	2		しょうゆ	2.5	
野菜コロッケ	60		さやいんげん	6		サラダ油	1		水	1.5		みりん	1	
揚げ油	5		トマト	15		三温糖	2.2					塩	0.1	
中濃ソース	4		トマトピューレ	5		しょうゆ	4.5		ツナ	12				
			ケチャップ	6.5		みりん	2		カットわかめ	0.6		アジフライ	50	
豚肉	12		中濃ソース	1.8		酒	1		水	7.2		揚げ油	6	
生揚げ	15		塩	0.4		だし汁	10		きゅうり	20		中濃ソース	5	
チンゲン菜	18		砂糖	0.8					キャベツ	35				
もやし	30		こしょう	0.02		豚肉	12		人参	8		木綿豆腐	15	
えのきたけ	6		ローリエ	0.02		サラダ油	1		しょうゆ	2.6		人参	8	
たけのこ	8		パプリカパウダー	0.1		じゃがいも	15		酢	2.6		大根	15	
がらだきポーク	2		オールスパイス	0.03		大根	15		ごま油	2.6		さつまいも	35	
がらだきチキン	2		生クリーム	1		人参	10		白すりごま	1.3		小松菜	10	
塩	0.6					こんにゃく	10					長ねぎ	10	
しょうゆ	2		ベーコン	8		木綿豆腐	20		鶏肉	10		白みそ	6	
こしょう	0.03		玉ねぎ	10		油揚げ	8		白菜	35		赤みそ	6.5	
水	150		人参	10		長ねぎ	5		えのきたけ	5		鰹だしパック	2	
			キャベツ	30		白みそ	6		小松菜	10		水	145	
			小松菜	10		白みそ	6		油揚げ	8				
			じゃがいも	32		鰹だしパック	2		長ねぎ	10				
			しょうゆ	1		水	140		白みそ	13				
			塩	0.8					鰹だしパック	2				
			こしょう	0.03					水	145				
			鶏スープ	5										
			水	140										

# 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

9月15日 月曜日			9月16日 火曜日			9月17日 水曜日			9月18日 木曜日			9月19日 金曜日		
			牛乳 チキンピラフ キャベツメンチカツ 米粉のコーンスープ			牛乳 みそバターラーメン（麺とスープ 別配缶） 枝豆フリッター チャプチェ			牛乳 サンマご飯 肉じゃが 大根のみそ汁			牛乳 ご飯 家郷豆腐 トックスープ ヨーグルト		
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	
			米	85		ラーメン	150		米	85		米	100	
			強化米	0.3		サラダ油	2		強化米	0.3		強化米	0.3	
			鶏スープ	3		豚肉	20		水	102		水	120	
			水	99		酒	1		サンマ短冊澱粉	35				
			鶏肉	15		にんにく	0.8		揚げ油	4		生揚げ	60	
			玉ねぎ	15		しょうが	0.8		しょうが	1.2		鶏肉	15	
			人参	8		人参	10		三温糖	3.5		人参	15	
			グリーンピース	3		長ねぎ	10		しょうゆ	4		たけのこ	15	
			マッシュルーム	6		キャベツ	25		みりん	2		干し椎茸	0.8	
			豆乳バター	2		コーン	10		酒	1		水	3.2	
			ケチャップ	15		サラダ油	1		さやいんげん	8		白菜	30	
			トマトピューレ	4.5		鶏スープ	4		白ごま	2		チンゲン菜	12	
			塩	0.8		がらだきボーク	3					サラダ油	0.5	
			こしょう	0.03		水	140		豚肉	10		トウバンジャン	0.3	
						赤みそ	9		サラダ油	1		しょうゆ	4	
			キャベツメンチカツ	60		バター	1.5		じゃがいも	80		砂糖	1.8	
			揚げ油	6		しょうゆ	2		人参	15		赤みそ	1	
						酒	1.5		玉ねぎ	25		ごま油	0.5	
			ベーコン	10		こしょう	0.03		白滝	20		てん粉	0.8	
			玉ねぎ	40		白すりごま	1.5		さやいんげん	5				
			人参	12					しょうゆ	6.5		豚肉	10	
			じゃがいも	25		枝豆フリッター	40		三温糖	3		人参	12	
			コーン	15		揚げ油	4		みりん	1		もやし	30	
			クリームコーン	30					酒	1		ぶなしめじ	8	
			牛乳	40		緑豆春雨	12		だし汁	8		トック	20	
			スキムミルク	1.2		水	42					長ねぎ	10	
			塩	0.6		豚肉	15		大根	40		小松菜	10	
			こしょう	0.03		酒	2		小松菜	10		がらだきボーク	2	
			鶏スープ	5		にんにく	0.1		木綿豆腐	25		鶏スープ	2.5	
			水	70		人参	12		油揚げ	8		水	145	
			米粉	4		キャベツ	20		長ねぎ	5		塩	0.6	
			水	4		干し椎茸	0.5		白みそ	6		しょうゆ	2	
			パセリ	0.08		にら	5		赤みそ	6		こしょう	0.03	
			生クリーム	1		サラダ油	1		鰹だしパック	2				
						コチジャン	0.5		水	145		ヨーグルト	70	
						砂糖	2							
						しょうゆ	4							
						ごま油	1							
						白ごま	1							

# 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

9月22日 月曜日			9月23日 火曜日			9月24日 水曜日			9月25日 木曜日			9月26日 金曜日		
牛乳 高菜じゃこチャーハン 揚げぎょうざ ニラたまスープ						牛乳 黒ごまきな粉揚げパン コールスローサラダ さつまいものシチュー			牛乳 ご飯 ハンバーグの照焼きのこソース れんこんのきんぴら 赤だしみそ汁			牛乳 ご飯 アジの立田揚げ アーモンド和え 豆乳みそ汁		
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	
米	90					コッペパン	80		米	100		米	100	
強化米	0.3					水	35		強化米	0.3		強化米	0.3	
がらだきポーク	3					きな粉	4		水	120		水	120	
水	108					黒ごま	4							
豚肉	12					砂糖	8		ハンバーグ	60		アジ	60	
酒	1					塩	0.05		玉ねぎ	8		しょうが	1.2	
ちりめんじゃこ	5					揚げ油	3		えのきたけ	4		酒	1	
なると巻き	6								ぶなしめじ	4		しょうゆ	2.5	
高菜漬け	10					キャベツ	55		椎茸	4		でん粉	6	
長ねぎ	10					コーン	20		サラダ油	0.5		揚げ油	7	
ごま油	1.2					きゅうり	10		しょうゆ	2				
がらだきポーク	1					ツナ	6		砂糖	0.6		小松菜	20	
しょうゆ	1					ノンエッグマヨネーズ	5		酒	1		人参	10	
砂糖	0.1					酢	1		みりん	2		キャベツ	30	
酒	1					砂糖	0.2		水	1		もやし	30	
塩	0.4					塩	0.3		でん粉	0.4		アーモンド	3	
こしょう	0.03					こしょう	0.02		水	0.8		アーモンド粉	3	
一味唐辛子	0.04											砂糖	1	
白ごま	2					ベーコン	10		蓮根	30		しょうゆ	2.5	
						玉ねぎ	30		人参	12		みりん	1	
ぎょうざ	56					人参	12		豚肉	8				
揚げ油	6					さつまいも	40		さつま揚げ	8		豚肉	12	
						ぶなしめじ	10		こんにゃく	10		サラダ油	1	
鶏肉	10					小松菜	10		さやいんげん	5		じゃがいも	28	
酒	1					水	90		ごま油	1		玉ねぎ	20	
大根	20					鶏スープ	5		しょうゆ	2.6		大根	15	
木綿豆腐	25					牛乳	40		三温糖	1.8		人参	12	
人参	8					小麦粉	7		酒	1		こんにゃく	10	
にら	8					バター	7		みりん	0.8		わけねぎ	5	
卵	20					白ワイン	1		だし汁	4		長ねぎ	10	
小松菜	10					塩	0.5		白ごま	1		白みそ	11	
鶏スープ	5					こしょう	0.03					調整豆乳	20	
水	130								豚肉	12		鰹だしパック	2	
塩	0.5								大根	25		水	110	
酒	1								人参	10				
しょうゆ	2								木綿豆腐	25				
こしょう	0.03								油揚げ	5				
でん粉	0.3								小松菜	8				
水	0.6								長ねぎ	15				
ごま油	0.5								鰹だしパック	2				
									水	145				
									赤みそ	4				
									豆みそ	8.5				
									白すりごま	1				

北部中学校

[illegible]