

①令和 7 年度 8・9 月分 献立表詳細

日	8月28日(木)		8月29日(金)		9月1日(月)		9月2日(火)		9月3日(水)		9月4日(木)	
献立名	麦ご飯 牛乳 マーボー丼 しゅうまい2個 もやしのナムル ナムルドレッシング		ご飯 牛乳 豚汁 鶏肉のから揚げ2個 ごま和え ごまクリーミードレッシング		麦ご飯 牛乳 ハヤシライス キャベツとコーンのサラダ サウザンドレッシング		ご飯 牛乳 沢煮椀 鯖の塩焼き 切干大根のソース炒め		ご飯 牛乳 田舎風スープ 野菜コロッケ ごぼうサラダ ごまクリーミードレッシング		冷し中華(氷・タレ) 牛乳 肉団子の中華煮 錦糸卵(小バット) 海藻サラダ	
材料名及び分量 (一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)
	米	68	米	75	米	68	米	75	米	75	中華麺	80
	麦	7	強化米	0.25	麦	7	強化米	0.25	強化米	0.25	氷	70
	強化米	0.25			強化米	0.25					冷やし中華たれ	70
	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206
	冷凍豆腐	90	豚肉	15	豚肉	30	鶏肉	15	鶏肉	10	肉だんご	40
	豚肉	25	じゃがいも	15	じゃがいも	40	にんじん	10	だいこん	20	しょうが	0.3
	にんじん	10	だいこん	15	たまねぎ	40	ねぎ	8	たまねぎ	20	にんにく	0.3
	ねぎ	14	にんじん	15	たまねぎ	40	ごぼう	5	にんじん	10	にんにく	0.3
	たけのこ	15	ごぼう	10	にんじん	20	絹さやえんどう	5	ほうれん草	5	米油	1
	にら	5	こんにゃく	10	グリーンピース	5	えのきたけ	5	しめじ	5	にんじん	25
	しいたけ	0.5	ねぎ	8	トマトケチャップ	12	和風だし	0.5	バター	0.5	たまねぎ	30
	しょうが	0.5	和風だし	0.5	トマト	10	料理酒	1	コンソメ	1.5	キャベツ	40
	にんにく	0.4	白みそ	9	ハヤシルウ	10	薄口しょうゆ	3	薄口しょうゆ	1	チンゲンサイ	10
	赤みそ	3	水	120	デミグラスソース	15	塩	0.4	塩	0.5	しいたけ	0.5
	濃口しょうゆ	8	出来上がり量	200	赤ワイン	1	水	125	こしょう	0.01	中華スープ	0.13
	砂糖	1	鶏肉(D)	50	コンソメ	0.2	出来上がり量	195	白ワイン	0.5	赤みそ	7.5
	中華スープ	0.65	小麦粉	1.6	こしょう	0.01	塩さば	50	米油	1	濃口しょうゆ	1
	豆板醤	0.3	小麥粉	1.6	しょうが	0.3	米油	0.5	水	120	料理酒	1
	でん粉	3.5	でん粉	7.5	にんにく	0.3	切干しだいこん	5	出来上がり量	200	豆板醤	0.2
ごま油	1	米油	5	米油	1	豚肉	10	コロッケ	60	でん粉	2.5	
米油	0.4	キャベツ	35	水	60	もやし	10	米油	6	ごま油	1	
水	50	きゅうり	20	出来上がり量	220	にんじん	5	ごぼう	16	水	65	
出来上がり量	190	えのきたけ	5	キャベツ	35	中濃ソース	1	にんじん	8	出来上がり量	190	
しゅうまい	36	出来上がり量	48	きゅうり	15	ウスターソース	2.5	きゅうり	12	錦糸卵	10	
もやし	25	ごまクリーミードレッシング	6.25	とうもろこし	10	オイスターソース	1.2	もやし	8	海藻	0.6	
大豆もやし	15			出来上がり量	48	料理酒	1	出来上がり量	30	だいこん	25	
きゅうり	10			サウザンドレッシング	6.25	塩	0.05	ごまクリーミードレッシング	6.25	きゅうり	12	
にんじん	5					こしょう	0.01			にんじん	5	
出来上がり量	38					かつお節	0.5			出来上がり量	35	
ナムルドレッシング	4.2					米油	1					
						出来上がり量	50					

①令和 7 年度 8・9 月分 献立表詳細

日	9月25日(木)		9月26日(金)		9月29日(月)		9月30日(火)			
献立名	麦ご飯 牛乳 ポークカレー 枝豆とコーンのフリッター 黄桃		ご飯 牛乳 なめこ汁 あじフライ ひきないり		ご飯 牛乳 蓮花湯 鶏肉の甘酢あんかけ かぼちゃのサラダ マヨネーズ		麦ご飯 牛乳 鶏肉丼 野菜のかき揚げ 花野菜の和え物 玉ねぎドレッシング			
材料名及び分量(一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)
	米	68	米	75	米	75	米	68		
	麦	7	強化米	0.25	強化米	0.25	麦	7		
	強化米	0.25					強化米	0.25		
	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206		
	豚肉	30	なめこ	30	鶏肉	20	鶏肉	45		
	じゃがいも	30	豆腐	20	卵	20	米油	1		
	たまねぎ	40	わかめ	0.5	たまねぎ	15	こんにゃく	25		
	にんじん	25	たまねぎ	15	にんじん	10	たまねぎ	45		
	グリンピース	3	小松菜	8	ほうれん草	8	にんじん	20		
	脱脂粉乳	2	赤みそ	6	クリームコーン	15	はくさい	45		
	トマトケチャップ	2	白みそ	3	中華スープ	1.5	しめじ	5		
	ウスターソース	2	和風だし	0.6	塩	0.3	みつば	2		
	カレールウ甘口	12	水	130	こしょう	0.01	砂糖	3		
	カレールウ中辛口	3	出来上がり量	200	ごま油	0.5	濃口しょうゆ	11		
カレー粉	0.05	あじフライ	50	でん粉	2	料理酒	1			
にんにく	0.3	米油	5	水	115	水	8			
鶏レバー	2			出来上がり量	200	出来上がり量	190			
米油	1	だいこん	40	鶏肉(A)	50	野菜かき揚げ	50			
水	90	にんじん	20	米油	0.5	米油	0.5			
出来上がり量	215	ピーマン	6	たまねぎ	5					
枝豆とコーンのフリッター	20	油揚げ	12	赤ピーマン	5	ブロッコリー	20			
米油	0.2	砂糖	1	米油	0.2	カリフラワー	20			
黄桃シロップ漬け	50	料理酒	1.5	砂糖	2	にんじん	10			
		みりん風調味料	1.5	濃口しょうゆ	2.5	出来上がり量	38			
		濃口しょうゆ	3	穀物酢	2	たまねぎドレッシング	6.25			
		和風だし	0.1	料理酒	0.5					
		水	3	でん粉	0.3					
		ごま	0.5	水	0.8					
		ごま油	0.5							
		米油	0.5	かぼちゃ	40					
		出来上がり量	65	きゅうり	10					
				たまねぎ	10					
				出来上がり量	50					
				マヨネーズ	6					