

月別 給食の原材料を詳細に記した献立表

- ・料理ごとに食品を表示しています
- ・月曜日～金曜日までの5日間を1シートにまとめています
- ・食品ごとの内容やアレルギーは、別リンクの配合表で確認をお願いいたします

- 年間配合表（一年をとおして使用する食品）
- 4～7月、9～12月、1～3月の一定期間の配合表
- 当月のみ使用する食品の配合表

- ・各配合表は、食品名をあいうえお順に並べています
年間配合表と一定期間の配合表には目次がありますので、ご活用ください
- ・何かご不明な点がございましたら、
石岡学校給食センター（電話：0299-22-6286）までご連絡ください

月 日 月曜日				月 日 火曜日				月 日 水曜日				月 日 木曜日				5月1日 金曜日			
																ミルクパン 牛乳 こいのぼりハンバーグ カラフルサラダ フルーツポンチ			
人				人				人				人				人			
食品名	小分量	総使用量	業者	食品名	小分量	総使用量	業者	食品名	小分量	総使用量	業者	食品名	小分量	総使用量	業者	食品名	小分量	総使用量	業者
																ミルクパン	50.00		
																牛乳	206.00		
																鯉のぼりハンバーグ	60.00		
																パケットマトケチャップ	8.00		
																キャベツ	30.00		
																きゅうり	15.00		
																赤パプリカ	2.00		
																黄パプリカ	2.00		
																イタリアントレッシング	5.00		
																食塩	0.05		
																パイ缶	13.00		
																みかん缶	13.00		
																黄桃缶	10.00		
																アップルダイス	13.00		
																豆乳ゼリー	36.00		

5月4日 月曜日				5月5日 火曜日				5月6日 水曜日				5月7日 木曜日				5月8日 金曜日			
												ごはん 発酵乳 あじフライ きんぴらごぼう 具だくさんみそ汁 人				中華めん ジャージャー麺(具・野菜) 牛乳 シューマイ 人			
食品名	小分量	総使用量	業者	食品名	小分量	総使用量	業者	食品名	小分量	総使用量	業者	食品名	小分量	総使用量	業者	食品名	小分量	総使用量	業者
												ごはん	80.00			中華めん	80.00		
												強化米	0.24						
												アシドミルク	150.00			豚ひき肉	25.00		
												あじフィレフライ	40.00			まめプラスM	5.00		
												大豆白絞油	4.00			干ししいたけ	1.00		
												パック中濃ソース	5.00			長ねぎ	12.00		
												豚干切り肉	9.00			甜麺醤	15.00		
												干切ごぼう	15.00			コチュジャン	2.00		
												にんじん	9.00			しょうゆ	2.00		
												つきこんにゃく	13.50			清酒	2.80		
												冷凍さやいんげん	5.40			しょうが	0.80		
												白いりごま	0.54			にんにく	0.50		
												しょうゆ	3.00			上白糖	1.60		
												上白糖	1.89			中華スープの素	2.00		
												サラダ油	0.54			片栗粉	4.00		
												ごま油	0.54			水	90.00		
												ミニミートボール	15.00			もやし	20.00		
												小松菜	10.00			キャベツ	20.00		
												じゃがいも	15.00			きゅうり	15.00		
												にんじん	7.00			にんじん	5.00		
												たまねぎ	15.00			牛乳	206.00		
												みそ	6.50			シューマイ	32.00		
												和風だし	0.20						
												水	140.00						

5月11日 月曜日				5月12日 火曜日				5月13日 水曜日				5月14日 木曜日				5月15日 金曜日			
麦ごはん 牛乳 かつおの竜田揚げ ごま酢和え なめこのみそ汁				黒パン 牛乳 ミートボール コーンサラダ シェルマカロニスープ				ごはん 牛乳 親子煮 かにかまぼこのサラダ ヨーグルト				ごはん 牛乳 いわしの生姜煮 ひじきの五目煮 豆乳みそ汁				食パン メープルジャム 牛乳 プーティン ブロッコリーサラダ ピースープ			
食品名	小分量	総使用量	業者	食品名	小分量	総使用量	業者	食品名	小分量	総使用量	業者	食品名	小分量	総使用量	業者	食品名	小分量	総使用量	業者
ごはん	80.00			黒パン	50.00			ごはん	80.00			ごはん	80.00			食パン	50.00		
米粒麦	4.00							強化米	0.24			強化米	0.24						
強化米	0.24			牛乳	206.00														
牛乳	206.00			ミートボール	36.00			牛乳	206.00			牛乳	206.00			メープルジャム	12.00		
								鶏こま肉	30.00			いわしの生姜煮	50.00			牛乳	206.00		
ハガツオ竜田	40.00			キャベツ	20.00			たまねぎ	65.00										
大豆白絞油	4.00			リーフレタス	5.00			にんじん	15.00			干しひじき	2.00			カットポテト	40.00		
				きゅうり	8.00			鶏卵	40.00			にんじん	5.00			豚ひき肉	10.00		
キャベツ	24.00			にんじん	5.00			水菜	5.00			冷凍大豆	5.00			たまねぎ	20.00		
きゅうり	12.00			冷凍ホールコーン	5.00			上白糖	2.30			冷凍油揚げカット	4.00			サラダ油	0.20		
冷凍減塩焼きちくわ	6.40			レトルトツナ	8.00			しょうゆ	6.50			つきこんにやく	4.00			トトケチャップ缶	8.00		
干しわかめ	0.32			塩中華ドレッシング	5.00			本みりん	1.20			上白糖	1.70			ウスターソース	1.20		
酢	1.40							和風だし	1.00			しょうゆ	2.00			赤ワイン	0.55		
上白糖	1.60			バラベーコン	4.00			水	0.00			和風だし	0.16			上白糖	0.37		
白すりごま	2.00			マッシュルーム	10.00							サラダ油	0.30			生クリーム	5.50		
しょうゆ	2.00			たまねぎ	36.00			オジャンキングほぐし	9.60			水	10.00			水	4.00		
				ほうれん草	8.00			キャベツ	36.00							ピザ用チーズ	8.00		
なめこ	10.00			シェルマカロニ	4.00			にんじん	2.40			小松菜	10.00			紙カップ	0.00		
冷凍豆腐がしカット	25.00			無塩バター	4.40			きゅうり	7.70			大根	10.00						
たまねぎ	15.00			小麦粉	4.40			玉ねぎドレッシング	6.00			にんじん	10.00			ツイストマカロニ	6.00		
小松菜	10.00			食塩	0.30							長ねぎ	6.00			サラダ油	0.30		
みそ	4.00			こしょう	0.01			おなかにおいしいヨーグルト	65.00			カットしめじ	5.00			にんじん	5.00		
赤みそ	3.00			牛乳	55.00							冷凍厚揚げカット	20.00			冷凍ブロッコリー	10.00		
和風だし	0.20			スープストック	1.43							豆乳	20.00			黄パプリカ	5.00		
水	145.00			サラダ油	0.55							みそ	7.00			マヨネーズ風調味料	4.50		
				水	66.00							和風だし	0.20						
												水	100.00			バラベーコン	7.00		
																たまねぎ	30.00		
																にんじん	10.00		
																セロリー	1.00		
																大豆水煮	5.00		
																白花豆ペースト	20.00		
																コンソメ	1.75		
																食塩	0.10		
																こしょう	0.03		
																水	140.00		

5月18日 月曜日				5月19日 火曜日				5月20日 水曜日				5月21日 木曜日				5月22日 金曜日			
ごはん 牛乳 鶏肉の塩麹焼き 小松菜とちくわのごま和え 新たまねぎのみそ汁				アップルパン 牛乳 肉団子のトマト煮 スパゲティサラダ チーズ				ごはん 牛乳 納豆 キャベツのおかか和え 生揚げのあんかけ				ごはん 牛乳 ポークカレー ツナサラダ 台湾パン				ソフトめん 山菜うどん 牛乳 アスパラガスとハムのサラダ 抹茶カップケーキ			
食品名	小分量	総使用量	業者	食品名	小分量	総使用量	業者	食品名	小分量	総使用量	業者	食品名	小分量	総使用量	業者	食品名	小分量	総使用量	業者
ごはん	80.00			コッペパン	50.00			ごはん	80.00			ごはん	80.00			ソフトめん	80.00		
強化米	0.24			アップルクリスタル	10.00			強化米	0.24			強化米	0.24						
牛乳	206.00			牛乳	206.00			牛乳	206.00			牛乳	206.00						
とり肉	60.00							やさと納豆	35.00			豚こま肉	10.00						
塩こうじ	4.50			ミニミートボール	20.00			たれ				冷凍じゃがいも	32.00						
サラダ油	0.30			たまねぎ	40.00			からし				たまねぎ	32.00			鶏こま肉	14.00		
				にんじん	15.00							にんじん	18.00			冷凍油揚げカット	3.00		
小松菜	20.00			冷凍じゃがいも	30.00			キャベツ	32.00			脱脂粉乳	3.00			にんじん	11.00		
もやし	20.00			冷凍ブロッコリー	15.00			小松菜	8.00			給食用バーモンドカレーフレーク	6.00			山菜水煮ミックス	11.00		
にんじん	10.00			にんにく	1.00			にんじん	2.40			とろけるカレーフレーク甘口	10.00			えのきたけ	4.00		
冷凍減塩焼きちくわ	5.00			オリーブオイル	1.50			かつお節	1.20			サラダ油	0.50			カットしめじ	6.00		
上白糖	2.00			ダイストマト缶	15.00			しょうゆ	2.00			水	93.00			小松菜	10.00		
しょうゆ	2.50			トマトケチャップ缶	10.00			本みりん	0.64							長ねぎ	8.00		
白すりごま	2.00			コンソメ	0.50							きゅうり	10.00			しょうゆ	11.70		
白いりごま	0.50			ウスターソース	1.00			冷凍厚揚げカット	35.00			キャベツ	30.00			本みりん	1.80		
				上白糖	1.00			豚ひき肉	9.00			にんじん	3.00			和風だし	0.40		
たまねぎ	22.00			食塩	0.10			じゃがいも	45.00			レトルトツナ	10.00			一味唐辛子	0.01		
じゃがいも	20.00			こしょう	0.03			たまねぎ	45.00			減塩和風ドレッシング	5.00			水	164.00		
冷凍油揚げカット	3.00			水	25.00			にんじん	17.00										
にんじん	5.00							冷凍グリルピース	3.00			台湾パン	40.00			牛乳	206.00		
えのきたけ	5.00			カットスパゲティ	11.00			上白糖	2.75										
干しわかめ	0.40			サラダ油	0.30			しょうゆ	7.00							キャベツ	22.00		
みそ	7.50			きゅうり	8.00			和風だし	0.20							サニーレタス	5.00		
和風だし	0.20			ボンレスハム	5.00											にんじん	8.00		
水	157.00			にんじん	5.00											冷アスパラガス	12.00		
				冷凍ホールコーン	3.00											ボンレスハム	6.00		
				コンクリミドレッシング	6.00											ごまクリームドレッシング	5.00		
				Qちゃんチーズ	5.00														
																凍結全卵	6.60		
																上白糖	5.50		
																食塩	0.02		
																サラダ油	2.20		
																牛乳	9.90		
																脱脂粉乳	2.40		
																ホットケーキの素	12.10		
																粉末アーモンド	4.40		
																抹茶	0.33		
																丸型カップ90	0.11		

