

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				9月1日 火曜日				9月2日 水曜日				9月3日 木曜日				9月4日 金曜日			
				ごはん 牛乳 あじフライ 五目きんぴら きのこのみそ汁 プリン				切れ目入りコッペパン 牛乳 スラッピージョー ボイル野菜 オニオンスープ				ごはん 牛乳 揚げぎょうざ ピーマンともやしのツナ炒め ごまみそ汁				ごはん 牛乳 味噌チキンカツ ひじきの炒り煮 とうがんのすまし汁			
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		
				強化米	0.24							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		
								豚ひき肉	25.00										
				あじフライ	30.00			まめプラスM	5.00			ぎょうざ	30.00			チキンカツレツ	60.00		
				大豆白絞油	3.00			パン粉	3.00			大豆白絞油	3.00			大豆白絞油	6.00		
				パック中濃ソース	5.00			たまねぎ	32.00							みそ	1.85		
								ピーマン	3.00			ピーマン	10.00			赤みそ	3.70		
				豚肉	9.00			無塩バター	0.50			もやし	25.00			水	11.10		
				千切ごぼう	15.00			トマトケチャップ 缶	14.00			ツナ缶	8.00			上白糖	3.70		
				にんじん	9.00			ウスターソース	1.40			かつお節	0.40			本みりん	1.48		
				つきこんにゃく	13.50			上白糖	0.55			白いりごま	0.50			清酒	0.55		
				冷凍さや隠元	5.40			こしょう	0.02			素材力鶏だし	0.30			白いりごま	0.50		
				白いりごま	0.54			水	5.00			食塩	0.30						
				しょうゆ	3.00							こしょう	0.03			干しひじき	2.60		
				上白糖	1.89			キャベツ	24.00			ごま油	0.20			にんじん	3.30		
				サラダ油	0.54			きゅうり	12.00							冷凍油揚げカット	3.40		
				ごま油	0.54			にんじん	4.00			じゃがいも	25.00			しらたき	8.00		
								(ホ)マヨネーズ	6.00			小松菜	10.00			上白糖	1.84		
				冷凍厚揚げカット	10.00							にんじん	7.00			しょうゆ	2.00		
				にんじん	10.00			バラベーコン	10.00			長ねぎ	7.00			和風だし	0.16		
				長ねぎ	10.00			たまねぎ	30.00			ごぼうささがき	5.00			サラダ油	0.30		
				小松菜	10.00			にんじん	10.00			冷凍厚揚げカット	15.00			水	10.00		
				カットしめじ	8.00			じゃがいも	20.00			板こんにゃく	8.00						
				えのきたけ	5.00			アルファベットマカロニ	4.00			白ねりごま	1.25			とうがん	30.00		
				みそ	7.00			乾燥パセリ	0.01			白いりごま	0.50			小松菜	12.00		
				和風だし	0.20			スープストック	1.00			みそ	6.00			長ねぎ	10.00		
				水	132.50			しょうゆ	0.30			しょうゆ	0.50			にんじん	5.00		
								食塩	0.25			和風だし	0.20			干しいたけ	0.80		
				なめらかプリン	70.00			こしょう	0.02			水	127.00			和風だし	0.72		
								水	150.00							しょうゆ	3.00		
																食塩	0.30		
																片栗粉	1.80		
																水	155.00		

9月7日 月曜日				9月8日 火曜日				9月9日 水曜日				9月10日 木曜日				9月11日 金曜日			
コッペパン メープルジャム 牛乳 豆腐ナゲット パスタサラダ ウインナースープ				有機米のごはん 牛乳 豚肉の野菜炒め 有機小松菜のポン酢和え 皮ワンタンスープ				ソフトめん 五目うどん 牛乳 三色ごま和え さつまいも入甘酒蒸しパン				麦ごはん 発酵乳 さんまの塩焼き 有機きゅうりの中華和え 豚汁				ごはん 牛乳 納豆 じゃがいものうま煮 大豆の変身みそ汁			
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
コッペパン	50.00			ごはん	80.00			ソフトメン	80.00			ごはん	80.00			ごはん	80.00		
				強化米	0.24							米粒麦	4.00			強化米	0.24		
メープルジャム	12.00							鶏こま肉	13.80			強化米	0.24						
				牛乳	206.00			干しいいたけ	0.46							牛乳	206.00		
牛乳	206.00							にんじん	9.20			ジョアプレーン	125.00						
				豚こま肉	40.00			板なし蒲鉾	8.28							やさと納豆	35.00		
とうふナゲット	40.00			にんにく	0.40			しょうゆ	10.12			一塩さんま	40.00			たれ	1.00		
大豆白絞油	4.00			たまねぎ	35.00			上白糖	0.60			サラダ油	0.50			からし	1.00		
				長ねぎ	9.00			和風だし	0.46										
ツイストマロニ	5.00			生姜焼きのたれ	7.00			清酒	0.64			もやし	35.00			豚こま肉	10.00		
サラダ油	0.30			清酒	0.60			水	152.00			きゅうり	10.00			じゃがいも	36.00		
キャベツ	20.00			本みりん	0.60							にんじん	10.00			たまねぎ	15.00		
きゅうり	5.00			サラダ油	0.50			牛乳	206.00			酢	2.00			にんじん	7.50		
にんじん	5.00											上白糖	0.80			冷凍グリーンピース	1.00		
イタリアンドレ	8.00			もやし	25.00			小松菜	18.00			しょうゆ	3.00			つきこんにゃく	7.50		
				小松菜	10.00			キャベツ	18.00			ごま油	1.00			サラダ油	0.35		
ウインナー	12.50			にんじん	10.00			にんじん	10.00			白いりごま	0.50			和風だし	0.23		
たまねぎ	30.00			白すりごま	1.08			しょうゆ	2.40							上白糖	2.30		
にんじん	10.00			昆布ぽん酢	2.00			上白糖	1.90			豚こま肉	10.00			しょうゆ	2.50		
小松菜	10.00			上白糖	0.17			本みりん	0.47			冷凍厚揚げカット	18.00						
乾燥パセリ	0.01			しょうゆ	0.17			白すりごま	3.30			じゃがいも	22.00			冷凍豆腐がゆ	15.00		
スープストック	0.60			ごま油	0.14							大根	15.00			冷凍厚揚げカット	15.00		
しょうゆ	1.20							ホットケーキの素	25.00			長ねぎ	12.00			冷凍油揚げカット	1.50		
食塩	0.20			鶏こま肉	15.00			凍結全卵	10.00			にんじん	8.00			冷凍大豆	3.50		
こしょう	0.02			キャベツ	15.00			サラダ油	1.00			板こんにゃく	8.00			大根	15.00		
水	150.00			にんじん	10.00			牛乳	13.00			みそ	7.00			にんじん	8.00		
				長ねぎ	8.00			甘酒	2.00			和風だし	0.20			長ねぎ	8.00		
				オクラ	2.50			さつまいも	10.00			水	140.00			豆乳	10.00		
				しょうが	0.50											みそ	7.00		
				ウェーブワンタン	4.00											和風だし	0.20		
				中華スープの素	0.42											水	110.00		
				しょうゆ	2.50														
				食塩	0.20														
				こしょう	0.01														
				水	150.00														
				ごま油	0.25														

9月14日				月曜日				9月15日				火曜日				9月16日				水曜日				9月17日				木曜日				9月18日				金曜日			
切れ目入りコッペパン								麦ごはん								バターロール								ごはん								ごはん							
牛乳								牛乳								牛乳								牛乳								牛乳							
スパゲッティナポリタン								だし巻玉子								さつまいもコロッケ								鶏肉の塩麹焼き								さわらの西京焼き							
イタリアンサラダ								キャベツのみそ炒め								枝豆サラダ								塩昆布和え								にんじんしりしり							
ぶどうゼリー								わかめスープ								ベーコンとたまごのスープ								豆腐の中華煮								有機小松菜とじゃがいものみそ汁							
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	食品名	小分量	総使用量	業者																
コッペパン	50.00			ごはん	80.00			バターロール	40.00			ごはん	80.00			ごはん	80.00			ごはん	80.00																		
				米粒麦	4.00							強化米	0.24			強化米	0.24			強化米	0.24																		
牛乳	206.00			強化米	0.24			牛乳	206.00											牛乳	206.00																		
ハーフスパゲッティ	32.00			牛乳	206.00			さつまいもコロッケ	60.00							牛乳	206.00			牛乳	206.00																		
チキンハム	10.00							大豆白絞油	6.00			鶏もも切身	60.00			サワラ西京漬	40.00																						
たまねぎ	35.00			厚焼玉子	50.00							塩こうじ	4.50																										
にんじん	10.00							キャベツ	28.00			サラダ油	0.30			にんじん	18.00																						
ピーマン	5.00			豚こま肉	10.00			きゅうり	12.00							冷凍厚揚げカット	10.00																						
マッシュルーム	5.00			冷凍油揚げカット	10.00			にんじん	8.00			キャベツ	30.00			冷凍さや隠元	9.00																						
トマトチャップ缶	15.00			キャベツ	25.00			冷凍むき枝豆	8.00			きゅうり	10.00			ツナ缶	12.00																						
ダイストマト缶	12.00			もやし	10.00			コンクリーミンドレ	5.00			塩こんぶ	1.40			凍結全卵	9.00																						
コンソメ	1.10			にんじん	10.00							白いりごま	1.30			しょうゆ	2.30																						
食塩	0.10			たまねぎ	15.00			バラベーコン	5.00			ごま油	0.80			本みりん	1.54																						
こしょう	0.06			しょうが	0.50			鶏こま肉	8.40							清酒	0.87																						
サラダ油	1.00			にんにく	0.25			にんじん	8.40			冷凍豆腐ダイ	84.00			サラダ油	0.58																						
				赤みそ	2.40			たまねぎ	17.00			豚ひき肉	12.00																										
キャベツ	35.00			しょうゆ	1.20			小松菜	8.40			たまねぎ	26.00			じゃがいも	30.00																						
きゅうり	10.00			上白糖	1.00			冷凍ホールコーン	8.40			にんじん	16.50			小松菜	12.00																						
黄パプリカ	2.00			オリーブソース	0.45			粉チーズ	2.50			しょうが	0.66			にんじん	10.00																						
赤パプリカ	2.00			豆板醤	0.18			鶏卵	20.00			冷凍グリーンピース	4.40			長ねぎ	10.00																						
イタリアンドレ	5.00			サラダ油	0.50			パン粉	1.70			たけのこ水煮	6.60			みそ	7.00																						
食塩	0.05			片栗粉	0.50			コンソメ	0.70			干ししいたけ	0.44			和風だし	0.20																						
								食塩	0.30			中華スープの素	0.77			水	140.00																						
グレープゼリー	70.00			冷凍厚揚げカット	15.00			こしょう	0.02			しょうゆ	4.10																										
				たまねぎ	20.00			水	140.00			上白糖	2.64																										
				にんじん	8.00							食塩	0.11																										
				干しわかめ	0.80							片栗粉	1.54																										
				干ししいたけ	0.50							水	15.50																										
				マロニー	3.00																																		
				中華スープの素	0.57																																		
				しょうゆ	1.90																																		
				食塩	0.40																																		
				こしょう	0.02																																		
				水	160.00																																		

[illegible]

9月28日				月曜日				9月29日				火曜日				9月30日				水曜日				月				日				木曜日				月				日				金曜日							
黒パン								ごはん								コッペパン チョコレートクリーム																																			
牛乳								牛乳								牛乳																																			
ペンのトマトソース								チキンカレー								ミートボール																																			
コールスローサラダ								海藻サラダ								ブロッコリーサラダ																																			
ヨーグルト				人				梨				人				ミネストローネ				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													
黒パン		50.00						ごはん		80.00						コッペパン		50.00																																	
								強化米		0.24								チョコレートソフト		15.00																															
牛乳		206.00						牛乳		206.00						牛乳		206.00																																	
ペンネマカロニ		25.00																																																	
豚ひき肉		10.00						鶏こま肉		10.00																																									
まめプラスM		2.50						じゃがいも		32.00						ミートボール		36.00																																	
たまねぎ		25.00						たまねぎ		32.00																																									
セロリー		4.00						にんじん		16.00						キャベツ		25.00																																	
にんにく		0.18						冷凍グリーンピース		2.00						にんじん		5.00																																	
ダイストマト缶		25.00						脱脂粉乳		3.00						冷凍ブロッコリー		10.00																																	
トマトチャップ 缶		15.00						給食パームオイル		6.00						冷凍ホールコーン		5.00																																	
白ワイン		0.50						とろけるカレー		10.00						(※) コーンクリームドレッシング		5.00																																	
コンソメ		0.25						サラダ油		0.50																																									
食塩		0.20						水		93.00						バラベーコン		10.00																																	
こしょう		0.02														たまねぎ		30.00																																	
サラダ油		0.60						海藻サラダ JSBK		0.30						じゃがいも		30.00																																	
								キャベツ		22.00						にんじん		10.00																																	
キャベツ		30.00						きゅうり		8.00						セロリー		1.00																																	
きゅうり		10.00						にんじん		6.00						にんにく		0.20																																	
にんじん		5.00						オリーブオイル		12.00						冷凍大豆		5.00																																	
冷凍ホールコーン		5.00						減塩和風ドレッシング		6.00						ダイストマト缶		8.00																																	
コールスロードレッシング		5.00						しょうゆ		0.20						トマトピューレ缶		6.00																																	
																乾燥パセリ		0.01																																	
おなかヨーグルト		65.00						梨		50.00						スープストック		1.56																																	
																食塩		0.30																																	
																こしょう		0.01																																	
																オリーブオイル		0.50																																	
																水		130.00																																	
																												</																							