Aコース

明 細 献 立 表

Ａコース
令和 7年 7月 1日火曜日

料理名／食品名	分量
子供パン	
子供パン (40g)	40
牛乳	
牛乳(200ml)	206
野菜コンソメスープ	
玉ねぎ	15
人参	10
キャベツ	25
コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	1.3
食塩	0.8
混合こしょう	0.02
パセリチップ	0.01
てりやきハンバーグ	
ハンバーグ 60g	60
おろししょうが	0.7
おろしにんにく	0.7
こいくちしょうゆ	5.35
本みりん	5
三温糖	1.2
でん粉(片栗粉)	0.8
水	8
マカロニサラダ	
キャベツ	25
マカロニ(ツイスト)	6
コーン	6
人参	3
イタリアンドレッシング	
イタリアンドレッシング	5

Ａコース
令和 7年 7月 2日水曜日

料理名／食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米 (80g)	80
精白米(強化米)	0.24
牛乳	
牛乳 (200ml)	206
トマたまスープ(卵)	
人参	8
玉ねぎ	10
冷凍豆腐ﾀﾞｲｽｶｯﾄ	15
トマト缶詰 ダイス	20
冷凍ほうれん草	10
凍結全卵	15
中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	1.5
こいくちしょうゆ	1
食塩	0.72
混合こしょう	0.02
地場産とうもろこし	
とうもろこし(生)（地場産）	40
ガパオライスの具	
炒め油(サラダ油)	0.5
豆板醤	0.06
おろしにんにく	0.5
おろししょうが	0.5
鶏ひき肉	35
合成清酒(料理酒)	0.6
玉ねぎ	25
人参	15
ピーマン	6
赤パプリカ(冷凍)	3.8
黄パプリカ(冷凍)	3.8
三温糖	0.37
本みりん	1.3
こいくちしょうゆ	2.9
オイスターソース	2
混合こしょう	0.01
バジル(乾燥)チップ	0.04

Ａコース
令和 7年 7月 3日木曜日

料理名／食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米 (80g)	80
精白米(強化米)	0.24
牛乳	
牛乳 (200ml)	206
七夕汁	
かつおだしパック	2
人参	10
糸かまぼこ	8
型抜きかまぼこ(星)	5
こいくちしょうゆ	3.21
本みりん	0.5
食塩	0.85
冷凍ほうれん草	10
オクラ 冷凍	8
カットわかめ	0.6
水	158
鶏のたれかつ	
鶏むね切り身(皮無) 40g	40
薄力粉 1等	4
水	4.62
パン粉1kg	4.8
油	4
こいくちしょうゆ	7
三温糖	4
本みりん	1.5
水	5
小松菜のおひたし	
もやし	30
こまつな	20
ボトルしょうゆ	
ボトルしょうゆ	2.5

Ａコース
令和 7年 7月 4日金曜日

料理名／食品名	分量
地粉うどん	
地粉うどん (70g)	70
牛乳	
牛乳 (200ml)	206
五目うどん	
かつおだしパック	2
豚もも(小間切れ)	20
人参	5
干ししいたけ スライス	0.5
おきあみ姫なると	5
冷凍カット油揚げ	7
ねぎ	5
こいくちしょうゆ	11.5
本みりん	0.8
食塩	0.25
冷凍ほうれん草	8
水	150
黒はんぺんフライ(卵・乳)	
黒はんぺんフライ 40g	40
油	3.5
こんにゃくサラダ	
キャベツ	35
ほうれん草入りこんにゃく	10
人参入りこんにゃく	5
塩ドレッシング	
塩ドレッシング	5

Ａコース
令和 7年 7月 7日月曜日

料理名／食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米 (80g)	80
精白米(強化米)	0.24
牛乳	
牛乳 (200ml)	206
もずくスープ	
人参	10
コーン	10
冷凍豆腐ﾀﾞｲｽｶｯﾄ	10
中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	1.7
食塩	0.57
合成清酒(料理酒)	1
こいくちしょうゆ	0.43
混合こしょう	0.01
チンゲンサイ	10
もずく(冷凍)	16
水	153
にんじんしゅうまい②	
にんじんしゅうまい 18g×2	36
チンジャオロースー	
炒め油(サラダ油)	0.6
豚もも(千切り)	35
おろしにんにく	0.3
合成清酒(料理酒)	0.5
こいくちしょうゆ	1.2
人参	8
たけのこ千切り	20
中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	0.5
本みりん	0.5
三温糖	0.2
オイスターソース	2.7
こいくちしょうゆ	1.2
ピーマン	20
ごま油	0.6
でん粉(片栗粉)	0.25

Aコース

明 細 献 立 表

Ａコース
令和 7年 7月 8日火曜日

料理名／食品名	分量
子供パン	
子供パン (40g)	40
牛乳	
牛乳 (200ml)	206
コーンスープ（乳）	
炒め油(サラダ油)	0.4
玉ねぎ	25
コーン	20
コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	0.5
調理用牛乳	20
ｺｰﾝｸﾘｰﾑｽｰﾌﾟ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	16
食塩	0.1
混合こしょう	0.02
フィッシュフライ	
フィッシュフライ 50g	50
油	3.5
キャベツのアーリオ・オーリオ	
炒め油(サラダ油)	0.5
おろしにんにく	0.2
豆板醤	0.05
無塩せきハム（短冊切り）	15
冷凍こまつな	10
人参	10
カットエリンギ	10
キャベツ	30
コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	0.4
こいくちしょうゆ	2
食塩	0.1
混合こしょう	0.01
ノンエッグタルタルソース	
ﾉﾝｴｯｸﾞﾀﾙﾀﾙｿｰｽ（卵無し）	8

Ａコース
令和 7年 7月 9日水曜日

料理名／食品名	分量
もち麦ごはん	
もち麦	10
精白米 (70g)	70
精白米(強化米)	0.21
牛乳	
牛乳 (200ml)	206
ハヤシライス	
炒め油(サラダ油)	0.5
豚もも(小間切れ)	20
赤ワイン	1
玉ねぎ	25
人参	10
じゃがいも	45
トマト缶詰 ダイス	20
ハヤシフレーク（ハウス）	19
チキンチーズ焼き（乳）	
鶏むね切り身(皮無) 40g	40
食塩	0.2
こいくちしょうゆ	0.3
混合こしょう	0.04
オリーブ油	1.5
おろしにんにく	0.03
とろけるチーズ	7
パン粉1kg	1
紙カップ（小判型）	1
冷凍みかん	
冷凍みかん	100

Ａコース
令和 7年 7月10日木曜日

料理名／食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米 (80g)	80
精白米(強化米)	0.24
牛乳	
牛乳 (200ml)	206
豆腐のみそ汁	
かつおだしパック	2
人参	5
カットえのき	10
冷凍豆腐ﾀﾞｲｽｶｯﾄ	22
ねぎ	5
カットわかめ	0.53
米みそ・中沢	5
麦みそ・ヤマキ	5.5
水	145
あじフライ	
あじフライ 40g	40
油	2.8
なすのみそ炒め	
炒め油(サラダ油)	1
おろししょうが	0.4
豚もも(小間切れ)	25
玉ねぎ	20
人参	8
なす	20
三温糖	1.3
米みそ・中沢	4
こいくちしょうゆ	2
本みりん	1.3
ピーマン	5
パックソース	
パックソース(中濃)	5
ヨーグルト（乳）	
ソフール元気ヨーグルト	70

Ａコース
令和 7年 7月11日金曜日

料理名／食品名	分量
中華麺	
中華麺 (70g)	70
牛乳	
牛乳 (200ml)	206
タンメン	
ごま油	0.5
豚もも(小間切れ)	20
おろしにんにく	0.4
おろししょうが	0.4
人参	10
もやし	20
ねぎ	10
キャベツ	15
中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	0.5
塩ラーメンスープ・ｼｬﾝﾌｧﾝ	8
食塩	0.5
混合こしょう	0.02
とうがらし	0.01
こいくちしょうゆ	2
にら	5
ウインナードッグ（乳）	
無塩せきフランクソーセージ 30g	30
ホットケーキミックス	8
水	6.4
油	3
フルーツナタデココ	
フルーツミックス	48
カクテルゼリー	22
ナタデココ	7

Ａコース
令和 7年 7月14日月曜日

料理名／食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米 (80g)	80
精白米(強化米)	0.24
ジョア	
ジョア（ブルーベリー）	125
夏野菜カレー（乳）	
炒め油(サラダ油)	0.5
豚もも(小間切れ)	25
おろししょうが	0.4
おろしにんにく	0.4
玉ねぎ	25
人参	15
なす	15
調理用牛乳	15
トマト缶詰 ダイス	15
ソテーオニオン（角切り）	5
チャツネ	1
アップルソース	6
中濃ソース	1
ダイスかぼちゃ	30
給食用ｶﾚｰﾌﾚｰｸ(ﾊｳｽ)	15
こくまろｶﾚｰﾌﾚｰｸﾌﾟﾛﾌﾞﾚﾝﾄﾞ	6
オムレツ（卵）	
プレーンオムレツ 40g	40
きゅうりサラダ	
サラダこんにゃく	10
冷凍ブロッコリー	20
きゅうり	20
玉ねぎドレッシング	
玉ねぎドレッシング	5

Aコース

明 細 献 立 表

Ａコース
令和 7年 7月15日火曜日

料理名／食品名	分量
パインパン	
パインパン (40g)	40
牛乳	
牛乳 (200ml)	206
ジュリエンヌスープ	
無塩せきハム(千切り)	10
人参	10
コーン	8
キャベツ	25
コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	1.5
食塩	0.7
混合こしょう	0.02
鶏肉のレモン煮	
鶏むね切り身(皮付) 50g	50
でん粉(片栗粉)	7
油	5
三温糖	6
こいくちしょうゆ	5
レモン 果汁	1.1
でん粉(片栗粉)	0.2
水	4
ナポリタン	
炒め油(サラダ油)	0.3
おろしにんにく	0.15
無塩せきウインナー（輪切り）	8
玉ねぎ	20
マッシュルームスライス	5
中濃ソース	0.6
トマトケチャップ	10
トマト缶詰 ダイス	4
コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	0.18
三温糖	0.01
食塩	0.07
混合こしょう	0.01
ピーマン	2
スパゲティ(ハーフ)	15

Ａコース
令和 7年 7月16日水曜日

料理名／食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米 (80g)	80
精白米(強化米)	0.25
牛乳	
牛乳 (200ml)	206
夏野菜のみそ汁	
かつおだしパック	2
人参	5
冷凍豆腐ﾀﾞｲｽｶｯﾄ	20
なす	10
オクラ 冷凍	5
麦みそ・ヤマキ	5.5
米みそ・中沢	5.5
カットわかめ	0.5
水	148
野菜コロッケ	
野菜コロッケ 50g	50
油	3.5
豚キムチ	
ごま油	0.5
豚もも(小間切れ)	22
おろししょうが	0.4
おろしにんにく	0.4
合成清酒(料理酒)	1
玉ねぎ	20
キャベツ	25
はくさい キムチ	15
三温糖	0.7
こいくちしょうゆ	0.6
にら	5
いりごま(白)	0.4
コーヒー牛乳の素	
ミルメークコーヒー	12.5

Ａコース
令和 7年 7月17日木曜日

料理名／食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米 (80g)	80
精白米(強化米)	0.25
牛乳	
牛乳 (200ml)	206
すまし汁	
かつおだしパック	2
人参	10
糸かまぼこ	10
こいくちしょうゆ	3.21
本みりん	0.5
食塩	0.85
冷凍ほうれん草	15
カットわかめ	0.6
水	158
ごまだれ豆腐ハンバーグ	
豆腐ハンバーグ 50g	50
おろししょうが	0.7
こいくちしょうゆ	5.35
本みりん	5
三温糖	1.2
すりごま(白)	2
水	8
でん粉(片栗粉)	0.08
三色サラダ	
冷凍こまつな	12
もやし	30
人参	5
玉ねぎドレッシング	
玉ねぎドレッシング	5