

Cブロック(中学校)

令和 7 年度 5 月分 献立

日	5月21日 (水)	5月22日 (木)	5月23日 (金)	5月26日 (月)	5月27日 (火)	5月28日 (水)						
献立名	★そぼろ丼(御飯) 牛乳(Ⓜ250ml) 蒸しじゃが芋 お浸し	御飯 牛乳(Ⓜ250ml) いわしの梅煮 切干大根と糸昆布の煮付け 野菜サラダ シークワサーゼリー	ワンタンメン(中華麺) 牛乳(Ⓜ250ml) 金平春巻き 変わり浸し	御飯 牛乳(Ⓜ250ml) 照り焼きハンバーグ けんちん汁 醤油フレンチ	ソイ丼(麦御飯) 牛乳(Ⓜ250ml) 酢の物	子どもパン 牛乳 フランクフルトのオイル焼き ペンのクリーム煮 コールスロー						
材料名及び分量(一人分のグラム数)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)						
	御飯	113	御飯	92	中華麺	231	御飯	92	麦御飯	105	子供パン80g	119
	鶏もも挽肉	35	鶏もも挽肉	35	ワンタンの皮	9	牛乳(250ml)	257	大豆	18	牛乳(200ml)	206
	鶏胸挽肉	35	牛乳(250ml)	257	もやし	20	ハンバーグ60g	60	豚もも挽肉	20	レバー入りフランクフルト50g	50
	ホールコーン	12	いわしの梅煮50g	50	長ねぎ	15	米油	1	豚肩挽肉	20	米油	1
	人参	8	切干大根	7.5	人参	10	濃口醤油	4	ショルダーベーコン	10	人参	6
	(冷凍)グリーンピース	4	糸昆布	2.5	豚もも挽肉	7	上白糖	2	小松菜	24	米油	0.5
	干椎茸スライス	1.2	鶏もも肉	5	塩	1.5	本みりん	1	人参	6	玉ねぎ	35
	濃口醤油	6.5	鶏胸肉	5	中華用スープストック	0.4	馬鈴薯澱粉	0.3	水	18	じゃが芋	35
	上白糖	1.2	突こんにゃく	18	白こしょう	0.04	水	5	濃口醤油	3.5	人参	12
	根生姜	1	人参	10	鶏がら	9	じゃが芋	27	上白糖	1.8	ペンネ	12
	清酒	1.2	さつま揚げ	10	牛乳(250ml)	257	大根	20	本みりん	3.5	鶏もも肉	15
本みりん	1	油揚げ	6	金平春巻50g	50	人参	12	カレールー	6	鶏胸肉	10	
水	10	上白糖	3	米油	6	ごぼう	10	塩	0.06	(冷凍)グリーンピース	4	
牛乳(250ml)	257	濃口醤油	7.5	キャベツ	45	長ねぎ	7	牛乳(250ml)	257	米油	1.2	
★(冷蔵)じゃが芋(蒸しじゃが芋用)	70	水	30	ほうれん草	15	木綿豆腐	25	きゅうり	12	ホワイトルウ	8	
塩	0.7	キャベツ	50	人参	10	板こんにゃく	12	春雨	6	脱脂粉乳	6	
キャベツ	30	きゅうり	12	濃口醤油	3.5	油揚げ	6	乾燥カットわかめ	0.8	粉チーズ	2.4	
ほうれん草	20	人参	8	米サラダ油	1.2	米油	0.5	米酢	4	塩	0.24	
もやし	25	塩	0.12	ごま油	0.3	濃口醤油	8	濃口醤油	4	白こしょう	0.05	
濃口醤油	4.4	白こしょう	0.02			塩	0.2	上白糖	1.5	キャベツ	55	
パックかつお削り節	0.5	マヨネーズ(チューブ)	7.5			煮干しパック	2	塩	0.12	人参	10	
		シークワサーゼリー50g	50			かつお削り節パック(だし用)	0.7			米サラダ油	2.5	
										上白糖	1	
										塩	0.25	
										りんご酢	2.5	

※★印が付いた献立は、特定原材料8品目【卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ】を除いた献立です。但し、飲用牛乳、醤油(小麦)は使用します。使用されている加工食品及び原料配合表の該当する食品に★印が付いています。
 ※パンの献立に表示されている材料名の重量は、小麦粉及び生地重量です。

Cブロック(中学校)

令和 7 年度 5 月分 献立

日	5月29日 (木)	5月30日 (金)							
献立名	御飯 牛乳(㊤250ml) あじ磯辺フライ 沢煮椀 コーンサラダ	麦御飯 魚ふりかけ 牛乳(㊤250ml) 豆とかぼちゃのコロッケ ごぼうと豚肉の炒め煮 もやしのナムル							
材料名及び分量(一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)	(g)
	御飯	92	麦御飯	83					
	牛乳(250ml)	257	魚ふりかけ2.8g	2.8					
	あじ磯辺フライ60g	60	牛乳(250ml)	257					
	米油	7	豆とかぼちゃのコロッケ80g	80					
	中濃ソース(ボトル)	5	米油	9					
	大根	20	ごぼう	40					
	ごぼう	15	豚もも肉	12					
	豚もも肉せん切り	15	豚肩肉	12					
	人参	10	板こんにやく	15					
突こんにやく	10	人参	15						
なると	6	(冷凍)さやいんげん	10						
干椎茸スライス	1.5	根生姜	1						
うすくち醤油	8	米油	1						
塩	0.2	清酒	3						
かつお削り節パック(だし用)	2.5	上白糖	2.5						
キャベツ	40	濃口醤油	6						
ホールコーン	15	水	20						
人参	7	もやし	50						
きゅうり	15	小松菜	20						
濃口醤油	3	人参	7						
米サラダ油	2.5	濃口醤油	3.6						
		ごま油	1						
		米酢	1.8						
		上白糖	1						
		塩	0.12						

※★印が付いた献立は、特定原材料8品目【卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ】を除いた献立です。但し、飲用牛乳、醤油(小麦)は使用します。使用されている加工食品及び原料配合表の該当する食品に★印が付いています。

※パンの献立に表示されている材料名の重量は、小麦粉及び生地重量です。