



2025年 9月 1日 月曜日

1人分量

始業式	
水稻穀粒(精白米)	100 g
学校給食用強化米	0.3 g
<b>【牛乳】</b>	
牛乳	1 本
<b>【サーモンフライ】</b>	
サーモンフライ	1 個
キャノーラ油 (なたね油)	6 g
<b>【ビーフン炒め】</b>	
ビーフン	10 g
豚肉スライス	8 g
キャベツ	20 g
にんじん	10 g
玉葱	15 g
もやし	20 g
にら	5 g
きくらげ(乾)	0.5 g
こいくちしょうゆ	1 g
料理酒	2 g
中華スープ	0.8 g
調合胡麻油 (ごま油)	2 g
おろししょうが	0.3 g
おろしにんにく	0.3 g
シマ・マス (食塩)	0.1 g
白こしょう	0.01 g
<b>【大根の味噌汁】</b>	
だいこん	25 g
カット油揚げ	3 g
カットこまつな	10 g
ほぐしえのきIQF	3 g
花かつお	1.5 g
かたくちいわし(煮干し)	1.5 g
合わせ味噌	10 g

2025年 9月 2日 火曜日

1人分量

<b>【ごはん】</b>	
水稻穀粒(精白米)	100 g
学校給食用強化米	0.3 g
<b>【牛乳】</b>	
牛乳	1 本
<b>【発芽玄米入り平つくね】</b>	
発芽玄米入り平つくね	1 個
<b>【マカロニサラダ】</b>	
マカロニ(エルポ)	10 g
IQFポークインナー3mm斜めスライス	8 g
キャベツ	25 g
にんじん	5 g
きゅうり	7 g
ホールソーカール (冷凍とうもろこし)	5 g
エッグケア(卵不使用)	10 g
シマ・マス (食塩)	0.2 g
白こしょう	0.01 g
<b>【五目スープ】</b>	
ソテー・ド・オignon (スライス70)	20 g
チンゲンサイ(冷凍)	10 g
冷凍豆腐(ダースカット)	15 g
きくらげ(乾)	0.5 g
無塩せきベーコン	8 g
がらすープ (チキン)	8 g
うすくちしょうゆ	2.5 g
料理酒	1 g
シマ・マス (食塩)	0.5 g
白こしょう	0.01 g

2025年 9月 3日 水曜日

1人分量

<b>【ごはん】</b>	
水稻穀粒(精白米)	100 g
学校給食用強化米	0.3 g
<b>【牛乳】</b>	
牛乳	1 本
<b>【チキンカレー】</b>	
鶏もも (2cmダイス)	35 g
ソテー・ド・オignon (スライス70)	50 g
にんじん	20 g
ダースカットポテト15mmカット	40 g
おろしにんにく	0.2 g
おろししょうが	0.2 g
トマトピューレ	4.5 g
キャノーラ油 (なたね油)	1 g
カレー (フレク)	10 g
ディナーカレー (フレク)	5 g
カレー粉	0.2 g
北海道シュレッドチーズ	2 g
プロバティックスプレーンヨーグルト	3 g
トマトケチャップ	4.5 g
ウスターソース (レストラン用)	1 g
コンソメゴールド	0.2 g
赤ワイン風調味料	1.5 g
こいくちしょうゆ	0.5 g
黒砂糖	1 g
りんごピューレ	2 g
水	
<b>【切干大根のサラダ】</b>	
ライオン油漬チン	10 g
カットほうれん草	20 g
切干し大根	3 g
キャベツ	20 g
和風ドレッシング	8 g

2025年 9月 4日 木曜日

1人分量

<b>【ごはん】</b>	
水稻穀粒(精白米)	100 g
学校給食用強化米	0.3 g
<b>【牛乳】</b>	
牛乳	1 本
<b>【さばの生姜煮】</b>	
さば生姜煮	1 個
<b>【五目豆】</b>	
大豆 (冷凍)	20 g
鶏もも (2cmダイス)	10 g
にんじん	10 g
サイコロこんにゃく	10 g
冷凍海藻細ざりくきわかめ	3 g
冷凍いんげん(すじなし)	3 g
こいくちしょうゆ	2.5 g
錦味特醸 (本みりん)	1 g
料理酒	1 g
三温糖	1 g
キャノーラ油 (なたね油)	0.5 g
<b>【豚汁】</b>	
豚肉スライス	10 g
さといも(冷凍)	10 g
千切ごぼう	10 g
だいこん	15 g
にんじん	10 g
突きこんにゃく (業務用ぎんぴら)	10 g
深ねぎ	5 g
おろししょうが	0.3 g
花かつお	1.5 g
かたくちいわし(煮干し)	1.5 g
合わせ味噌	10 g

2025年 9月 5日 金曜日

1人分量

<b>【ごはん】</b>	
水稻穀粒(精白米)	100 g
学校給食用強化米	0.3 g
<b>【牛乳】</b>	
牛乳	1 本
<b>【鶏肉の唐揚げ】</b>	
若鶏もも切り身	2 個
シマ・マス (食塩)	0.2 g
白こしょう	0.02 g
こいくちしょうゆ	3 g
料理酒	2 g
おろししょうが	0.5 g
おろしにんにく	0.5 g
でんぶん	8 g
キャノーラ油 (なたね油)	8 g
<b>【春雨のごま酢和え】</b>	
にんじん	5 g
きゅうり	15 g
もやし	25 g
ローズハムタンザク	8 g
緑豆春雨 (5cmカット)	8 g
三温糖	2 g
穀物酢	2 g
こいくちしょうゆ	3 g
いりごま白CF	1 g
調合胡麻油 (ごま油)	0.5 g
<b>【わかめスープ】</b>	
高麗わかめ	0.8 g
玉葱	20 g
きくらげ(乾)	1 g
いりごま白CF	1 g
がらすープ (チキン)	8 g
うすくちしょうゆ	2.5 g
シマ・マス (食塩)	0.5 g
白こしょう	0.01 g



2025年 9月 15日 月曜日

1人分量

2025年 9月 16日 火曜日

1人分量

2025年 9月 17日 水曜日

1人分量

2025年 9月 18日 木曜日

1人分量

2025年 9月 19日 金曜日

1人分量

敬老の日

【ごはん】	
水稻穀粒(精白米)	100 g
学校給食用強化米	0.3 g
【牛乳】	
牛乳	1 本
【テジブルコギ井の具】	
豚肉スライス	70 g
おろしにんにく	0.5 g
にんじん	10 g
玉葱	40 g
もやし	20 g
にら	3 g
緑豆春雨 (5cmカット)	5 g
料理酒	1 g
りんごピューレ	1.5 g
三温糖	1.5 g
コチジャン	3 g
ポッカレモン	0.5 g
こいくちしょうゆ	5 g
いりごま白CF	1 g
トウバンジャン	0.1 g
調合胡麻油 (ごま油)	1 g
【ワンタンスープ】	
ウェーブワンタン	7 g
にんじん	5 g
きくらげ(乾)	1 g
チンゲンサイ(冷凍)	10 g
がらスープ (チキン)	8 g
うすくちしょうゆ	2 g
こいくちしょうゆ	0.5 g
シマ・マス (食塩)	0.5 g
白こしょう	0.01 g

【ごはん】	
水稻穀粒(精白米)	100 g
学校給食用強化米	0.3 g
【牛乳】	
牛乳	1 本
【さばの唐揚げネギソース】	
さば切身粉付き	1 個
キャノラ油 (なたね油)	6 g
おろししょうが	0.5 g
おろしにんにく	0.5 g
深ねぎ	5 g
三温糖	3 g
穀物酢	2 g
こいくちしょうゆ	3 g
調合胡麻油 (ごま油)	1 g
【和風サラダ】	
キャベツ	30 g
だいこん	20 g
にんじん	5 g
きゅうり	10 g
ホルモンカネル (冷凍とうもろこし)	5 g
ライトツナ漬チャンク	15 g
和風ドレッシング (デリリヤス)	8 g
【白玉入りすまし汁】	
うす切り蒲鉾	3 g
カットほうれん草	10 g
ほぐしえのきIQF	3 g
冷凍白玉餅	30 g
こんぶ	1.5 g
花かつお	1.5 g
うすくちしょうゆ	2 g
シマ・マス (食塩)	0.5 g
料理酒	1 g

【ごはん】	
水稻穀粒(精白米)	100 g
学校給食用強化米	0.3 g
【牛乳】	
牛乳	1 本
【千草焼】	
千草焼	1 個
(代替食)	
国産鶏と根菜の平つくね	1 個
【豚肉とれんこんの甘辛炒め】	
豚肉スライス	20 g
スライスれんこん	20 g
突きこんにやく (業務用きんぴら)	20 g
にんじん	5 g
冷凍いんげん(すじなし)	5 g
こいくちしょうゆ	3 g
料理酒	3 g
三温糖	1.5 g
一味唐辛子	0.02 g
調合胡麻油 (ごま油)	1 g
【じゃがいもの味噌汁】	
タイスカットポテト15mmカット	25 g
ミニ絹厚あげ	20 g
ほぐしえのきIQF	3 g
カットこまつな	10 g
花かつお	1.5 g
かたくちいわし(煮干し)	1.5 g
合わせ味噌	10 g

【ごはん】	
水稻穀粒(精白米)	100 g
学校給食用強化米	0.3 g
【牛乳】	
牛乳	1 本
【豚のしょうが焼き】	
豚肉スライス	60 g
玉葱	40 g
にんじん	10 g
キャベツ	30 g
おろししょうが	3 g
こいくちしょうゆ	4 g
錦味特醸 (本みりん)	1 g
料理酒	2 g
三温糖	1 g
キャノラ油 (なたね油)	0.5 g
【焼売 (しゅうまい)】	
焼売 (肉) Fe&ファイバー	2 個
【もやしのスープ】	
無塩せきベーコン	8 g
もやし	20 g
にんじん	5 g
にら	5 g
がらスープ (チキン)	8 g
うすくちしょうゆ	2.5 g
シマ・マス (食塩)	0.5 g
白こしょう	0.01 g
調合胡麻油 (ごま油)	0.5 g



