

【予定献立材料表に関する留意事項】

予定献立材料表は、献立ごとの詳細材料を明確にし、食物アレルギー等で厳密な献立確認を必要とする皆さんに活用していただく資料です。
 使用材料は、献立名の順番に上から献立ごと点線で区切られています。

	中学 6日	中学 10日	中学 11日	中学 12日	中学 13日	中学 16日	中学 17日
	【新春献立】		長野市産ジビエ〜  〜		【更北中 思い出献立】		
献立名	麦ご飯 牛乳 だまこ餅汁 ぶりのゆずみそがけ 紅白なます だいだいの豆乳ムース	コッペパン 牛乳 鶏肉と小松菜のスープ キャベツメンチカツ コーンサラダ	麦ご飯 牛乳 吉野汁 鹿肉そぼろ丼の具 糸寒天のサラダ	コッペパン 牛乳 米粉マカロニのクリーム煮 キャベツとベーコンのソテー ぼんかん コーヒー牛乳の素	麦ご飯 牛乳 キムチスープ 鶏肉のから揚げ こんにやくサラダ わかめふりかけ いちごクレープ	麦ご飯 牛乳 中華スープ いかのチリソース 春雨サラダ	コッペパン 牛乳 寒天スープ チキンのピリ辛焼き ブロッコリーとツナのサラダ
使用材料	厚けずり 人参 鶏もも肉 白菜 だまこ餅 お祝いなると巻き 酒 塩 白しょうゆ こまつな	チキンブイヨン(レトルト) 鶏もも肉 玉ねぎ 人参 白菜 えのきたけ こまつな しょうゆ 塩 こしょう	厚けずり 玉ねぎ 人参 鶏肉ささ身 酒 しょうゆ でんぷん えのきたけ 白菜 豆腐 白しょうゆ 塩 酒 ほうれん草 しょうが 三温糖 塩 しょうゆ 酒 みりん こしょう むきえだまめ(冷凍)	バター 鶏もも肉 玉ねぎ 米粉マカロニ ホワイトしめじ ベシャメルソース 白ワイン コンソメ 塩 こしょう 牛乳 生クリーム サラダ油(ひまわり油) ショルダーベーコン 人参 キャベツ チンゲンサイ じゃがいも 塩 こしょう しょうゆ ぼんかん コーヒーミルク	厚けずり 豚もも肉 玉ねぎ 人参 白菜キムチ 白菜 しめじ おじゃがもちボール 酒 しょうゆ みそ 長ねぎ 鶏もも肉 切り身 にんにく しょうが しょうゆ 酒 でんぷん 揚げ油(ひまわり油) サラダこんにやく キャベツ きゅうり 塩 サラダ油(ひまわり油) 白しょうゆ 酢 こしょう わかめふりかけ いちごクレープ	チキンブイヨン(レトルト) 玉ねぎ 人参 えのきたけ 白菜 きくらげカット たけのこ缶 冷凍豆腐 スライスなると巻き しょうゆ 塩 こしょう ごま油 長ねぎ でんぷん いか 鹿の子目 でんぷん 揚げ油(ひまわり油) にんにく しょうが トウバンジャン 白いりごま 焼き油(ひまわり油) ブロッコリー ツナレトルト キャベツ 白しょうゆ サラダ油(ひまわり油) 酢 白しょうゆ 塩	チキンブイヨン(レトルト) サラダ油(ひまわり油) 玉ねぎ 人参 豚もも肉 白菜 えのきたけ 冷凍ホールコーン 塩 しょうゆ こしょう ぷるぷる寒天 鶏もも肉 切り身 三温糖 しょうゆ ごま油 にんにく しょうが トウバンジャン 白いりごま 焼き油(ひまわり油) ブロッコリー ツナレトルト キャベツ 白しょうゆ サラダ油(ひまわり油) 酢 白しょうゆ
単位 g	ぶり(魚) 切り身 三温糖 みそ 酒 みりん でんぷん ゆず果汁 水 大根 塩 人参 糸かまぼこ 上白糖 酢 塩 だいだいの豆乳ムース	キャベツメンチカツ 揚げ油(ひまわり油) ウスターソース トマトケチャップ みりん 三温糖 赤ワイン 冷凍ホールコーン もやし 中華ドレッシング	サラダ油(ひまわり油) しか肉(赤身) 豚ひき肉 しょうが 三温糖 塩 しょうゆ 酒 みりん こしょう むきえだまめ(冷凍)	サラダ油(ひまわり油) ショルダーベーコン 人参 キャベツ チンゲンサイ じゃがいも 塩 こしょう しょうゆ ぼんかん コーヒーミルク	鶏もも肉 切り身 にんにく しょうが しょうゆ 酒 でんぷん 揚げ油(ひまわり油) サラダこんにやく キャベツ きゅうり 塩 サラダ油(ひまわり油) 白しょうゆ 酢 こしょう わかめふりかけ いちごクレープ	チキンブイヨン(レトルト) 玉ねぎ 人参 えのきたけ 白菜 きくらげカット たけのこ缶 冷凍豆腐 スライスなると巻き しょうゆ 塩 こしょう ごま油 長ねぎ でんぷん いか 鹿の子目 でんぷん 揚げ油(ひまわり油) にんにく しょうが トウバンジャン 白いりごま 焼き油(ひまわり油) ブロッコリー ツナレトルト キャベツ 白しょうゆ サラダ油(ひまわり油) 酢 白しょうゆ	チキンブイヨン(レトルト) サラダ油(ひまわり油) 玉ねぎ 人参 豚もも肉 白菜 えのきたけ 冷凍ホールコーン 塩 しょうゆ こしょう ぷるぷる寒天 鶏もも肉 切り身 三温糖 しょうゆ ごま油 にんにく しょうが トウバンジャン 白いりごま 焼き油(ひまわり油) ブロッコリー ツナレトルト キャベツ 白しょうゆ サラダ油(ひまわり油) 酢 白しょうゆ

	中学	中学	中学	中学	中学	中学	中学
	18日	19日	20日	23日	24日	25日	26日
	【郷土食の日献立】		【大寒献立】		【給食記念日献立】		
献立名	五目ご飯 牛乳 豚汁 切干大根のおやき なめたけ和え	コッペパン 牛乳 ラビオリのトマトスープ めかじきのレモンソース フルーツポンチ	麦ご飯 牛乳 粕汁 きびなごのカレー揚げ 凍り豆腐の卵とじ 市田柿	麦ご飯 牛乳 豆まめみそ汁 くじらのオーロラ和え 大根の梅そぼろ炒め	コッペパン 牛乳 わかめスープ ハムカツ マンナンサラダ	麦ご飯 牛乳 すいとん汁 鮭の塩焼き 野沢菜漬け和え	メロンパン 牛乳 白菜のスープ 焼きウインナーマスタードソース コールスローサラダ
使用材料	煮干し ごぼう 豚もも肉 人参 大根 じゃがいも スライスこんにやく みそ 長ねぎ 七味唐辛子	豚もも肉 玉ねぎ 人参 大根 ホワイトしめじ 冷凍カットトマト トマトピューレ チキンブイヨン(レトルト) 塩 白ワイン	煮干し 玉ねぎ 豚もも肉 油揚げ 人参 スライスこんにやく 里いも 酒かす みそ 長ねぎ	煮干し 玉ねぎ 人参 じゃがいも 油揚げ 豆腐 豆乳(大豆) みそ	チキンブイヨン(レトルト) 鶏もも肉 玉ねぎ 人参 白菜 もやし 酒 塩	煮干し 豚かた肉 大根 人参 白菜 油揚げ スライスなると巻き しょうゆ 酒 生すいとん	チキンブイヨン(レトルト) サラダ油(ひまわり油) 玉ねぎ 鶏もも肉 たけのこ缶 人参 白菜 えのきたけ こしょう しょうゆ
単位g	おやき(切干大根) 白菜 なめたけ きゅうり カットわかめ 白しょうゆ	しょうゆ ラビオリ こまつな めかじき(魚)切り身 しょうゆ 酒 でんぷん 揚げ油(ひまわり油) 三温糖 白ワイン しょうゆ でんぷん 水 レモン汁 みかんシロップ漬け パインシロップ漬け ナタデココ アセロラジュレ	きびなご(魚) しょうゆ 酒 カレー粉 でんぷん 揚げ油(ひまわり油) サラダ油(ひまわり油) 鶏もも肉 玉ねぎ 人参 凍り豆腐 むきえだまめ(冷凍) だし汁 三温糖 酒 白しょうゆ 冷凍液卵 市田柿	くじら肉(赤肉) しょうゆ 酒 しょうが でんぷん 揚げ油(ひまわり油) 三温糖 中濃ソース みそ トマトケチャップ 水 しょうが 鶏ひき肉 大根 人参 酒 三温糖 しょうゆ 梅ごはんのもと とろみ粉	こしょう しょうゆ カットわかめ こまつな ローズハム 小麦粉 乾パン粉 揚げ油(ひまわり油) サラダこんにやく キャベツ 香味塩ドレッシング	長ねぎ 鮭(魚)切り身 焼き油(ひまわり油) 野沢菜漬け キャベツ きゅうり 人参 白しょうゆ 酢 上白糖 塩	こまつな ロングウインナー 焼き油(ひまわり油) ノンエッグマヨネーズ 粒入りマスタード 三温糖 しょうゆ 白ワイン でんぷん キャベツ 冷凍ホールコーン コールスロードレッシング

		中学		中学		中学
		27日		30日		31日
		【ちくわで食文化献立】				
献立名	麦ご飯 牛乳 沢煮椀 にじますの円揚げ 小松菜のごま和え	麦ご飯 牛乳 ちくわカレー 塩丸いかのサラダ デコボン		丸パン 牛乳 春雨スープ ハンバーグおろしソース もやしと枝豆のサラダ		
使用材料	厚けずり 切りごぼう 玉ねぎ 豚もも肉 人参 大根 油揚げ えのきたけ みりん 白しょうゆ 塩 こしょう	サラダ油(ひまわり油) にんにく しょうが 豚もも肉 焼き竹輪 玉ねぎ 人参 じゃがいも カレーウキッズ甘口 カレーウキッズ中辛 カレーウロークス 中濃ソース トマトケチャップ りんごピューレ ガラムマサラ 赤ワイン	玉ねぎ 鶏もも肉 人参 白菜 チキンブイヨン(レトルト) しょうゆ 塩 こしょう マロニー チンゲンサイ	ハンバーグ 大根 しょうゆ 三温糖 みりん 水 でんぷん 焼き油(ひまわり油)		
単位 g	にじますつぶらあげ 揚げ油(ひまわり油) 三温糖 しょうゆ みりん 水 でんぷん	キャベツ きゅうり 人参 塩丸いか 短冊 白しょうゆ かおり粉 デコボン		もやし むきえだまめ(冷凍) イタリアンドレッシング とろみ粉		
	こまつな キャベツ もやし 人参 白すりごま 白いりごま 白しょうゆ 上白糖					