

【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。

令和5年1月 予定献立材料表

	小学校	中学校	小学校	中学校	小学校	中学校	小学校	中学校	小学校	中学校	小学校	中学校	小学校	中学校	小学校	中学校
	6日	13日	10日	6日	11日	12日	12日	31日	13日	27日	16日	10日	17日	25日		
献立名	コッペパン 牛乳 白菜とウィンナーのスープ チリコンカン 海藻サラダ		黒砂糖パン 牛乳 押し麦の豆乳スープ 豚肉のレモンソース れんこんサラダ		《新春献立》 麦ご飯 牛乳 だまこ汁 ぶりのゆずだれがけ 紅白なます 新春ベリーゼリー		《ちくわで食文化献立》 減量五目ご飯 牛乳 吉野汁 ちくわのフライ 塩いかの和え物		食パン 牛乳 春雨スープ 鶏肉のハーブ焼き マカロニサラダ ノンエッグマヨネーズ		麦ご飯 牛乳 ごまみそ汁 おでん たくあん和え ゆかりふりかけ		コッペパン 牛乳 クリームシチュー ツナサラダ フルーツポンチ			
使用材料	【白菜とウィンナーのスープ】 (冷)ガラパック 生姜 玉ねぎ カットウィンナー 人参 大根 白菜 小松菜 塩 こしょう 白ワイン 白醤油		【押し麦の豆乳スープ】 油(炒め用) にんにく <small>ショウガ・パセリ</small> うす角 玉ねぎ 人参 大根 しめじ チキンブイヨン 塩 こしょう おおむぎ(押麦) 豆乳		【だまこ汁】 厚削り節 鶏もも角切り 人参 白菜 かぶ だまこ餅 酒 白醤油 塩 ねぎ		【吉野汁】 厚削り節 玉ねぎ 人参 ごぼう(せん切り) とりささみ カット 酒 醤油 でん粉 白菜 うすくち醤油 豆腐 小松菜		【春雨スープ】 (冷)ガラパック 生姜 玉ねぎ 人参 <small>ショウガ・パセリ</small> うす角 酒 醤油 塩 白菜 緑豆春雨 こしょう 小松菜		【ごまみそ汁】 厚削り節 玉ねぎ 人参 豚もも小間肉 白菜 <small>凍り豆腐</small> サイコロ 酒 赤味噌 白すりごま		【クリームシチュー】 バター 鶏もも角切り 玉ねぎ 人参 じゃが芋 しめじ ベシヤメルソース 塩 こしょう 牛乳 生クリーム			
	【チリコンカン】 大豆 油(炒め用) にんにく 玉ねぎ 豚ひき肉 トマトケチャップ トマトピューレ 中濃ソース 塩 こしょう チリパウダー 赤ワイン 小麦粉 とろみ粉		【豚肉のレモンソース】 豚もも角切り肉 酒 塩 でん粉 油(揚げ用) 酒 醤油 三温糖 レモン果汁		【ぶりのゆずだれがけ】 ぶり(魚)切り身 小 中 油(焼き用) 白醤油 みりん 三温糖 ゆず果汁 でん粉 水 とろみ粉		【ちくわのフライ】 焼き竹輪 小麦粉 パン粉 油(揚げ用)		【鶏肉のハーブ焼き】 鶏肉もも切り身 小 中 にんにく 塩 黒こしょう 白ワイン 醤油 乾燥バジル オレガノ オリーブ油 油(焼き用)		【おでん】 角切り昆布 大根 花こんにゃく さつま揚げ 野菜ミックスボール たこボール 里芋 三温糖 醤油 酒 みりん 水		【ツナサラダ】 きゃべつ きゅうり 人参 ツナフレーク 酢 上白糖 レモン果汁 塩 こしょう 白醤油 とろみ粉			
	【海藻サラダ】 海藻ミックス きゃべつ きゅうり 上白糖 ごま油 白醤油 塩 こしょう 酢 とろみ粉		【れんこんサラダ】 むきれんこん 酢 きゃべつ 小松菜 (冷)ホールコーン <small>コーン・ブロッコリー</small> (お好み)		【紅白なます】 大根 塩 人参 糸かまぼこ 酢 上白糖 塩 とろみ粉		【塩いかの和え物】 きゃべつ きゅうり 塩丸いか 白醤油 青じそ粉 とろみ粉		【マカロニサラダ】 ツイストマカロニ ほぐし粉 きゃべつ きゅうり 塩 こしょう		【たくあん和え】 きゃべつ きゅうり 人参 せん切りたくあん 白醤油 とろみ粉		【フルーツポンチ】 夏みかん缶 パイン缶/袋 ナタデココ <small>ボールゼリー(いちご)</small> 星型寒天			
					【新春ベリーゼリー】 <small>いちごとカラベリーのゼリー</small>		【ノンエッグマヨネーズ】 <small>ノンエッグマヨネーズ(小袋)</small>		【ゆかりふりかけ】 ゆかりふりかけ							

令和5年1月 予定献立材料表

献立名	小学校	中学校	小学校	中学校	小学校	中学校	小学校	中学校	小学校	中学校	小学校	中学校	小学校	中学校	小学校	中学校
	18日	23日	19日	16日	20日	24日	23日	18日	24日	11日	25日	17日	26日	30日		
	《大寒献立》		《松代中学校思い出献立》												《給食記念日献立》	
献立名	麦ご飯 牛乳 粕汁 わかさぎの磯辺揚げ ひじきの煮物		麦ご飯 牛乳 キムチスープ 鶏肉のから揚げ コーンサラダ コーヒー牛乳の素				コッペパン(小学校) 麦ご飯(中学校) 牛乳 肉団子のスープ いかの甘辛和え こんにゃくサラダ		麦ご飯(小学校) コッペパン(中学校) 牛乳 ジビエキーマカレー はなやかサラダ ぼんかん		コッペパン 牛乳 小松菜とえびのスープ ジャーマンポテト お豆のサラダ はちみつ		麦ご飯 牛乳 吹雪汁 さばの塩焼き れんこんの炒め物		麦ご飯 牛乳 ふのみそ汁 くじらのケチャップ和え 野沢菜漬け和え	
使用材料	【粕汁】 煮干し 人参 大根 里芋 鮭(魚)角切り 白菜 豆腐 赤味噌 白味噌 酒かす 【わかさぎの磯辺揚げ】 わかさぎ(魚) 塩 酒 青のり でん粉 油(揚げ用) 【ひじきの煮物】 油(炒め用) ひじき 人参 つきこんにゃく 豚もも肉細切り 酒 みりん 三温糖 醤油 冷凍さやいんげん		【キムチスープ】 (冷)ガラパック 生姜 玉ねぎ 人参 豚もも小間肉 白菜 えのきたけ 豆腐 白菜キムチ 酒 醤油 塩 こしょう ねぎ 【鶏肉のから揚げ】 鶏肉もも切り身 小 中 【コーンサラダ】 (冷)ホールコーン きやべつ 人参 きゅうり 塩 上白糖 油 酢 白醤油 とろみ粉 【コーヒー牛乳の素】 コーヒー牛乳の素				【肉団子のスープ】 チキンブイヨン 玉ねぎ 人参 肉団子 酒 塩 こしょう 醤油 白菜 小松菜 【いかの甘辛和え】 いか短冊 酒 でん粉 油(揚げ用) みりん 三温糖 醤油 でん粉 水 【こんにゃくサラダ】 サラダこんにゃく きやべつ きゅうり 人参 上白糖 ごま油 白醤油 酢 とろみ粉		【ジビエキーマカレー】 油(炒め用) にんにく 生姜 玉ねぎ 鹿ひき肉 人参 カレールウ中辛 カレールウ甘口 すりおろしりんご トマトピューレ トマトケチャップ ターメリックパウダー 赤ワイン カレー粉 中濃ソース 醤油 【はなやかサラダ】 ロースハム 短冊 きゅうり きやべつ 人参 黄ピーマン 油 上白糖 酢 塩 黒こしょう とろみ粉 【ぼんかん】 ぼんかん		【小松菜とえびのスープ】 厚削り節 玉ねぎ 人参 チキンブイヨン 冷むきえび 緑豆もやし 白しめじ 白菜 塩 うすくち醤油 でん粉 小松菜 【ジャーマンポテト】 油 にんにく ショルダールペーコン 短冊 玉ねぎ じゃが芋 塩 塩 こしょう 【お豆のサラダ】 ミックスビーンズ きやべつ きゅうり 人参 塩 上白糖 油 酢 白醤油 とろみ粉 【はちみつ】 寒天はちみつ		【吹雪汁】 厚削り節 あられはんぺん 玉ねぎ 人参 白菜 豆腐 酒 白醤油 塩 【さばの塩焼き】 さば(魚)切り身 小 中 塩焼き塩 油(焼き用) 【れんこんの炒め物】 油(炒め用) 豚もも肉細切り むきれんこん こんにゃくスライス 人参 冷凍さやいんげん 三温糖 酒 醤油 水 七味唐辛子 白いりごま		【ふのみそ汁】 煮干し 人参 玉ねぎ 大根 赤味噌 白味噌 小松菜 小切麩 【くじらのケチャップ和え】 くじら肉(赤肉) 生姜 にんにく 酒 みりん 醤油 でん粉 油(揚げ用) 中濃ソース 三温糖 トマトケチャップ カレー粉 水 【野沢菜漬け和え】 きやべつ 緑豆もやし 野沢菜漬け 人参 白醤油 酢 上白糖 とろみ粉 塩昆布	

令和5年1月 予定献立材料表

	小学校			小学校	中学校		小学校	中学校		中学校		
	27日			30日	19日		31日	20日		26日		
献立名	ソフト麺 牛乳 おにかけ汁 切り干し大根のおやき 糸寒天とソルガムの和え物			麦ご飯 牛乳 辛味豆腐汁 和風ハンバーグ 茎わかめのサラダ			コッペパン 牛乳 卵スープ ペンのミートソース 風邪に負けないサラダ			減量麦ご飯 牛乳 どさんこ汁 切り干し大根のおやき 糸寒天とソルガムの和え物 のりのつくだ煮		
使用材料	【おにかけ汁】 厚削り節 鶏もも小間肉 玉ねぎ 人参 焼き竹輪 油揚げ 酒 醤油 みりん 白菜 えのきたけ 塩 七味唐辛子 でん粉 ねぎ			【辛味豆腐汁】 煮干し 豚もも小間肉 えのきたけ 玉ねぎ 人参 白菜 豆腐 赤味噌 醤油 豆板醤			【卵スープ】 人参 玉ねぎ かまぼこ えのきたけ チキンブイヨン 塩 うすくち醤油 みりん 酒 でん粉 卵 小松菜			【どさんこ汁】 玉ねぎ 豚もも小間肉 人参 じゃが芋 (冷)ホールコーン チキンブイヨン 白菜 赤味噌 白味噌 ねぎ		
	【切り干し大根のおやき】 おやき			【和風ハンバーグ】 ハンバーグ 小 中 油(焼き用) 大根 みりん 醤油 三温糖 水 でん粉			【ペンのミートソース】 ペンネマカロニ 塩 油(炒め用) にんにく 豚ひき肉 玉ねぎ トマトケチャップ トマトピューレ ウスターソース こしょう			【切り干し大根のおやき】 おやき		
	【糸寒天とソルガムの和え物】 糸寒天 きやべつ きゅうり ソルガム 塩 ほぐし粉 上白糖 ごま油 白醤油 塩 こしょう 酢 とろみ粉			【茎わかめのサラダ】 <small>冷凍くきわかめ(細切り)</small> きやべつ 人参 きゅうり 白醤油 酢 上白糖 油 こしょう とろみ粉			【風邪に負けないサラダ】 カットかぼちゃ 人参 ブロッコリー (冷)ホールコーン ロースハム うす角 和風ドレッシング(※トド) 塩			【糸寒天とソルガムの和え物】 糸寒天 きやべつ きゅうり ソルガム 塩 ほぐし粉 上白糖 ごま油 白醤油 塩 こしょう 酢 とろみ粉		
										【のりのつくだ煮】 のり佃煮		