

【予定献立材料表に関する留意事項】

予定献立材料表は、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、献立ごとの詳細材料を明確にし、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。

令和5年10月 予定献立材料表 (小1コース)

長野市第四学校給食センター

	小1 2日	小1 3日	小1 4日	小1 5日	小1 6日	小1 10日	小1 11日						
	【おはなし献立：おいしい給食】			【イワシの日献立】		【おはなし献立：給食アンサンプル】							
献立名	麦ごはん 牛乳 中華スープ 酢豚 もやしの中華サラダ	丸パン 牛乳 ぷるぷる寒天スープ ハンバーグオニオンソース フレンチサラダ	麦ごはん 牛乳 米粉ワントンの辛味汁 ねぎ塩焼肉 のりマヨ和え	麦ごはん 牛乳 さつま汁 イワシのかば焼き 即席漬け	コッペパン 牛乳 米粉マカロニのABCスープ 焼きウインナー ジャジャギがいもサラダ	ソフト麺 牛乳 ミートソース ジャーマンポテト 梨	麦ごはん 牛乳 厚揚げのそぼろ汁 シルバーのもみじソース 茎わかめのサラダ						
使用材料	サラダ油(米油) 玉ねぎ 鶏胸小間肉 人参 <small>干しいたけ スライス</small> 白菜 がらスープ しょうゆ 塩 こしょう <small>春雨(マロニー)</small> ちんげん菜	玉ねぎ 人参 鶏胸小間肉 えのきたけ 白菜 <small>冷凍チキンピジョン</small> 酒 しょうゆ 塩 こしょう 耐熱寒天 ちんげん菜	サラダ油(米油) 豆板醤 玉ねぎ 鶏胸挽肉 人参 大根 白菜 がらスープ <small>米粉めん(短冊切り)</small> みそ しょうゆ にら	煮干し サラダ油(米油) むきごぼう 鶏胸小間肉 玉ねぎ 人参 <small>こんにやくスライス</small> 白菜 さつまいもちよう みそ 長ねぎ いわし(魚)開き	ショルダーベーコン 玉ねぎ 人参 白菜 <small>冷凍チキンピジョン</small> 塩 こしょう しょうゆ <small>米粉アルファベットマカロニ</small> パセリ ロングウインナー	サラダ油(米油) にんにく 豚ももひき肉 赤ワイン 玉ねぎ 人参 ブラウンルー デミグラスソース しょうゆ 塩 こしょう ケチャップ トマトピューレ 中濃ソース でん粉	サラダ油(米油) 生姜 鶏胸ひき肉 玉ねぎ 人参 しめじ 冷凍絹厚揚げ 白菜 みりん しょうゆ みそ でん粉 長ねぎ シルバー(魚)	豚もも角切り肉 でん粉 揚げ油(米油) サラダ油(米油) 生姜 玉ねぎ 三温糖 たけのこ水煮 米酢 酒 しょうゆ ケチャップ 三温糖 水 ピーマン 黄ピーマン 赤ピーマン でん粉	ハンバーグ 焼き油(米油) サラダ油(米油) 玉ねぎ 三温糖 しょうゆ 水 でん粉 キャベツ きゅうり 人参 サラダ油(米油) 米酢 上白糖 塩 こしょう	豚もも小間肉 にんにく 生姜 塩 薄口しょうゆ 上白糖 酒 こしょう サラダ油(米油) 玉ねぎ 長ねぎ ほうれんそう もやし キャベツ <small>ノンエッグマヨネーズ</small> 薄口しょうゆ きざみのり	焼き油(米油) 中濃ソース ケチャップ 三温糖 赤ワイン でん粉 水 じゃがいも 人参 キャベツ 薄口しょうゆ 米酢 塩 こしょう 上白糖 サラダ油(米油)	焼き油(米油) 人参 ケチャップ <small>ノンエッグマヨネーズ</small> 水 とろみ粉 冷凍茎わかめ キャベツ きゅうり 冷凍ホールコーン 薄口しょうゆ 米酢 サラダ油(米油) こしょう 塩	もやし きゅうり 人参 カット干しわかめ ごま油 米酢 薄口しょうゆ 塩

	小1 12日	小1 13日	小1 16日	小1 17日	小1 18日	小1 19日	小1 20日
		【目の愛護デー献立】		《緑ヶ丘小・大豆島小のみ》	【地域食材の日献立】	【豊野中学校思い出献立】	
献立名	麦ご飯 牛乳 さつまいもの豆乳みそ汁 きのご豚丼の具 ひじきサラダ	コッペパン 牛乳 ミネストローネ かぼちゃコロッケ ブロッコリーサラダ	麦ごはん 牛乳 すいとん汁 シイラのみそ漬け焼き たくあん和え	コッペパン 牛乳 ジュリエンスープ 鶏肉とポテトの揚げ煮 秋のフルーツポンチ	ソルガムごはん 牛乳 信州野菜のみそ汁 ジビエタコライスの具 綿内れんこんサラダ	ナン 牛乳 ポークカレー 鶏肉のから揚げ 春雨サラダ ブルーベリータルト	コッペパン 牛乳 秋野菜のポトフ スクランブルエッグ りんご
使用材料	煮干し 鶏胸角切り肉 人参 大根 油揚げ 白菜 さつまいもいちょう みそ 豆乳(大豆) ちんげん菜 サラダ油(米油) 豚もも小間肉 しょうゆ みりん 玉ねぎ しらたき しめじ エリンギ えのきたけ 三温糖 しょうゆ みりん 酒 長ねぎ でん粉 干ひじき キャベツ きゅうり 冷凍ホールコーン 上白糖 薄口しょうゆ 塩 米酢 サラダ油(米油)	にんにく ショルダーベーコン セロリー 玉ねぎ 人参 大根 冷凍ダイストマト トマトピューレ 冷凍チキンブイヨン 塩 こしょう ソルガムマカロニ(国・ホト) パセリ かぼちゃコロッケ 揚げ油(米油) ウスターソース ケチャップ 三温糖 みりん 赤ワイン ブロッコリー ロースハム 冷凍ホールコーン キャベツ 塩 こしょう サラダ油(米油) 米酢 薄口しょうゆ	煮干し 玉ねぎ 人参 鶏胸小間肉 えのきたけ 白菜 カットかぼちゃ すいとん しょうゆ 塩 長ねぎ 魚の味噌漬け しいら(魚)切り身 焼き油(米油) キャベツ きゅうり 人参 薄口しょうゆ せん切りだいこん漬け	ショルダーベーコン 玉ねぎ セロリー えのきたけ 人参 白菜 冷凍チキンブイヨン しょうゆ 塩 こしょう 鶏胸角切り肉 でん粉 冷凍皮付きポテト 揚げ油(米油) 三温糖 しょうゆ みりん 水 みかんシロップ漬け パインシロップ漬け ナタデココ いちょう絵模様寒天 冷凍カットゼリー(ビオネ)	煮干し 玉ねぎ 大根 人参 えのきたけ 白菜 みそ 長ねぎ サラダ油(米油) にんにく 鹿ひき肉 豚ももひき肉 赤ワイン 玉ねぎ 米粉 三温糖 ケチャップ 中濃ソース 塩 こしょう しょうゆ チリパウダー 皮むきれんこん キャベツ ロースハム 人参 薄口しょうゆ 上白糖 米酢 サラダ油(米油) 塩	サラダ油(米油) 生姜 にんにく 豚もも小間肉 赤ワイン 玉ねぎ 人参 キッズカレールウ甘口 キッズカレールウ中辛 テラックスカレールウ カットかぼちゃ しょうゆ 中濃ソース ケチャップ りんごピューレ ガラムマサラ 鶏もも肉切り身 生姜 しょうゆ 酒 でん粉 揚げ油(米油) 春雨(マロニー) きゅうり キャベツ 人参 サラダ油(米油) 薄口しょうゆ 塩 米酢 上白糖 和からし ブルーベリータルト	サラダ油(米油) にんにく 鶏もも角切り肉 セロリー 玉ねぎ 人参 しめじ 大根 じゃがいも キャベツ 冷凍チキンブイヨン しょうゆ 塩 こしょう パセリ サラダ油(米油) 玉ねぎ カットウィンナー 塩 こしょう ピーマン 赤ピーマン 冷凍液卵 りんご

	小1 23日	小1 24日	【東北中学校思い出献立】	小1 25日	小1 26日	【十三夜献立】	小1 27日	小1 30日	小1 31日	【ハロウィン献立】
献立名	麦ごはん 牛乳 根菜のみそ汁 きのこ入り肉しゅうまい ゆかり和え	ソフト麺 牛乳 みそラーメンスープ 大学芋 ツナとごぼうのサラダ	麦ごはん 牛乳 ミートボールスープ えびフライ 海藻サラダ 豆乳プリンタルト	麦ごはん 牛乳 いものこ汁 きんぴら包み焼き ふっこう青大豆のサラダ	麦ごはん 牛乳 オニオンスープ サバの米粉フライ コールスローサラダ ノンエッグタルタルソース	麦ごはん 牛乳 なめこ汁 いかのカレー揚げ 梅香和え	麦ごはん 牛乳 なめこ汁 いかのカレー揚げ 梅香和え	コッペパン 牛乳 オニオンスープ サバの米粉フライ コールスローサラダ ノンエッグタルタルソース	コッペパン 牛乳 かぼちやのシチュー なすとトマトのグラタン ほうれん草のサラダ	コッペパン 牛乳 かぼちやのシチュー なすとトマトのグラタン ほうれん草のサラダ
使用材料	煮干し 玉ねぎ ささがきごぼう 人参 こんにゃくスライス 皮むきれんこん さつまいもいちよう みそ 長ねぎ きのこしゅうまい	サラダ油(米油) にんにく 生姜 豚もも細切り肉 玉ねぎ 人参 干しいたけ スライス たけのこ水煮 白菜 冷凍ホールコーン がらスープ しょうゆ オイスターソース みそ 酒 こしょう でん粉 長ねぎ	玉ねぎ 人参 干しいたけ スライス 冷凍チキンピジョン 酒 しょうゆ 塩 冷凍ミートボール 白菜 こしょう ちんげん菜 えびフライ 揚げ油(米油) ウスターソース ケチャップ 三温糖 みりん 赤ワイン でん粉	煮干し 玉ねぎ 人参 えのきたけ さといも 山型なると 白菜 みそ 長ねぎ 和風きんぴら包み焼き	焼き油(米油) 三温糖 しょうゆ みりん でん粉 水 青大豆(乾) キャベツ きゅうり 人参 サラダ油(米油) 米酢 上白糖 薄口しょうゆ 塩 こしょう	ショルダーベーコン 玉ねぎ セロリー 人参 冷凍チキンピジョン 塩 しょうゆ こしょう パセリ サブフライ(米粉) 揚げ油(米油) 人参 キャベツ きゅうり 塩 サラダ油(米油) 米酢 レモン果汁 上白糖 薄口しょうゆ こしょう ノンエッグタルタルソース	煮干し 玉ねぎ 人参 白菜 豆腐 みそ なめこ 長ねぎ いか更紗揚げ 揚げ油(米油) キャベツ きゅうり 人参 もやし 薄口しょうゆ サラダ油(米油) 上白糖 カリカリ梅チップ きざみのり	サラダ油(米油) 玉ねぎ 鶏むね肉皮無角切り 白ワイン 人参 しめじ 冷かぼちやペースト ベシヤメルソース スキムミルク カットかぼちや 塩 こしょう 無塩バター 生クリーム なすとトマトのグラタン キャベツ 冷凍ホールコーン 人参 ほうれんそう 薄口しょうゆ サラダ油(米油) 米酢 塩 こしょう		
	キャベツ 人参 大根 塩 赤しそ粉	さつまいも乱切り でん粉 揚げ油(米油) しょうゆ 水 三温糖 みりん 水あめ 米酢 黒いりごま	えびフライ 揚げ油(米油) ウスターソース ケチャップ 三温糖 みりん 赤ワイン でん粉 海藻ミックス キャベツ 大根 きゅうり 薄口しょうゆ 米酢 サラダ油(米油) 上白糖 塩 こしょう	揚げ油(米油) 三温糖 しょうゆ みりん でん粉 水 青大豆(乾) キャベツ きゅうり 人参 サラダ油(米油) 米酢 上白糖 薄口しょうゆ 塩 こしょう	揚げ油(米油) 人参 キャベツ きゅうり 塩 サラダ油(米油) 米酢 レモン果汁 上白糖 薄口しょうゆ こしょう ノンエッグタルタルソース	揚げ油(米油) 人参 キャベツ きゅうり 塩 サラダ油(米油) 米酢 レモン果汁 上白糖 薄口しょうゆ こしょう ノンエッグタルタルソース	キャベツ きゅうり 人参 もやし 薄口しょうゆ サラダ油(米油) 上白糖 カリカリ梅チップ きざみのり	キャベツ 冷凍ホールコーン 人参 ほうれんそう 薄口しょうゆ サラダ油(米油) 米酢 塩 こしょう		
		さつまいも乱切り でん粉 揚げ油(米油) しょうゆ 水 三温糖 みりん 水あめ 米酢 黒いりごま	えびフライ 揚げ油(米油) ウスターソース ケチャップ 三温糖 みりん 赤ワイン でん粉 海藻ミックス キャベツ 大根 きゅうり 薄口しょうゆ 米酢 サラダ油(米油) 上白糖 塩 こしょう	揚げ油(米油) 三温糖 しょうゆ みりん でん粉 水 青大豆(乾) キャベツ きゅうり 人参 サラダ油(米油) 米酢 上白糖 薄口しょうゆ 塩 こしょう	揚げ油(米油) 人参 キャベツ きゅうり 塩 サラダ油(米油) 米酢 レモン果汁 上白糖 薄口しょうゆ こしょう ノンエッグタルタルソース	揚げ油(米油) 人参 キャベツ きゅうり 塩 サラダ油(米油) 米酢 レモン果汁 上白糖 薄口しょうゆ こしょう ノンエッグタルタルソース	キャベツ きゅうり 人参 もやし 薄口しょうゆ サラダ油(米油) 上白糖 カリカリ梅チップ きざみのり	キャベツ 冷凍ホールコーン 人参 ほうれんそう 薄口しょうゆ サラダ油(米油) 米酢 塩 こしょう		
		さつまいも乱切り でん粉 揚げ油(米油) しょうゆ 水 三温糖 みりん 水あめ 米酢 黒いりごま	えびフライ 揚げ油(米油) ウスターソース ケチャップ 三温糖 みりん 赤ワイン でん粉 海藻ミックス キャベツ 大根 きゅうり 薄口しょうゆ 米酢 サラダ油(米油) 上白糖 塩 こしょう	揚げ油(米油) 三温糖 しょうゆ みりん でん粉 水 青大豆(乾) キャベツ きゅうり 人参 サラダ油(米油) 米酢 上白糖 薄口しょうゆ 塩 こしょう	揚げ油(米油) 人参 キャベツ きゅうり 塩 サラダ油(米油) 米酢 レモン果汁 上白糖 薄口しょうゆ こしょう ノンエッグタルタルソース	揚げ油(米油) 人参 キャベツ きゅうり 塩 サラダ油(米油) 米酢 レモン果汁 上白糖 薄口しょうゆ こしょう ノンエッグタルタルソース	キャベツ きゅうり 人参 もやし 薄口しょうゆ サラダ油(米油) 上白糖 カリカリ梅チップ きざみのり	キャベツ 冷凍ホールコーン 人参 ほうれんそう 薄口しょうゆ サラダ油(米油) 米酢 塩 こしょう		