

【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11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 1日	小1 2日	小1 6日	小1 7日	小1 8日	小1 9日	小1 10日
		【いい歯の日献立】	【市長長野中学校思い出献立】				
献立名	麦ごはん 牛乳 大根のそぼろ汁 じゃが豚キムチ 小松菜の和え物	麦ごはん 牛乳 厚揚げのみそ汁 いかけそ揚げ はりはり漬け	麦ごはん 牛乳 ポーケカレー 鶏肉のから揚げ のりマヨ和え さつま芋と栗のタルト	ソフト麺 牛乳 ソルガム入り肉みそスープ ちくわのかば焼き シャキシャキじゃがいもサラダ	麦ごはん 牛乳 キャベツのスープ煮 ソルガム入りタコスの具 もやしとコーンのサラダ	麦ごはん 牛乳 凍り豆腐の卵とじ 鯛の紀州焼き 昆布和え	コッペパン 牛乳 ブラウンシチュー ブロッコリーのサラダ りんご
使用材料	かつおだしパック サラダ油(米油) 生姜 鶏胸ひき肉 玉ねぎ 大根 人参 こんにゃくスライス しょうゆ でん粉 ちんげん菜 ----- サラダ油(米油) 生姜 にんにく 玉ねぎ 豚もも小間肉 人参 しょうゆ 塩 みりん キムチの素 キャベツ じゃがいも にら とろみ粉 ----- 小松菜 もやし キャベツ 薄口しょうゆ 米酢 上白糖 塩 こしょう サラダ油(米油)	煮干し 玉ねぎ 人参 白菜 えのきたけ 厚揚げ みそ 小松菜 ----- むらさきいかけそ 生姜 酒 しょうゆ でん粉 揚げ油(米油) ----- 切干しだいこん 人参 きゅうり キャベツ せん切りだいこん漬け 米酢 薄口しょうゆ 塩 上白糖	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 じゃがいも ----- キッズカレーウ甘口 キッズカレーウ中辛 デラックスカレーウ 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) ----- ほうれんそう もやし キャベツ ノンエッグマヨネーズ 薄口しょうゆ きざみのり ----- さつま芋と栗のタルト	サラダ油(米油) にんにく 生姜 豆板醤 豚ももひき肉 玉ねぎ たけのこ水煮 人参 白菜 ソルガム がらスープ しょうゆ 酒 三温糖 みそ でん粉 長ねぎ ちくわ ----- でん粉 揚げ油(米油) 三温糖 みりん しょうゆ 酒 生姜 水 でん粉 ----- 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)	ショルダーベーコン 玉ねぎ 人参 じゃがいも キャベツ 冷凍チキンブイヨン 塩 こしょう しょうゆ パセリ ----- ソルガム サラダ油(米油) にんにく 豚ももひき肉 赤ワイン 玉ねぎ 米粉 ケチャップ 中濃ソース 塩 こしょう チリパウダー ----- もやし 冷凍ホールコーン きゅうり 人参 薄口しょうゆ 上白糖 米酢 サラダ油(米油) こしょう 塩	かつおだしパック サラダ油(米油) 鶏胸小間肉 玉ねぎ 人参 じゃがいも 凍り豆腐(サイコロ) 三温糖 しょうゆ 塩 酒 冷凍液卵 ----- 冷凍いんげん 魚の紀州漬け いわし(魚)開き ----- 焼き油(米油) キャベツ きゅうり 人参 塩昆布 薄口しょうゆ	サラダ油(米油) にんにく 豚もも小間肉 赤ワイン 玉ねぎ 人参 しめじ 冷凍ダイストマト 塩 こしょう じゃがいも ブラウンルウ ハヤシルウ ケチャップ 中濃ソース ----- 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 ----- りんご

	小1 13日	小1 14日	小1 15日	小1 16日	小1 17日	小1 20日	小1 21日	
	【北部中学校思い出献立】	【レスキューりんご献立】		【和食の日献立】				
献立名	わかめごはん 牛乳 キムチ汁 豚カツ 磯香和え チョコクレープ	コッペパン 牛乳 野菜スープ ハンバーグりんごソース フレンチサラダ	麦ごはん 牛乳 白菜スープ ポークチャップ さつま芋とひじきのサラダ	麦ごはん 牛乳 沢煮碗 鱈の塩麹焼き 卵の花炒り煮	コッペパン 牛乳 オニオンスープ ホキのレモン和え れんこんサラダ いちごジャム	麦ごはん 牛乳 豆腐とわかめのみそ汁 鶏肉とごぼうの揚げ煮 おかか和え	ソフト麺 牛乳 五目あんかけスープ 春巻き 切干大根のナムル	
使用材料	かつおだしパック 鶏胸小間肉 玉ねぎ えのきたけ しらたき 白菜キムチ キャベツ 豆腐 酒 しょうゆ みそ にら	ショルダーベーコン 玉ねぎ 人参 じゃがいも 白菜 冷凍ホールコーン 冷凍チキンピジョン しょうゆ 塩 こしょう パセリ	玉ねぎ 人参 鶏胸小間肉 <small>干しいたけ スライス</small> 冷凍ホールコーン 冷凍チキンピジョン 塩 こしょう しょうゆ 白菜 ちんげん菜	かつおだしパック 干切りごぼう 豚もも細切り肉 玉ねぎ <small>干しいたけ スライス</small> 大根 えのきたけ 人参 薄口しょうゆ みりん 塩 こしょう 小松菜	サラダ油(米油) 玉ねぎ ショルダーベーコン 人参 えのきたけ 冷凍チキンピジョン 塩 しょうゆ 黒こしょう パセリ	煮干し 玉ねぎ 人参 白菜 カット干しわかめ えのきたけ 豆腐 みそ 長ねぎ	ささがきごぼう 鶏むね肉皮無角切り でん粉 揚げ油(米油) しょうゆ 三温糖 みりん しょうゆ 水	サラダ油(米油) 生姜 玉ねぎ 豚もも小間肉 人参 <small>干しいたけ スライス</small> なると 酒 しょうゆ がらスープ 塩 こしょう 白菜 でん粉 ちんげん菜 春巻き
	豚ひれ肉	ハンバーグ	サラダ油(米油) にんにく 豚もも小間肉 塩 玉ねぎ しめじ 中濃ソース ケチャップ 赤ワイン ピーマン でん粉	魚の塩こうじ漬け ます(魚)切り身	ホキ(魚)角切り でん粉 揚げ油(米油) しょうゆ 三温糖 みりん レモン果汁	揚げ油(米油) しょうゆ 水	揚げ油(米油)	
	小麦粉 水 パン粉(乾燥) 揚げ油(米油) しょうゆ ウスターソース みりん 中ざら糖	焼き油(米油) 玉ねぎ にんにく りんご りんごピューレ しょうゆ 三温糖 米酢 ケチャップ でん粉	さつま芋もさいのめ きゅうり 干ひじき ツナレトルト 薄口しょうゆ ノンエッグマヨネーズ	焼き油(米油) サラダ油(米油) 人参 油揚げ ちくわ 白菜 長ねぎ おから 酒 三温糖 みりん しょうゆ 水	皮むきれんこん キャベツ 小松菜 塩 米酢 上白糖 薄口しょうゆ サラダ油(米油) いちごジャム	もやし キャベツ きゅうり かつお削り節 薄口しょうゆ	揚げ油(米油) 水	揚げ油(米油) もやし 切干しだいこん 小松菜 人参 ごま油 米酢 薄口しょうゆ 上白糖 白すりごま
	小松菜 もやし 人参 薄口しょうゆ きざみのり	キャベツ きゅうり 人参 サラダ油(米油) 米酢 塩 こしょう						
	チョコクレープ(米粉)							

	小1 22日	小1 24日	小1 27日	小1 28日	小1 29日	小1 30日
	【食べて学ぼう！世界の食文化！韓国】		【地域食材の日献立】			
献立名	麦ごはん 牛乳 わかめスープ チャプチェ キムチ和え	コッペパン 牛乳 さつまいもポターージュ ポテトカップかぼちゃグラタン こんにやくサラダ	麦ごはん 牛乳 きのこと汁 信州青大豆コロツケ 野沢菜和え	コッペパン 牛乳 白菜の豆乳クリームスープ じゃがいものジビエミートソース和え みかん	麦ごはん 牛乳 さつまいも汁 さばのねぎみそがけ なめたけ和え	麦ごはん 牛乳 里芋のみそ汁 焼肉 もやしのピリ辛和え
使用材料	かつおだしパック 玉ねぎ 糸かまぼこ 干しいたけ スライス 人参 豆腐 塩 しょうゆ カット干しわかめ 長ねぎ	ショルダーベーコン 玉ねぎ 人参 冷凍コーンペースト さつまいもペースト さつまいもいちよう 牛乳 ベシヤメルソース 無塩バター 塩 こしょう 生クリーム パセリ かぼちゃのグラタン	煮干し 人参 白菜 しめじ えのきたけ なめこ 大根 みそ 長ねぎ 青大豆コロツケ	ショルダーベーコン 玉ねぎ 人参 冷凍ホールコーン 白菜 冷凍チキンフイヨン 塩 こしょう 白ワイン 豆乳(大豆) 米粉 ちんげん菜	煮干し サラダ油(米油) むぎごぼう 鶏胸小間肉 玉ねぎ 人参 白菜 こんにやくスライス さつまいもいちよう みそ 長ねぎ さば(魚)切り身	煮干し 人参 玉ねぎ さともも 白菜 えのきたけ こんにやくスライス みそ 長ねぎ 豚もも小間肉 にんにく 生姜 みりん 酒 三温糖 しょうゆ 玉ねぎ 焼き油(米油)
	ごま油 にんにく 豚もも細切り肉 もやし たけのこ水煮 赤ピーマン ちんげん菜 三温糖 みそ 酒 オイスターソース 春雨(マロニー) とろみ粉 白すりごま	サラダこんにやく キャベツ きゅうり 塩 サラダ油(米油) こしょう 米酢 薄口しょうゆ	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 野沢菜漬け キャベツ 人参 薄口しょうゆ かつお削り節	サラダ油(米油) にんにく 鹿ひき肉 豚ももひき肉 玉ねぎ しめじ 塩 こしょう ケチャップ トマトピューレ 中濃ソース 赤ワイン じゃがいも みかん	焼き油(米油) 長ねぎ みそ 三温糖 みりん キャベツ きゅうり 塩 なめたけ 薄口しょうゆ	焼き油(米油) 長ねぎ みそ 三温糖 みりん キャベツ きゅうり 塩 なめたけ 薄口しょうゆ 上白糖 米酢 豆板醤
	大根 きゅうり 人参 サラダ油(米油) キムチの素 薄口しょうゆ					