

【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(中学コース)

長野市第四学校給食センター

	中学 1日	中学 2日	中学 6日	中学 7日	中学 8日	中学 9日	中学 10日
献立名	食パン 牛乳 キャベツのスープ煮 チリコンカン もやしとコーンのサラダ	麦ごはん 牛乳 里芋のみそ汁 焼肉 もやしのピリ辛和え	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	【食べて学ぼう！世界の食文化！韓国】 麦ごはん 牛乳 わかめスープ チャプチェ キムチ和え	【レスキューりんご献立】 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	【和食の日献立】 麦ごはん 牛乳 沢煮椀 鱈の塩麴焼き 卵の花炒り煮	【北部中学校思い出献立】 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
				【食べて学ぼう！世界の食文化！韓国】 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 人参 カット干しわかめ 長ねぎ	【レスキューりんご献立】 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 冷凍チキンフィオン 塩 しょうゆ しょうゆ パセリ	【和食の日献立】 かつおだしパック 千切りごぼう 豚もも細切り肉 玉ねぎ 干しいたけ スライス 大根 えのきたけ しょうゆ 薄口しょうゆ みりん 塩 こしょう 小松菜	【北部中学校思い出献立】 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 しょうゆ みそ にら
使用材料	ショルダーベーコン 玉ねぎ 人参 じゃがいも キャベツ 冷凍チキンフィオン 塩 こしょう しょうゆ パセリ	煮干し 人参 玉ねぎ さといも 白菜 えのきたけ こんにゃくスライス みそ 長ねぎ	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	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 人参 カット干しわかめ 長ねぎ 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	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 冷凍チキンフィオン しょうゆ 塩 こしょう パセリ ハンバーグ 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 キャベツ きゅうり 人参 サラダ油(米油) 米酢 塩 こしょう	かつおだしパック 千切りごぼう 豚もも細切り肉 玉ねぎ 干しいたけ スライス 大根 えのきたけ しょうゆ 薄口しょうゆ みりん 塩 こしょう 小松菜 魚の塩こうじ漬け ます(魚)切り身 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	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 しょうゆ みそ にら 豚ひれ肉 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 小松菜 もやし 人参 薄口しょうゆ きざみのり チョコクレープ(米粉)
	大豆(乾) サラダ油(米油) にんにく 豚ももひき肉 赤ワイン 玉ねぎ 塩 こしょう 米粉 ケチャップ 中濃ソース チリパウダー	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)	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)	人参 みそ 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	りんご しょうゆ 三温糖 米酢 ケチャップ でん粉 キャベツ きゅうり 人参 サラダ油(米油) 米酢 塩 こしょう	みそ しょうゆ 薄口しょうゆ みりん 塩 こしょう 小松菜 魚の塩こうじ漬け ます(魚)切り身 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	みそ にら 豚ひれ肉 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 小松菜 もやし 人参 薄口しょうゆ きざみのり チョコクレープ(米粉)
	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	サダダ油(米油) 薄口しょうゆ 上白糖 米酢 豆板醤					

		中学 13日		中学 14日		中学 15日		中学 16日		中学 17日		中学 20日		中学 21日
献立名				【いい菌の日献立】						【市立長野中学校思い出献立】				
		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 厚揚げのみそ汁 いかげそ揚げ はりはり漬け		コッペパン 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 さつま汁 さばのねぎみそがけ なめたけ和え		麦ごはん 牛乳 ポークカレー 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 五目あんかけスープ 春巻き 切干大根のナムル		麦ごはん 牛乳 凍り豆腐の卵とじ 鯛の紀州焼き 昆布和え
使用材料		ショルダーベーコン 玉ねぎ 人参 冷凍ホールコーン 白菜 冷凍チキンフィヨン 塩 こしょう 白ワイン 豆乳(大豆) 米粉 ちんげん菜		煮干し 玉ねぎ 人参 白菜 えのきたけ 厚揚げ みそ 小松菜		玉ねぎ 人参 鶏胸小間肉 干しいたけ スライス 冷凍ホールコーン 冷凍チキンフィヨン 塩 こしょう しょうゆ 白菜 ちんげん菜		煮干し サラダ油(米油) むきごぼう 鶏胸小間肉 玉ねぎ 人参 白菜 こんにゃくスライス さつまいもいちょう みそ 長ねぎ		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 キッズカレールウ甘口 キッズカレールウ中辛 デラックスカレールウ 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		サラダ油(米油) 生姜 玉ねぎ 豚もも小間肉 人参 干しいたけ スライス 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		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
		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		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) 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 さつまいもさいのめ 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) 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		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 さつまいもと栗のタルト		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		焼き油(米油) キャベツ きゅうり 人参 塩昆布 薄口しょうゆ

