

日向市学校給食センター

2日（月）			3日（火）			4日（水）			5日（木）			6日（金）		
麦ごはん はし 麺入りマーボー豆腐 たまねぎドレッシングサラダ			ドッグパン スプーン たくあんサラダ にんじんのポタージュ			麦ごはん はし 肉じゃが 春雨の酢の物			減量ミルクパン スプーン オーロラフィッシュ 添えブロッコリー 野菜スープ			麦ごはん スプーン もずく丼 トマト入りつみれ汁		
食品名	1人分		食品名	1人分		食品名	1人分		食品名	1人分				
ごま油	0.5		千切りたくあん	10		こめサラダ油	0.3		たら角切り（粉付）（魚）	60		こめサラダ油	0.3	
豚ももひき肉	35		ツナ（魚）	15		牛肉こま切れ	35		（大豆白絞油）			生姜	0.5	おろす
生姜	0.2	おろす	キャベツ	28	5	たまねぎ	25	5くし	さとう	0.4		酒	0.5	
おろしにんにく	0.2		たまねぎ	8	3くし	にんじん①	15	5いちよう	ケチャップ	5.7		鶏むねひき肉	30	
たまねぎ	20	みじん	マヨネーズ（エッグケア）	7		じゃがいも	50	20角	マヨネーズ（エッグケア）	5.7		たまねぎ	20	3くし
にんじん	15	みじん	うすくち（P）	0.3		きんぴら用こんにゃく	12		パセリチップ	0.05	粗みじん	にんじん	12	太干
しいたけみじん	10					厚揚げ	15	3×6	水	3		冷コーン	10	
水	20		こめサラダ油	0.3		水	11					冷もずく	20	
中華スープ	0.3		鶏むねこま切れ	30		中双	2.1		冷ブロッコリー	30		水	13	
赤みそ	3		おろしにんにく	0.2		みりん	1.2		うすくち（P）	1.5		しょうゆ（こ）	2	
豆板醤	0.1		酒	0.2		酒	1.5		こしょう	0.02		しょうゆ（う）	4	
さとう	1		塩	0.38		しょうゆ（う）	2.6					さとう	1	
しょうゆ（こ）	3		こしょう	0.03		しょうゆ（こ）	2.3		こめサラダ油	0.3		みりん	1	
みりん	1		しめじフレッシュ	5	（南給）	冷青豆	10		鶏むねこま切れ	15		冷オクラスライス	5	
冷豆腐3g	45		水	45					たまねぎ	15	3くし			
にら	2	20	れんこん水煮	8	7	焼豚カット	10		にんじん	8	3いちよう	水	100	
でんぶん	0.7		冷さがきごぼろ	8		春雨	4		塩	0.1		いりこだし	1	
冷ちゃんぽん麺	25		冷にんじんビュレ	15	おろす	にんじん②	8	細干	こしょう	0.03		酒	1	
			クリームコーン缶	15		きゅうり	25	3輪	水	100		冷お野菜つみれ（魚）	20	
ハム	10		野菜ブイヨン	1.2		さとう	1.3		野菜ブイヨン	1.2		冷さつまいもダイス	20	
きゅうり	20	3輪	豆乳	35		酢	2.5		マカロニ	4		国産たけのご短冊	8	
冷ブロッコリー	30		しょうゆ（う）	1.5		うすくち（P）	2.7		国産大豆水煮	8		しいたけスライス	8	
おいしいたまねぎドレッシング	8		コーンスターチ	1	豆乳で溶く	すりごま	1		しょうゆ（う）	3		トマト	15	15角
こしょう	0.03		冷小松菜BQF	15		ごま油	0.6		キャベツ	20	10	しょうゆ（う）	4.5	
									冷アスパラガス	10	20	ほうれん草BQF	15	

9日（月）			10日（火）			11日（水）			12日（木）			13日（金）		
麦ごはん はし 鶏肉と野菜のごまみそ煮 ツナわかめサラダ ふりかけ			マヨネーズパン はし ブルコギ 汁ビーフン			麦ごはん スプーン ビーフストロガノフ フルーツポンチ			黒糖パン スプーン 魚のスパイシー揚げ そえ野菜 コーンスープ			麦ごはん はし 八宝菜 千切り大根のバンバンジー		
食品名	1人分		食品名	1人分		食品名	1人分		食品名	1人分		食品名	1人分	
こめサラダ油	0.3		ごま油	0.3		冷大豆バター	4.5		たら角切り（魚）	60		ごま油	0.3	
鶏ももこま切れ	35		豚ももこま切れ	35		小麦粉	4.5		おろししょうが	0.2		生姜	0.3	おろす
生姜	0.8	おろす	生姜	0.3	おろす	こめサラダ油	0.3		おろしにんにく	0.2		豚ももこま切れ	30	
酒	0.5		おろしにんにく	0.2		牛肉こま切れ	35		酒	1		たまねぎ	35	5くし
水	20		塩	0.12		おろしにんにく	0.3		さとう	0.6		にんじん	15	太干
サイコロこんにゃく2cm	20		こしょう	0.02		塩	0.3		しょうゆ（う）	2		塩	0.12	
冷さがきごぼろ	10		たまねぎ	30	3くし	こしょう	0.03		カレー粉	0.3		こしょう	0.03	
だいこん	30	8いちよう	にんじん①	15	太干	赤ワイン	2.5		でんぶん	8		国産たけのご短冊	18	
にんじん	10	5いちよう	すりおろしりんご	3		たまねぎ	30	5くし	（大豆白絞油）			水	15	
厚揚げ	20	4×5	さとう	1		にんじん	8	4いちよう				鶏豚湯	1	
中双	2.6		しょうゆ（こ）	1.8		水	45		冷アスパラガス	25	20	中華スープ	0.15	
合わせみそ	6.5		コチジャン	1		がらスープ	5		青じそドレッシング	3		☆うずら卵フレッシュ	20	
しょうゆ（こ）	1.5		大豆ミート	4		ケチャップ	1.8					きくらげスライス	0.3	
みりん	1.4		ピーマン	4	3	ウスターソース	4.8		こめサラダ油	0.3		しょうゆ（う）	3.2	
ねりごま	2		でんぶん	0.5		野菜ブイヨン	1		鶏むねこま切れ	8		でんぶん	1	
冷青豆	8					しょうゆ（う）	1.8		たまねぎ	20	3くし	キャベツ	35	15
			ごま油	0.2		☆牛乳	35		塩	0.1				
ツナ（魚）	10		鶏むねこま切れ	10		☆ヨーグルト（400g）	1		こしょう	0.03		ささみフレーク	15	
わかめ	1		塩	0.16		ほうれん草BQF	10		にんじん	5	3いちよう	きゅうり	25	3輪
キャベツ	20	5	こしょう	0.01	3いちよう				水	100		千切り大根	4	40
冷ブロッコリー	20		にんじん②	10		みかん缶	15	シロップ切る	野菜ブイヨン	1.2		おろししょうが	0.15	
さとう	1.3		きくらげスライス	0.8		ももレトルト	15	シロップ残す	しょうゆ（う）	2.6		すりごま	3	
うすくち（P）	2.5		水	115		パインレトルト	15	シロップ切る	クリームコーン缶	25		しょうゆ（う）	2.9	
酢	2		中華スープ	0.85		りんごレトルト	15	シロップ切る	冷コーン	12		酢	2.2	
ごま油	1.5		冷豆腐3g	20		冷さくらんぼゼリー	30		冷ダイスカットかぼちゃ	15		さとう	1	
			酒	1								ごま油	1	
さけばっぱ（魚）			しょうゆ（う）	2										
			ビーフン	4										
			キャベツ	20	10									

日向市学校給食センター

16日(月)			17日(火)			18日(水)			19日(木)			20日(金)		
麦ごはん タコライス とんこつみそスープ			コッペパン スプーン スッキーニとアスパラのシチュー 塩昆布マヨサラダ			麦ごはん はし 鶏の梅味噌焼き そえ野菜 かき玉汁			減量チーズパン フォーク ツナおろしスパゲティ ごぼうサラダ ヨーグルト			麦ごはん はし 魚のおかかごろも ごまじょうゆ和え オクラとなめこのとろとろ汁		
			食品名	1人分		食品名	1人分					食品名	1人分	
豚ももひき肉	35		こめサラダ油	0.3		鶏もも皮つき50g	1 小		こめサラダ油	0.3		たら角切り(粉付)(魚)	60	
おろしにんにく	0.3		鶏もも角切り2cm	35		鶏もも皮つき70g	1 中		豚ももこま切れ	20		(大豆白絞油)		
たまねぎ	35	みじん	たまねぎ	25	5 くし	酒	1.5		おろしにんにく	0.3		さとう	2.3	
にんじん①	15	みじん	塩	0.4		さとう	1.5		にんじん	15	太千	しょうゆ(こ)	2.9	
水	2.5		こしょう	0.06		みりん	3		冷エリンギ	10		みりん	2	
大豆ミート	6		にんじん	10	4 いちよう	国産梅肉	3		塩	0.2		酒	1	
トマト	8	15角	じゃがいも	25	20角	赤みそ	3		まぐろフレーク油漬(魚)	15		水	3.6	
野菜フイヨン	0.8		水	30		水	3		だいこん	45	おろす	かつお節粉(魚)	2	
赤ワイン	1		がらスープ	5					酒	1.2				
チリソース	2.5		野菜フイヨン	0.8		きゅうり	25	3輪	さとう	1.5		冷ブロッコリー	30	
ケチャップ	2.5		しょうゆ(う)	0.8		わかめ	0.5		酢	1.2		うすくち(P)	1	
ウスターソース	1.5		米粉	3	豆乳で溶く	うすくち(P)	1.5		しょうゆ(う)	2.5		酢	0.9	
塩	0.32		豆乳	30		さとう	0.75		青ねぎ	3	5	さとう	0.6	
ピーマン	5	みじん	ズッキーニ	15	6半月	すりごま	1		かつお節粉(魚)	0.5		ごま油	0.3	
			冷アスパラカット	12					スパゲティハーフ	22				
こめサラダ油	0.3					水	105		水	8		水	100	
鶏むねこま切れ	10		冷韓切りちくわ(魚)	10		いりこだし	3		きざみのり	0.3		いりこだし	1	
生姜	0.2	おろす	キャベツ	20	5	たまねぎ	10	3 くし				たまねぎ	15	3 くし
にんじん②	10	薄短	ほうれん草IQF	20		にんじん	10	3 いちよう	冷カットウィンナー3mm	10		にんじん	10	3 いちよう
えのきフレッシュ	8	(南給)	冷コーン	10		冷ダイスカットかぼちゃ	10		冷干切りごぼう	18	5	だいこん	15	4 いちよう
水	110		塩昆布	1.5		県産しいたけスライス	8		干しにんじん	2		なめこ水煮	15	
冷豆腐3g	20		マヨネーズ(エックケア)	5		☆液卵	20		ほうれん草IQF	20		冷豆腐3g	15	
白豚湯	1.5		ごま油	1		冷小松菜BQF	15		スクール焼酎ごまドレッシング	9		合わせみそ	10	
赤みそ	4		かつお節粉(魚)	0.5		しょうゆ(う)	3.7		こしょう	0.03		冷オクラスライス	8	
しょうゆ(う)	1					酒	1							
もやし	20					塩	0.3		☆ヨーグルト(元氣)	1	直送			
冷小松菜BQF	10					でんぷん	1		アレルギー代替食品豆乳ムース	1				
23日(月)			24日(火)			25日(水)			26日(木)			27日(金)		
麦ごはん きつね丼 ヘベドレ和え			減量ミルクパン はし トマトラーメン(具) トマトラーメン(麺) フレンチサラダ			麦ごはん はし ぶり和大根の煮物 豚汁			コッペパン スプーン じゃがいものチーズ煮 ゴーヤの和え物 ジャム			麦ごはん はし トッポギ入りデジカルビ 海藻の中華スープ		
食品名	1人分		食品名	1人分		食品名	1人分		食品名	1人分		食品名	1人分	
水	60		ごま油	0.5		ぶり角切り(魚)	40	湯引き	こめサラダ油	0.2		こめサラダ油	0.2	
いりこだし	1		ベーコン	10		だいこん	30	15角	鶏もも角切り2cm	30		牛肉こま切れ	35	
さとう	1.4		豚ももこま切れ	15		☆うすら卵フレッシュ	25		たまねぎ	35	5 くし	おろしにんにく	0.2	
しょうゆ(う)	6		おろしにんにく	0.25		生姜	1	おろす	にんじん	10	3 いちよう	生姜	0.2	おろす
みりん	1.2		水	90		水	12		しめじフレッシュ	8	(南給)	たまねぎ	27	3 くし
酒	1		もやし	15		中双	1.8		塩	0.2		にんじん①	10	太千
鶏ももこま切れ	25		キャベツ	15	10	しょうゆ(う)	1.5		こしょう	0.02		トッポギ	12	
たまねぎ	20	4 くし	きくらげスライス	1		しょうゆ(こ)	2.5		水	25		キャベツ	27	10
にんじん	13	3 いちよう	トマトスープの素	15		みりん	3.6		じゃがいも	40	20角	コチジャン	2.6	
しいたけスライス	6		白豚湯	2		酒	2.3		冷コーン	10		しょうゆ(こ)	2.5	
冷きざみ揚げ	10		しょうゆ(こ)	1		冷青豆	5		野菜フイヨン	0.38		酒	1	
☆液卵	20		塩	0.3		水			冷アスパラカット	8		さとう	1.2	
でんぷん	1		こしょう	0.04		いりこだし	1	100	☆クッキングチーズ	10		すりごま	1	
冷青豆	10		冷小松菜BQF	15		豚ももこま切れ	15							
			豆乳	5		れんこん水煮	8	7	ゴーヤ	7	3半月	水	110	
冷小松菜BQF	20		冷カットちゃんぽん	50		冷ささがきごぼう	8		きゅうり	25	3輪	鶏むねこま切れ	10	
冷カリフラワー	10		こめサラダ油	1.05		きんぴら用こんにゃく	8		もやし	20		中華スープ	0.8	
チルドじゃがいも1.5cm角	20					にんじん	8	3 いちよう	ツナ(魚)	10		だいこん	10	5 くし
ハム	10		きゅうり	25	3輪	冷ダイスカットかぼちゃ	15		こめサラダ油	1.5		にんじん②	8	3 いちよう
へべす果汁	1.3		冷ブロッコリー	25					さとう	1		しいたけスライス	10	
酢	1		冷コーン	10		冷豆腐3g	15		酢	1.9		厚揚げ	15	4×6
さとう	1.4		ノンオイルドレッシングクレーマーフレンチ	8		合わせみそ	10		うすくち(P)	2		国産だけのこ短冊	10	
こめサラダ油	2.3		こしょう	0.03		青ねぎ	3	5	塩	0.1		海藻サラダ	0.8	
塩	0.37								こしょう	0.02		しょうゆ(う)	3.5	
こしょう	0.023								りんごジャム	1		こしょう	0.01	
												チンゲン菜BQF	10	
												でんぷん	1	

日向市学校給食センター

[illegible]