

【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12月 予定献立材料表（小2コース）

長野市第四学校給食センター

|      | 小2   | 小2  | 小2   | 小2   | 小2   | 小2   | 小2  |        |
|------|--|---|--|--|--|--|---|--------|
|      | 1日   | 4日  | 5日   | 6日   | 7日   | 8日   | 11日   |        |
|      |  |   |  | 【地域食材の日献立】   |  |  |   | 【冬至献立】 |
| 献立名  | 麦ごはん<br>牛乳<br>ツナと豆腐の中華煮<br>肉しゅうまい<br>わかめとコーンのサラダ   | 麦ごはん<br>牛乳<br>鶏ごぼう汁<br>レバーのケチャップ和え<br>梅香和え  | 食パン<br>牛乳<br>大根のスープ<br>ドライカレー<br>フルーツポンチ   | 野沢菜ごはん<br>牛乳<br>きのことり豚汁<br>卵の花サラダ<br>りんご   | コッペパン<br>牛乳<br>にんじんポタージュ<br>メルルーサのレモン揚げ<br>海藻サラダ   | 麦ごはん<br>牛乳<br>すき焼き煮<br>野菜のふっくら寄せ<br>ごま和え   | 麦ごはん<br>牛乳<br>かぼちゃほうとう汁<br>メダイのゆずみそがけ<br>糸寒天サラダ   |        |
| 使用材料 | サラダ油(米油)<br>生姜<br>玉ねぎ<br>人参<br>たけのこ水煮<br>干しいたけ スライス<br>絞り豆腐<br>がらスープ<br>三温糖<br>塩<br>こしょう<br>しょうゆ<br>オイスターソース<br>ツナレトルト<br>じゃがいも<br>長ねぎ<br>肉しゅうまい | かつおだしパック<br>サラダ油(米油)<br>鶏胸小間肉<br>ささがきごぼう<br>玉ねぎ<br>人参<br>えのきたけ<br>じゃがいも<br>酒<br>しょうゆ<br>こしょう<br>長ねぎ | ショルダーベーコン<br>玉ねぎ<br>人参<br>大根<br>しめじ<br>冷凍チキンブイヨン<br>白菜<br>しょうゆ<br>塩<br>こしょう<br>パセリ | 煮干し<br>サラダ油(米油)<br>ささがきごぼう<br>豚もも小間肉<br>玉ねぎ<br>人参<br>大根<br>しめじ<br>えのきたけ<br>こんにゃくスライス<br>じゃがいも<br>みそ<br>長ねぎ<br>おから<br>人参<br>ほうれんそう<br>キャベツ<br>ツナレトルト<br>ノンエッグマヨネーズ<br>塩<br>米酢<br>上白糖<br>りんご | ショルダーベーコン<br>玉ねぎ<br>人参<br>冷人参ペースト<br>冷凍コーンペースト<br>白ワイン<br>塩<br>こしょう<br>ベンジャメルソース<br>スキムミルク<br>無塩バター<br>生クリーム<br>パセリ<br>メルルーサ(魚)<br>人参<br>揚げ油(米油)<br>しょうゆ<br>三温糖<br>みりん<br>レモン果汁<br>水<br>海藻ミックス<br>キャベツ<br>大根<br>きゅうり<br>薄口しょうゆ<br>米酢<br>サラダ油(米油)<br>上白糖<br>塩<br>こしょう | サラダ油(米油)<br>玉ねぎ<br>豚もも小間肉<br>人参<br>えのきたけ<br>しらたき<br>三温糖<br>酒<br>しょうゆ<br>白菜<br>長ねぎ<br>焼き豆腐<br>野菜のふっくら寄せ | 煮干し<br>玉ねぎ<br>鶏胸小間肉<br>人参<br>えのきたけ<br>カットかぼちゃ<br>白菜<br>酒<br>しょうゆ<br>塩<br>米粉めん(短冊切り)<br>長ねぎ<br>メダイ(魚)<br>焼き油(米油)<br>しょうゆ<br>酒<br>みそ<br>三温糖<br>みりん<br>ゆず(果汁)<br>水<br>でん粉<br>サラダ用糸寒天<br>大根<br>キャベツ<br>人参<br>塩<br>サラダ油(米油)<br>薄口しょうゆ<br>米酢<br>上白糖 |        |

|      | 小2   | 小2  | 小2  | 小2   | 小2   | 小2   | 小2  |
|------|--|---|---|--|--|--|---|
|      | 12日  | 13日   | 14日   | 15日  | 18日  | 19日  | 20日   |
|      |  |   |   | 【東部中学校思い出献立】   |  |  | 【年取り献立】   |
| 献立名  | ソフト麺<br>牛乳<br>ソルガム入りミートソース<br>ポテトカップグラタン<br>レモン和え  | 麦ごはん<br>牛乳<br>なめこ汁<br>豚肉とさつま芋の揚げ煮<br>こんにゃくの炒め物  | コッペパン<br>牛乳<br>ミートボールスープ<br>スクランブルエッグ<br>ほうれん草のサラダ  | わかめごはん<br>牛乳<br>春雨スープ<br>えびフライ<br>ツナサラダ<br>豆乳プリンタルト  | 麦ごはん<br>牛乳<br>ハヤシライスソース<br>いかマリネ<br>みかん  | コッペパン<br>牛乳<br>ミネストローネ<br>ウィンナーポテト<br>フレンチサラダ<br>あんずジャム  | 麦ごはん<br>牛乳<br>大根のそぼろ汁<br>ぶりの照り焼き<br>五目煮豆  |
| 使用材料 | <p>サラダ油(米油)<br/>にんにく<br/>豚ももひき肉<br/>玉ねぎ<br/>人参<br/>ソルガム<br/>ブラウンルウ<br/>デミグラスソース<br/>しょうゆ<br/>塩<br/>こしょう<br/>ケチャップ<br/>トマトピューレ<br/>中濃ソース</p> <p>キャベツ<br/>きゅうり<br/>人参<br/>薄口しょうゆ<br/>塩<br/>こしょう<br/>上白糖<br/>サラダ油(米油)<br/>レモン果汁</p> <p>カップグラタン(5種の野菜)</p> | <p>煮干し<br/>玉ねぎ<br/>大根<br/>白菜<br/>豆腐<br/>みそ<br/>なめこ<br/>長ねぎ</p> <p>豚もも角切り肉<br/>さつまいもいちよう<br/>でん粉<br/>揚げ油(米油)<br/>三温糖<br/>みりん<br/>しょうゆ<br/>水</p> <p>サラダ油(米油)<br/>つきこんにゃく<br/>冷凍茎わかめ<br/>さつま揚げ<br/>人参<br/>三温糖<br/>みりん<br/>酒<br/>しょうゆ<br/>冷凍いんげん<br/>とろみ粉</p> | <p>玉ねぎ<br/>人参<br/>干しいたけ スライス<br/>冷凍チキンブイヨン<br/>酒<br/>しょうゆ<br/>塩<br/>冷凍ミートボール<br/>白菜<br/>こしょう<br/>ちんげん菜</p> <p>サラダ油(米油)<br/>玉ねぎ<br/>カットウィンナー<br/>塩<br/>こしょう<br/>ピーマン<br/>赤ピーマン<br/>冷凍液卵</p> <p>ほうれんそう<br/>キャベツ<br/>人参<br/>冷凍ホールコーン<br/>米酢<br/>薄口しょうゆ<br/>サラダ油(米油)<br/>上白糖<br/>塩<br/>こしょう</p> | <p>玉ねぎ<br/>豚細切肉<br/>人参<br/>白菜<br/>干しいたけ スライス<br/>がらスープ<br/>しょうゆ<br/>塩<br/>こしょう<br/>春雨(マロニー)<br/>ちんげん菜</p> <p>えびフライ<br/>揚げ油(米油)<br/>ウスターソース<br/>ケチャップ<br/>三温糖<br/>みりん<br/>赤ワイン<br/>でん粉</p> <p>ツナレトルト<br/>大根<br/>キャベツ<br/>人参<br/>レモン果汁<br/>薄口しょうゆ<br/>米酢<br/>塩<br/>こしょう<br/>豆乳プリンタルト</p> | <p>サラダ油(米油)<br/>にんにく<br/>生姜<br/>豚もも小間肉<br/>赤ワイン<br/>玉ねぎ<br/>人参<br/>じゃがいも<br/>しめじ<br/>ブラウンルウ<br/>ハヤシルウ<br/>ケチャップ<br/>トマトピューレ<br/>中濃ソース</p> <p>いか短冊<br/>でん粉<br/>揚げ油(米油)<br/>玉ねぎ<br/>しょうゆ<br/>三温糖<br/>白ワイン<br/>赤ピーマン<br/>米酢<br/>みかん</p> | <p>にんにく<br/>ショルダーベーコン<br/>セロリー<br/>玉ねぎ<br/>人参<br/>大根<br/>冷凍ダイストマト<br/>トマトピューレ<br/>冷凍チキンブイヨン<br/>塩<br/>こしょう</p> <p>冷凍皮付きポテト<br/>カットウィンナー<br/>でん粉<br/>揚げ油(米油)<br/>パセリ(乾)<br/>塩<br/>こしょう<br/>キャベツ<br/>きゅうり<br/>人参<br/>サラダ油(米油)<br/>米酢<br/>上白糖<br/>塩<br/>こしょう<br/>あんずジャム</p> | <p>かつおだしパック<br/>サラダ油(米油)<br/>生姜<br/>鶏胸ひき肉<br/>玉ねぎ<br/>大根<br/>人参<br/>干しいたけ スライス<br/>しょうゆ<br/>でん粉<br/>長ねぎ</p> <p>魚のみりん醤油漬け<br/>ぶり(魚)切身</p> <p>焼き油(米油)<br/>大豆(乾)<br/>人参<br/>角切りこんにゃく<br/>角切り昆布<br/>さつま揚げ<br/>冷凍いんげん<br/>中ざら糖<br/>しょうゆ<br/>薄口しょうゆ<br/>酒<br/>みりん</p> |

|      | 小2<br>21日   | 小2<br>22日  | 小2<br>25日   | 小2<br>26日  | 小2<br>27日  |
|------|---|--|---|--|--|
|      | 【クリスマス献立】   |  |   |  | <朝陽小のみ>  |
| 献立名  | 減量丸パン<br>牛乳<br>星マカロニのスープ<br>フライドチキン<br>ブロッコリーサラダ<br>クリスマスケーキ  | 麦ごはん<br>牛乳<br>じゃがいものみそ汁<br>肉丼煮<br>ほうれん草のツナマヨ和え   | 麦ごはん<br>牛乳<br>寄せ鍋汁<br>きんぴら包み焼き<br>小松菜の和え物   | コッペパン<br>牛乳<br>白菜スープ<br><small>じゃがいもとウインナーのカレー炒め</small><br>こんにやくサラダ   | 麦ごはん<br>牛乳<br>もずくスープ<br>豚キムチ春巻き<br>もやしのナムル<br>スイートポテト  |
| 使用材料 | 玉ねぎ<br>人参<br>カットウインナー<br>白菜<br>冷凍ホールコーン<br>ソルガムマカロニ(星)<br>冷凍チキンブイヨン<br>しょうゆ<br>塩<br>こしょう<br>白ワイン<br>パセリ | 煮干し<br>玉ねぎ<br>人参<br>じゃがいも<br>白菜<br>みそ<br>カット干しわかめ<br>長ねぎ<br>サラダ油(米油)<br>ささがきごぼう<br>豚もも小間肉<br>玉ねぎ | かつおだしパック<br>人参<br>えのきたけ<br>しらたき<br>まだら(魚)<br>白菜<br>スライスかまぼこ<br>焼き豆腐<br>しょうゆ<br>酒<br>塩<br>長ねぎ<br><small>和風きんぴら包み焼き</small> | 玉ねぎ<br>人参<br>鶏胸小間肉<br><small>干しいたけ スライス</small><br>冷凍ホールコーン<br>冷凍チキンブイヨン<br>塩<br>こしょう<br>しょうゆ<br>白菜<br>ちんげん菜<br>サラダ油(米油)<br>玉ねぎ<br>カットウインナー<br>人参<br>じゃがいも<br>冷凍いんげん<br>ウスターソース<br>カレー粉<br>塩<br>こしょう | 玉ねぎ<br>えのきたけ<br>人参<br>がらスープ<br>糸かまぼこ<br>白菜<br>しょうゆ<br>塩<br>酒<br>こしょう<br>生姜<br>冷凍もずく            |
|      | 鶏胸肉切り身  | しらたき<br>三温糖<br>酒<br>しょうゆ<br>冷凍いんげん<br>とろみ粉   | 焼き油(米油)<br>三温糖<br>しょうゆ<br>みりん<br>でん粉<br>水   | サラダこんにやく<br>キャベツ<br>きゅうり<br>塩<br>サラダ油(米油)<br>こしょう<br>米酢<br>薄口しょうゆ  | サラダ油(米油)<br>豚もも細切り肉<br>白菜キムチ<br>春雨(マロニー)<br>長ねぎ<br>三温糖<br>酒<br>しょうゆ<br>春巻きの皮<br>小麦粉<br>揚げ油(米油) |
|      | にんにく<br>生姜<br>しょうゆ<br>黒こしょう<br>オニオンパウダー<br>ガラムマサラ<br>ローズマリーパウダー<br>オレガノパウダー<br>赤ワイン<br>でん粉<br>揚げ油(米油)   | ほうれんそう<br>キャベツ<br>ツナレトルト<br>ノンエッグマヨネーズ<br>薄口しょうゆ   | 小松菜<br>もやし<br>キャベツ<br>薄口しょうゆ<br>米酢<br>上白糖<br>塩<br>こしょう<br>サラダ油(米油)  | こしょう<br>サラダこんにやく<br>キャベツ<br>きゅうり<br>塩<br>サラダ油(米油)<br>こしょう<br>米酢<br>薄口しょうゆ  | もやし<br>キャベツ<br>人参<br>小松菜<br>ごま油<br>米酢<br>薄口しょうゆ<br>塩   |
|      | ブロッコリー<br>人参<br>キャベツ<br>塩<br>こしょう<br>サラダ油(米油)<br>米酢<br>薄口しょうゆ<br>クリスマスケーキ                               |  |   |  | スイートポテト  |