

予定献立材料表は、献立ごとの詳細材料を明確にし、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。

長野市第一学校給食センター

			中学 2日			中学 3日			中学 4日			中学 5日			中学 6日			中学 9日			中学 10日
										【真島小学校6年生が考えた地域食材献立】			【更北中学校思い出献立】								
献 立 名	麦ご飯 牛乳 わかめスープ たらと凍り豆腐のチリソース もやしのナムル			コッペパン 牛乳 ミネストローネ 茶豆とコーンのコロッケ こんにやくサラダ			麦ご飯 牛乳 鶏ごぼう汁 肉じゃが たくあん漬け和え			ソフト麺 牛乳 ちゃんぽんスープ 大学芋 和風サラダ			麦ご飯 牛乳 旬野菜のみそ汁 豚肉のソテーりんごソース 寒天サラダ			麦ご飯 牛乳 カレー 鶏肉のから揚げ かみかみサラダ 豆乳プリンタルト			コッペパン 牛乳 キャベツのスープ煮 照り焼きハンバーグ ポテトサラダ		
	使 用 材 料 単 位 g	冷凍チキンピュイオン 鶏むね肉 玉ねぎ 人参 白菜 酒 塩 こしょう しょうゆ カットわかめ 長ねぎ			冷凍チキンピュイオン にんにく ショルダーベーコン 玉ねぎ 人参 セロリー 白菜 シュルマカロニ 冷凍カットトマト トマトケチャップ 塩			厚けずり 笹がきごぼう 鶏むね肉 玉ねぎ 人参 えのきたけ 豆腐 しょうゆ 塩 こしょう こまつな			厚けずり 玉ねぎ 人参 豚もも肉 いか 短冊 さつま揚げ 白菜 酒 オイスターソース 塩 こしょう しょうゆ みりん 白湯スープ 長ねぎ でんぶん			煮干し 玉ねぎ 人参 大根 白菜 油揚げ しめじ みそ 長ねぎ 豚肩ロース肉 酒 しょうが 塩こうじ 水 サラダ油(ひまわり油) にんにく りんご 上白糖 白しょうゆ みりん 玉ねぎ 白すりごま			サラダ油(ひまわり油) にんにく しょうが 豚もも肉 玉ねぎ じゃがいも しめじ カレールウキッズ甘口 カレールウキッズ中辛 カレールウロークス 中濃ソース トマトケチャップ りんごビューレ ガラムマサラ 赤ワイン 鶏もも肉 にんにく しょうが しょうゆ 酒 でんぶん 揚げ油(ひまわり油)			冷凍チキンピュイオン 鶏むね肉 玉ねぎ 人参 キャベツ しめじ 酒 塩 しょうゆ こしょう	
まだら(魚)角切り 凍り豆腐 でんぶん 揚げ油(ひまわり油) サラダ油(ひまわり油) にんにく しょうが トウバンジャン トマトケチャップ 三温糖 酒			こしょう 赤ワイン 白しょうゆ 茶豆とコーンのコロッケ 揚げ油(ひまわり油) ウスターソース トマトケチャップ 中濃ソース 三温糖 みりん 赤ワイン			サラダ油(ひまわり油) 豚もも肉 玉ねぎ 人参 じゃがいも つきこんにやく 三温糖 しょうゆ みりん 酒 とろみ粉 冷凍さやいんげん			乱切りさつままいも 揚げ油(ひまわり油) しょうゆ 三温糖 水 でんぶん 黒いりごま きゅうり キャベツ 人参 糸かまぼこ 白しょうゆ 酢 サラダ油(ひまわり油) 上白糖			にんにく りんご 白しょうゆ みりん 玉ねぎ 白すりごま こんにやく寒天 キャベツ ほうれん草 人参 塩 サラダ油(ひまわり油) 白しょうゆ 酢 上白糖			カレールウキッズ甘口 カレールウキッズ中辛 カレールウロークス 中濃ソース トマトケチャップ りんごビューレ ガラムマサラ 赤ワイン 鶏もも肉 にんにく しょうが しょうゆ 酒 でんぶん 揚げ油(ひまわり油) 笹がきごぼう 人参 キャベツ ツナレトルト 白しょうゆ 酢 上白糖 豆乳プリンタルト			ハンバーグ サラダ油(ひまわり油) 玉ねぎ 三温糖 しょうゆ 水 でんぶん じゃがいも 人参 きゅうり ノンエッグマヨネーズ 塩 こしょう			
もやし きゅうり 人参 酢 ごま油 白しょうゆ			サラダこんにやく キャベツ きゅうり 塩 サラダ油(ひまわり油) 白しょうゆ 酢 こしょう			たくあん漬け キャベツ 白いりごま															

			中学 11日			中学 12日			中学 13日			中学 16日			中学 17日			中学 18日			中学 19日
	【有機農業の日献立】			【冬至献立】						【クリスマス献立】											
献立名	麦ご飯 牛乳 なめこ汁 ソースカツ 昆布和え			コッペパン 牛乳 小松菜のスープ ソルガム入りチリコンカン りんご			麦ご飯 牛乳 かぼちゃすいとん汁 シルバーの幽庵焼き こんにゃくの金平			麦ご飯 牛乳 麻婆豆腐 いかの更紗揚げ 春雨サラダ			コッペパン 牛乳 コンソメスープ ローストチキン もみの木サラダ クリスマスカップデザート			麦ご飯 牛乳 さつま汁 焼き鳥丼の具 ミニトマト			コッペパン 牛乳 ブラウンシチュー ポテトカップグラタン ごまドレッシングサラダ		
	煮干し 玉ねぎ 人参 大根 なめこ 豆腐 みそ 長ねぎ			冷凍チキンパイヨン 鶏むね肉 玉ねぎ 人参 じゃがいも 白菜 塩 こしょう しょうゆ 酒 こまつな			煮干し 鶏むね肉 人参 大根 えのきたけ かぼちゃカット 白菜 みそ しょうゆ 生すいとん 長ねぎ			サラダ油(ひまわり油) にんにく しょうが トウバンジャン 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 たけのこ缶 冷凍チキンパイヨン 三温糖 酒 みそ しょうゆ オイスターソース 冷凍豆腐 でんぷん にら			ショルダーベーコン 玉ねぎ 人参 じゃがいも 白菜 コンソメ しょうゆ こしょう			煮干し 笹がきごぼう 豚もも肉 玉ねぎ 人参 大根 さつまいも 油揚げ みそ 長ねぎ			サラダ油(ひまわり油) にんにく しょうが 玉ねぎ 人参 じゃがいも ハヤシルウ ブラウンルウ こしょう 中濃ソース トマトピューレ 赤ワイン しめじ		
使用材料	豚ひれ肉 小麦粉 乾パン粉 揚げ油(ひまわり油) 三温糖 ウスターソース 中濃ソース しょうゆ みりん トマトケチャップ			大豆 ソルガム(たかきび) サラダ油(ひまわり油) にんにく 玉ねぎ 豚ひき肉 トマトケチャップ 中濃ソース 塩 チリパウダー 赤ワイン とろみ粉 りんご 塩水			シルバー(魚)切り身 幽庵漬けたれ サラダ油(ひまわり油) 笹がきごぼう 人参 つきこんにゃく さつま揚げ 三温糖 酒 しょうゆ みりん 白いりごま			みそ しょうゆ オイスターソース 冷凍豆腐 でんぷん			鶏もも肉 切り身 にんにく バジル(粉) 白ワイン みりん しょうゆ こしょう			冷凍液卵 塩 三温糖 鶏もも肉 しょうゆ 酒 ざらめ糖 キャベツ みずあめ むきえだまめ(冷凍)			ポテトカップグラタン 焼き油(ひまわり油) 大根 人参 きゅうり キャベツ 白しょうゆ 酢 サラダ油(ひまわり油) 塩 上白糖 白すりごま		
	もやし こまつな 人参 塩昆布 白しょうゆ									いか短冊 しょうが しょうゆ 酒 塩 カレー粉 でんぷん 揚げ油(ひまわり油) 春雨(マロニー) キャベツ きゅうり 人参 上白糖 サラダ油(ひまわり油) 酢 白しょうゆ			ブロッコリー 人参 キャベツ 冷凍ホールコーン 米粉マカロニ(星) イタリアンドレッシング クリスマスカップデザート			ミニトマト					
単位																					
g																					

				中学				中学				中学				中学				中学
				20日				23日				24日				25日				26日
	【お年取り献立】																			
献立名	麦ご飯 牛乳 年越し汁 鮭の塩焼き 五目和え物				麦ご飯 牛乳 けんちん汁 小いわしフライ キムタク炒め				コッペパン 牛乳 白菜スープ スパゲッティナポリタン みかん				麦ご飯 牛乳 豚汁 ちくわのかば焼き ゆかり和え				ココア揚げパン 牛乳 ほうれん草のスープ 手作りしゅうまい さつまいもとひじきのサラダ			
使用材料	煮干し 人参 笹がきごぼう 大根 スライスこんにゃく 豆腐 酒 しょうゆ 塩				厚けずり 笹がきごぼう 鶏むね肉 人参 大根 油揚げ スライスこんにゃく 豆腐 しょうゆ 塩				玉ねぎ 人参 鶏むね肉 大根 白菜 ちらし蒲鉾(雪だるま) 冷凍チキンブイヨン しょうゆ 塩				煮干し 笹がきごぼう 豚もも肉 人参 大根 スライスこんにゃく 豆腐 みそ 長ねぎ				冷凍チキンブイヨン ショルダーベーコン 玉ねぎ 人参 白菜 冷凍ホールコーン しょうゆ 塩 こしょう ほうれん草			
	鮭(魚)切り身 焼き油(ひまわり油)				塩 酒 長ねぎ				サラダ油(ひまわり油) にんにく カットウィンナー 玉ねぎ トマトケチャップ トマトピューレ 中濃ソース 塩 こしょう ピーマン ハーフスパゲッティ みかん				焼き竹輪 でんぷん 揚げ油(ひまわり油) 三温糖 しょうゆ しょうが 酒 みりん 水				しゅうまいの皮 豚ひき肉 しょうが 玉ねぎ しょうゆ でんぷん 三温糖			
単位g	春雨(マロニー) こまつな キャベツ 大豆の華 人参 白しょうゆ 酢 上白糖 サラダ油(ひまわり油)				小さいフライ 揚げ油(ひまわり油)								キャベツ きゅうり 人参 ゆかり粉 白しょうゆ				サラダ油(ひまわり油) 青大豆 干ひじき きゅうり 人参 ホワイトしめじ 切干しだいこん さつまいも 白いりごま ごま油 白しょうゆ 酢 上白糖 塩			
					サラダ油(ひまわり油) 豚もも肉 白菜キムチ 白菜 たけのこ缶 つぼ漬け															