【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7年3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3日 | 中学4日 | 中学5日 | 中学6日 | 中学7日 | 中学10日 | 中学11日 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 【応援献立】 | | 【ひな祭り献立】 | 【地域食材の日献立（市立中和食オリジナル汁物献立③）】 | | |
| 献立名 | ソフト麺<br>牛乳<br>ソルガム入り肉みそスープ<br>春巻き<br>わかめとコーンのサラダ | 麦ごはん<br>牛乳<br>根菜のみそ汁<br>とんカツ<br>ごま和え | 食パン<br>牛乳<br>野菜スープ<br>ソルガム入りチリコンカン<br>デコポン | ちらしずし<br>牛乳<br>豆腐のすまし汁<br>鰆の西京焼き<br>即席漬け<br>ひしもち | 麦ごはん<br>牛乳<br>旨味たっぷり信州の恵み汁<br>鶏肉と凍り豆腐の揚げ煮<br>野沢菜漬け和え | 丸パン<br>牛乳<br>みそ風味豆乳スープ<br>ハンバーグデミグラスソース<br>大根とツナのサラダ | 麦ごはん<br>牛乳<br>大根のそぼろ汁<br>焼き鳥丼の具<br>さつまいもとひじきのサラダ |
| 使用材料 | サラダ油（米油）<br>にんにく<br>生姜<br>豆板醤<br>豚ももひき肉<br>玉ねぎ<br>たけのこ水煮<br>人参<br>白菜<br>ソルガム（乾）<br>がらスープ<br>しょうゆ<br>酒<br>三温糖<br>みそ<br>でん粉<br>長ねぎ<br>---<br>春巻き<br>揚げ油（米油）<br>---<br>キャベツ<br>カット干しわかめ<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>塩 | 煮干し<br>玉ねぎ<br>ささがきごぼう<br>人参<br>こんにゃくスライス<br>油揚げ<br>さつまいもいちょう<br>みそ<br>長ねぎ<br>---<br>豚ひれ肉<br>小麦粉<br>水<br>パン粉（乾燥）<br>揚げ油（米油）<br>しょうゆ<br>ウスターソース<br>みりん<br>中ざら糖<br>---<br>キャベツ<br>もやし<br>人参<br>薄口しょうゆ<br>上白糖<br>米酢<br>白すりごま<br>白いりごま | ショルダーベーコン<br>玉ねぎ<br>人参<br>じゃがいも<br>キャベツ<br>冷凍ホールコーン<br>冷凍チキンブイヨン<br>しょうゆ<br>塩<br>こしょう<br>パセリ<br>---<br>大豆（乾）<br>ソルガム（乾）<br>サラダ油（米油）<br>にんにく<br>豚ももひき肉<br>赤ワイン<br>玉ねぎ<br>米粉<br>ケチャップ<br>中濃ソース<br>塩<br>こしょう<br>チリパウダー<br>---<br>デコポン | かつおだしパック<br>玉ねぎ<br>人参<br>えのきたけ<br>梅ちらしかまぼこ<br>しらたき<br>カット干しわかめ<br>豆腐<br>酒<br>薄口しょうゆ<br>塩<br>小松菜<br>---<br>魚の西京味噌漬け<br>さわら（魚）切り身<br>焼き油（米油）<br>---<br>キャベツ<br>きゅうり<br>せん切りだいこん漬け<br>人参<br>薄口しょうゆ<br>赤しそ粉<br>---<br>ひしもち | 煮干し<br>玉ねぎ<br>大根<br>人参<br>干ししいたけ　スライス<br>えのきたけ<br>白菜<br>カット干しわかめ<br>みそ<br>長ねぎ<br>---<br>鶏むね肉皮無角切り<br>凍り豆腐（ｻｲｺﾛ）<br>でん粉<br>揚げ油（米油）<br>しょうゆ<br>みりん<br>三温糖<br>酒<br>水<br>青のり粉<br>---<br>野沢菜漬け<br>キャベツ<br>きゅうり<br>人参<br>薄口しょうゆ<br>米酢<br>上白糖<br>塩昆布<br>かつお削り節 | ショルダーベーコン<br>玉ねぎ<br>人参<br>冷凍ホールコーン<br>白菜<br>冷凍チキンブイヨン<br>塩<br>こしょう<br>白ワイン<br>みそ<br>米粉<br>豆乳（大豆）<br>ちんげん菜<br>---<br>ハンバーグ<br>焼き油（米油）<br>玉ねぎ<br>赤ワイン<br>デミグラスソース<br>中濃ソース<br>トマトピューレ<br>でん粉<br>---<br>大根<br>きゅうり<br>人参<br>ツナレトルト<br>薄口しょうゆ<br>こしょう<br>米酢<br>上白糖<br>サラダ油（米油） | かつおだしパック<br>サラダ油（米油）<br>生姜<br>豚ももひき肉<br>玉ねぎ<br>大根<br>人参<br>こんにゃくスライス<br>しょうゆ<br>でん粉<br>長ねぎ<br>---<br>鶏もも角切り肉<br>しょうゆ<br>中ざら糖<br>水あめ<br>酒<br>冷凍炒り卵<br>冷凍いんげん<br>---<br>さつまいもさいのめ<br>きゅうり<br>干ひじき<br>ツナレトルト<br>薄口しょうゆ<br>ノンエッグマヨネーズ |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | 中学 | | | | 中学 | | | | 中学 | | | | 中学 | | | | 中学 | | | | 中学 |
| | | | | 12日 | | | | 13日 | | | | 14日 | | | | 17日 | | | | 18日 | | | | 19日 |
| | | | | | | 【卒業お祝い献立】 | | | | | | | | | | | | | | | ＜市立中・サミット中のみ＞ | | |
| 献立名 | コッペパン<br>牛乳<br>ソルガムマカロニのスープ<br>ミートボールのケチャップ和え<br>こんにゃくサラダ<br>あんずジャム | | | | 赤飯<br>牛乳<br>たけのこのすまし汁<br>鮭の塩焼き<br>梅香和え<br>お祝いケーキ | | | | 麦ごはん<br>牛乳<br>ポークカレー<br>焼きキャベツメンチ<br>福神漬け和え | | | | ソフト麺<br>牛乳<br>ジビエのミートソース<br>ポテトカップコーングラタン<br>コールスローサラダ | | | | 麦ごはん<br>牛乳<br>じゃがいものそぼろ煮<br>シルバーのみそマヨネーズ焼き<br>梅ドレ和え | | | | 紫米ごはん<br>牛乳<br>辛味豆腐汁<br>れんこんハンバーグ<br>切干大根のサラダ<br>ごま塩<br>＜市立中のみ＞<br>お祝いケーキ | | |
| 使用材料 | ショルダーベーコン<br>玉ねぎ<br>人参<br>しめじ<br>白菜<br>冷凍チキンブイヨン<br>塩<br>こしょう<br>しょうゆ<br>ソルガムマカロニ(星)<br>パセリ | 冷凍ミートボール<br>揚げ油(米油)<br>玉ねぎ<br>三温糖<br>中濃ソース<br>ケチャップ<br>みそ<br>水<br>でん粉 | サラダこんにゃく<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 | あんずジャム | かつおだしパック<br>玉ねぎ<br>人参<br>たけのこ水煮<br>えのきたけ<br>祝なると<br>豆腐<br>みりん<br>薄口しょうゆ<br>塩<br>カット干しわかめ | 魚の塩漬け<br>ぎんざけ(魚)切り身<br>焼き油(米油) | キャベツ<br>きゅうり<br>人参<br>もやし<br>薄口しょうゆ<br>サラダ油(米油)<br>上白糖<br>カリカリ梅チップ<br>きざみのり | お祝いケーキ(米粉) | サラダ油(米油)<br>生姜<br>にんにく<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>キッズカレールウ甘口<br>キッズカレールウ中辛<br>デラックスカレールウ<br>しょうゆ<br>中濃ソース<br>ケチャップ<br>りんごピューレ<br>ガラムマサラ | キャベツメンチカツ<br>焼き油(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<br>水 | キャベツ<br>きゅうり<br>人参<br>福神漬け<br>薄口しょうゆ | サラダ油(米油)<br>にんにく<br>豚ももひき肉<br>鹿ひき肉<br>赤ワイン<br>玉ねぎ<br>人参<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<br>米粉 | ポテトカップコーングラタン | 人参<br>キャベツ<br>きゅうり<br>塩<br>サラダ油(米油)<br>米酢<br>レモン果汁<br>上白糖<br>薄口しょうゆ<br>こしょう | サラダ油(米油)<br>生姜<br>鶏もも挽肉<br>玉ねぎ<br>人参<br>つきこんにゃく<br>干ししいたけ　スライス<br>じゃがいも<br>三温糖<br>しょうゆ<br>みりん<br>でん粉<br>冷凍いんげん | シルバー(魚)切り身<br>みそ<br>ノンエッグマヨネーズ<br>こしょう | キャベツ<br>きゅうり<br>人参<br>大根<br>薄口しょうゆ<br>サラダ油(米油)<br>上白糖<br>梅フレーク | 水稲穀粒(精白米)<br>紫米<br>さつまいもさいのめ | 煮干し<br>サラダ油(米油)<br>豆板醤<br>鶏胸ひき肉<br>玉ねぎ<br>人参<br>えのきたけ<br>もやし<br>豆腐<br>みそ<br>しょうゆ<br>にら | 豚ももひき肉<br>なめたけ<br>塩<br>こしょう<br>サラダ油(米油)<br>玉ねぎ<br>パン粉(乾燥)<br>皮むきれんこん<br>でん粉<br>焼き油(米油)<br>しょうゆ<br>みりん<br>三温糖<br>でん粉<br>水 | 切干しだいこん<br>小松菜<br>人参<br>キャベツ<br>ノンエッグマヨネーズ<br>薄口しょうゆ | ごま塩<br>＜市立中のみ＞<br>お祝いケーキ(米粉) |