

【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5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<br>1日 |                                                                                         |  | 中学<br>2日 |                                                                              |  | 中学<br>7日 |                                                                                       |  | 中学<br>8日 |                                                                                                             |  | 中学<br>9日 |                                                                                                                   |  | 中学<br>12日 |                                                                                               |  | 中学<br>13日 |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------|--|----------|------------------------------------------------------------------------------|--|----------|---------------------------------------------------------------------------------------|--|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------|
|      | 【こどもの日献立】                                                                                                       |  |          | 【がんばれ献立】                                                                                |  |          |                                                                              |  |          | 【かみかみ献立】                                                                              |  |          |                                                                                                             |  |          |                                                                                                                   |  |           |                                                                                               |  |           |
| 献立名  | 麦ごはん<br>牛乳<br>大根とコーンのスープ<br>ジビエタコライスの具<br>フルーツポンチ                                                               |  |          | 麦ごはん<br>牛乳<br>若竹汁<br>シイラのみそ漬け焼き<br>アスパラのごまマヨ和え<br>柏餅                                    |  |          | 丸パン<br>牛乳<br>ウインナースープ<br>チキンカツ<br>コールスローサラダ                                  |  |          | 麦ごはん<br>牛乳<br>ツナじゃが<br>野菜のふっくら寄せ<br>キムチ和え                                             |  |          | 麦ごはん<br>牛乳<br>米粉ルウのハヤシライスソース<br>フライピーンズ<br>ツナとごぼうのサラダ                                                       |  |          | コッペパン<br>牛乳<br>ジュリエンヌスープ<br>ソルガム入りベンネ<br>レモンマリネ                                                                   |  |           | 麦ごはん<br>牛乳<br>さつま汁<br>ちくわのかば焼き<br>ゆかり和え                                                       |  |           |
| 使用材料 | 大根<br>えのきたけ<br>冷凍ホールコーン<br>糸かまぼこ<br>冷凍チキンブイヨン<br>人参<br>塩<br>こしょう<br>薄口しょうゆ<br>長ねぎ                               |  |          | かつおだしパック<br>玉ねぎ<br>人参<br>干しいたけ スライス<br>しらたき<br>たけのこ水煮<br>かぶとちらしかまぼこ<br>酒<br>薄口しょうゆ<br>塩 |  |          | にんにく<br>玉ねぎ<br>人参<br>しめじ<br>大根<br>カットウインナー<br>冷凍チキンブイヨン<br>しょうゆ<br>塩<br>こしょう |  |          | サラダ油(米油)<br>玉ねぎ<br>人参<br>しらたき<br>ツナレトルト<br>じゃがいも<br>酒<br>三温糖<br>しょうゆ<br>みりん<br>冷凍いんげん |  |          | 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>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 |  |          | ショルダーベーコン<br>玉ねぎ<br>セロリー<br>えのきたけ<br>大根<br>人参<br>冷凍チキンブイヨン<br>しょうゆ<br>塩<br>こしょう                                   |  |           | 煮干し<br>サラダ油(米油)<br>ささがきごぼう<br>鶏胸小間肉<br>玉ねぎ<br>人参<br>こんにゃくスライス<br>大根<br>さつまいもいちよう<br>みそ<br>長ねぎ |  |           |
|      | サラダ油(米油)<br>にんにく<br>鹿ひき肉<br>豚ももひき肉<br>赤ワイン<br>玉ねぎ<br>米粉<br>三温糖<br>ケチャップ<br>中濃ソース<br>塩<br>こしょう<br>しょうゆ<br>チリパウダー |  |          | カット干しわかめ<br>魚の味噌漬け<br>しいら(魚)切り身                                                         |  |          | 鶏胸肉切り身                                                                       |  |          | 野菜のふっくら寄せ                                                                             |  |          | 大豆(乾)<br>米粉<br>揚げ油(米油)<br>青のり粉<br>上白糖<br>塩                                                                  |  |          | 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>玉ねぎ<br>トマトピューレ<br>ケチャップ<br>中濃ソース<br>赤ワイン<br>塩<br>こしょう<br>ペンネマカロニ<br>ピーマン |  |           | ちくわ                                                                                           |  |           |
|      | 小麦粉<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                                                     |  |          | 焼き油(米油)<br>しょうゆ<br>三温糖<br>みりん<br>水<br>米酢<br>でん粉                                         |  |          | 小麥粉<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                  |  |          | 焼き油(米油)<br>しょうゆ<br>三温糖<br>みりん<br>水<br>米酢<br>でん粉                                       |  |          | 千切りごぼう<br>キャベツ<br>きゅうり<br>人参<br>ツナレトルト<br>薄口しょうゆ<br>塩<br>こしょう<br>米酢<br>上白糖                                  |  |          | でん粉<br>揚げ油(米油)<br>三温糖<br>みりん<br>しょうゆ<br>酒<br>生姜<br>水<br>でん粉                                                       |  |           |                                                                                               |  |           |
|      | 人參<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                                     |  |          | 人參<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             |  |          | 人參<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  |  |          | 人參<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           |  |          | 人參<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                                 |  |          | 人參<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                                       |  |           |                                                                                               |  |           |

|      |                                                                       |  |  |     |                                                                   |  |  |     |                                                                                 |  |  |     |                                                                                                                                              |  |  |     |                                                                                                 |  |  |     |                                                                                                               |  |  |     |                                                                                            |  |  |     |
|------|-----------------------------------------------------------------------|--|--|-----|-------------------------------------------------------------------|--|--|-----|---------------------------------------------------------------------------------|--|--|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|-----|
|      |                                                                       |  |  | 中学  |                                                                   |  |  | 中学  |                                                                                 |  |  | 中学  |                                                                                                                                              |  |  | 中学  |                                                                                                 |  |  | 中学  |                                                                                                               |  |  | 中学  |                                                                                            |  |  |     |
|      |                                                                       |  |  | 14日 |                                                                   |  |  | 15日 |                                                                                 |  |  | 16日 |                                                                                                                                              |  |  | 19日 |                                                                                                 |  |  | 20日 |                                                                                                               |  |  | 21日 |                                                                                            |  |  | 22日 |
|      |                                                                       |  |  |     | 【地域食材の日献立】                                                        |  |  |     |                                                                                 |  |  |     |                                                                                                                                              |  |  |     | 【栄養教諭実習生の献立】                                                                                    |  |  |     |                                                                                                               |  |  |     |                                                                                            |  |  |     |
| 献立名  | コッペパン<br>牛乳<br>オニオンスープ<br>肉団子のケチャップ和え<br>こんにゃくサラダ                     |  |  |     | 麦ごはん<br>牛乳<br>綿肉ふっこう豆腐のみそ汁<br>信州ポークの焼肉<br>ごま和え                    |  |  |     | 麦ごはん<br>牛乳<br>春キャベツのスープ煮<br>ハンバーグカレーソース<br>もやしとコーンのサラダ                          |  |  |     | ソフト麺<br>牛乳<br>みそラーメンスープ<br>揚げぎょうざ<br>春雨サラダ                                                                                                   |  |  |     | 麦ごはん<br>牛乳<br>すいとん汁<br>信田煮あんかけ<br>なめたけ和え<br>のりかつおふりかけ                                           |  |  |     | コッペパン<br>牛乳<br>ミネストローネ<br>ポテトコロッケ<br>青大豆サラダ                                                                   |  |  |     | 麦ごはん<br>牛乳<br>紅白かまぼこのかき玉汁<br>ささみのレモンソース<br>小松菜とじゃこの和風ポテトサラダ                                |  |  |     |
| 使用材料 | ショルダーベーコン<br>玉ねぎ<br>人参<br>冷凍チキンピュイオン<br>塩<br>しょうゆ<br>こしょう<br>パセリ      |  |  |     | 煮干し<br>玉ねぎ<br>人参<br>えのきたけ<br>大根<br>豆腐<br>みそ<br>カット干しわかめ           |  |  |     | 玉ねぎ<br>人参<br>カットウインナー<br>キャベツ<br>白ワイン<br>冷凍チキンピュイオン<br>塩<br>こしょう<br>しょうゆ        |  |  |     | サラダ油(米油)<br>にんにく<br>生姜<br>豚もも細切り肉<br>玉ねぎ<br>人参<br>干しいたけ スライス<br>冷凍ホールコーン<br>白菜<br>がらスープ<br>しょうゆ<br>オイスターソース<br>みそ<br>酒<br>こしょう<br>でん粉<br>長ねぎ |  |  |     | 煮干し<br>玉ねぎ<br>人参<br>鶏胸小間肉<br>えのきたけ<br>白菜<br>生すいとん<br>しょうゆ<br>みそ<br>長ねぎ<br>まいたけ信田                |  |  |     | 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>冷凍チキンピュイオン<br>塩<br>こしょう<br>ソルガムマカロニ(星) |  |  |     | かつおだしパック<br>玉ねぎ<br>人参<br>しめじ<br>冷凍絹厚揚げ<br>蒸しかまぼこ<br>しょうゆ<br>酒<br>塩<br>でん粉<br>冷凍液卵<br>鶏肉ささみ |  |  |     |
|      | 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 |  |  |     | 豚もも小間肉<br>にんにく<br>生姜<br>みりん<br>酒<br>三温糖<br>しょうゆ<br>玉ねぎ<br>焼き油(米油) |  |  |     | ハンバーグ<br><br>焼き油(米油)<br>玉ねぎ<br>水<br>やさいかレールウ(米粉)<br>水<br>ケチャップ<br>中濃ソース<br>カレー粉 |  |  |     | しょうゆ<br>三温糖<br>みりん<br>でん粉<br>水<br>きゅうり<br>サラダ用糸寒天<br>塩<br>みそ<br>こしょう<br>でん粉<br>水                                                             |  |  |     | しょうゆ<br>三温糖<br>みりん<br>でん粉<br>水<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<br>水 |  |  |     | でん粉<br>揚げ油(米油)<br>にんにく<br>しょうゆ<br>三温糖<br>水<br>レモン果汁                                                           |  |  |     |                                                                                            |  |  |     |
|      | 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     |  |  |     | 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        |  |  |     | もやし<br>冷凍ホールコーン<br>きゅうり<br>サラダ油(米油)<br>薄口しょうゆ<br>米酢<br>塩<br>こしょう<br>上白糖         |  |  |     | 揚げ油(米油)<br>春雨(マロニー)<br>きゅうり<br>キャベツ<br>人参<br>サラダ油(米油)<br>薄口しょうゆ<br>塩<br>米酢<br>上白糖<br>和からし                                                    |  |  |     | キャベツ<br>きゅうり<br>サラダ用糸寒天<br>塩<br>なめたけ<br>薄口しょうゆ<br>のりかつおふりかけ                                     |  |  |     | 青大豆(乾)<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>薄口しょうゆ<br>塩<br>こしょう                                  |  |  |     | じゃがいも<br>キャベツ<br>小松菜<br>揚げちりめん<br>ノンエッグマヨネーズ<br>塩昆布<br>薄口しょうゆ<br>上白糖                       |  |  |     |

|      |                                                                                                                             |  |  | 中学  |                                                                                                                                         |  |  | 中学  |                                                                                                                    |  |  | 中学  |                                                                                                                      |  |  | 中学  |                                                                                      |  |  | 中学  |                                                                                                              |  |  |     |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|-----|--------------------------------------------------------------------------------------|--|--|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|-----|
|      |                                                                                                                             |  |  | 23日 |                                                                                                                                         |  |  | 26日 |                                                                                                                    |  |  | 27日 |                                                                                                                      |  |  | 28日 |                                                                                      |  |  | 29日 |                                                                                                              |  |  | 30日 |
|      |                                                                                                                             |  |  |     |                                                                                                                                         |  |  |     |                                                                                                                    |  |  |     |                                                                                                                      |  |  |     | 【古牧小学校 お楽しみ献立】                                                                       |  |  |     |                                                                                                              |  |  |     |
| 献立名  | 麦ごはん<br>牛乳<br>沢煮椀<br>絹揚げの肉みそがけ<br>茎わかめのサラダ                                                                                  |  |  |     | コッペパン<br>牛乳<br>コーンポタージュ<br>アジのマスタードソースがけ<br>フレンチサラダ                                                                                     |  |  |     | 麦ごはん<br>牛乳<br>山菜の米粉うどん汁<br>いかのねぎ塩焼き<br>ひじきサラダ                                                                      |  |  |     | 抹茶パン<br>牛乳<br>ミートボールスープ<br>春のジャーマンポテト<br>カラマンダリン                                                                     |  |  |     | 麦ごはん<br>牛乳<br>もずくスープ<br>かつおのケチャップがらめ<br>即席漬け                                         |  |  |     | わかめごはん<br>牛乳<br>キムチ汁<br>えびフライ<br>梅肉和え<br>豆乳プリンタルト                                                            |  |  |     |
|      |                                                                                                                             |  |  |     |                                                                                                                                         |  |  |     |                                                                                                                    |  |  |     |                                                                                                                      |  |  |     |                                                                                      |  |  |     |                                                                                                              |  |  |     |
| 使用材料 | かつおだしパック<br>千切りごぼう<br>豚もも細切り肉<br>玉ねぎ<br><small>干しいたけ スライス</small><br>大根<br>えのきたけ<br>人参<br>みりん<br>塩<br>こしょう<br>薄口しょうゆ<br>長ねぎ |  |  |     | ショルダーベーコン<br>白ワイン<br>玉ねぎ<br>冷凍コーンペースト<br>冷凍ホールコーン<br>じゃがいも<br>人参<br>ベシヤメルソース<br>塩<br>こしょう<br>スキムミルク<br>無塩バター<br>生クリーム                   |  |  |     | かつおだしパック<br>玉ねぎ<br>人参<br>鶏もも小間肉<br>油揚げ<br><small>山菜ミックス（水煮）</small><br>白菜<br>しょうゆ<br>塩<br>米粉めん<br>長ねぎ<br>いか切り身     |  |  |     | 玉ねぎ<br>人参<br><small>干しいたけ スライス</small><br>冷凍ミートボール<br>白菜<br>冷凍チキンブイヨン<br>酒<br>しょうゆ<br>塩<br>こしょう<br>ちんげん菜<br>サラダ油（米油） |  |  |     | 玉ねぎ<br>えのきたけ<br>冷凍もずく<br>糸かまぼこ<br>もやし<br>がらスープ<br>しょうゆ<br>塩<br>酒<br>こしょう<br>人参<br>生姜 |  |  |     | かつおだしパック<br>豚もも小間肉<br>玉ねぎ<br>人参<br><small>干しいたけ スライス</small><br>しらたき<br>白菜キムチ<br>豆腐<br>酒<br>しょうゆ<br>みそ<br>にら |  |  |     |
|      | 冷凍絹厚揚げ<br>焼き油（米油）<br>生姜<br>鶏胸ひき肉<br>三温糖<br>みりん<br>酒<br>みそ<br>しょうゆ<br>でん粉<br>水                                               |  |  |     | あじ（魚）フィーレ                                                                                                                               |  |  |     | にんにく<br>生姜<br>長ねぎ<br>塩<br>薄口しょうゆ<br>三温糖<br>酒<br>こしょう<br>ごま油<br>焼き油（米油）<br>干ひじき                                     |  |  |     | 玉ねぎ<br>カットウインナー<br>人参<br>冷凍ホールコーン<br>アスパラガス<br>塩<br>こしょう<br>じゃがいも<br>カラマンダリン                                         |  |  |     | かつお（魚）角切り<br>でん粉<br>揚げ油（米油）<br>ケチャップ<br>中濃ソース<br>三温糖<br>カレー粉<br>水                    |  |  |     | 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<br>水                                       |  |  |     |
|      | 冷凍茎わかめ<br>キャベツ<br>きゅうり<br>人参<br>薄口しょうゆ<br>米酢<br>サラダ油（米油）<br>こしょう<br>塩                                                       |  |  |     | でん粉<br>揚げ油（米油）<br>粒入りマスタード<br>しょうゆ<br>三温糖<br>水<br><small>ノンエッグマヨネーズ</small><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 |  |  |     | 薄口しょうゆ<br>三温糖<br>酒<br>こしょう<br>ごま油<br>焼き油（米油）<br>干ひじき<br>キャベツ<br>きゅうり<br>人参<br>上白糖<br>薄口しょうゆ<br>塩<br>米酢<br>サラダ油（米油） |  |  |     |                                                                                                                      |  |  |     | キャベツ<br>きゅうり<br>人参<br><small>せん切りだいこん漬け</small><br>薄口しょうゆ<br>赤しそ粉                    |  |  |     | きゅうり<br>キャベツ<br>大根<br>梅干ペースト<br>薄口しょうゆ<br>サラダ油（米油）<br>かつお削り節<br>豆乳プリンタルト                                     |  |  |     |
|      |                                                                                                                             |  |  |     |                                                                                                                                         |  |  |     |                                                                                                                    |  |  |     |                                                                                                                      |  |  |     |                                                                                      |  |  |     |                                                                                                              |  |  |     |