

【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10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 1日	中学 2日	中学 3日	中学 6日	中学 7日	中学 8日	中学 9日	中学 10日
			【東部中学校 思い出献立】		【十五夜献立】	【目の変護デー献立】		
献立名	ココアパン 牛乳 ミートボールスープ たまごのカラフル炒め 梨	麦ごはん 牛乳 五目スープ 豚肉のキムチ炒め もやしのナムル	麦ごはん 牛乳 カレー 鶏肉のから揚げ こんにやくサラダ 豆乳プリンタルト	ソフト麺 牛乳 みそラーメンスープ 大学芋 ツナサラダ	麦ごはん 牛乳 さつま汁 肉団子の甘酢あん 青大豆サラダ	コッペパン 牛乳 かぼちゃポタージュ スパイシーチキン 小松菜入りサラダ	麦ごはん 牛乳 辛味豆腐汁 かつおのケチャップ和え なめたけ和え	麦ごはん 牛乳 春雨スープ きのこ豚丼の具 秋色サラダ
使用材料	玉ねぎ 人参 <small>干しいたけ スライス</small> 冷凍ミートボール 白菜 <small>冷凍チキンフィヨン</small> 酒 しょうゆ 塩 こしょう ちんげん菜 --- サラダ油(米油) 玉ねぎ カットウインナー 塩 こしょう ピーマン 赤ピーマン 冷凍液卵 --- 梨 塩	サラダ油(米油) 生姜 鶏もも小間肉 玉ねぎ <small>干しいたけ スライス</small> 大根 人参 豆腐 がらスープ 酒 しょうゆ 塩 ちんげん菜 --- サラダ油(米油) 豚もも小間肉 にんにく 生姜 玉ねぎ たけのこ水煮 キムチの素 しょうゆ みりん キャベツ にら とろみ粉 --- もやし きゅうり 人参 カット干しわかめ ごま油 米酢 薄口しょうゆ 塩	サラダ油(米油) 生姜 にんにく 豚もも小間肉 赤ワイン 玉ねぎ 人参 じゃがいも キッズカレールウ甘口 キッズカレールウ中辛 デラックスカレールウ しょうゆ 中濃ソース ケチャップ りんごピューレ ガラムマサラ 鶏もも肉切り身 --- 生姜 しょうゆ 酒 でん粉 揚げ油(米油) 水 三温糖 みりん 水あめ 米酢 黒いりごま --- ツナレトルト 大根 キャベツ 人参 レモン果汁 薄口しょうゆ 米酢 塩 こしょう	サラダ油(米油) にんにく 生姜 豚もも細切り肉 玉ねぎ 人参 <small>干しいたけ スライス</small> たけのこ水煮 スライスなると 白菜 がらスープ しょうゆ オイスターソース みそ 酒 こしょう でん粉 長ねぎ --- さつまいも乱切り でん粉 揚げ油(米油) しょうゆ 水 三温糖 みりん 水あめ 米酢 薄口しょうゆ 塩 こしょう	煮干し サラダ油(米油) むぎごぼう 鶏胸小間肉 玉ねぎ 人参 <small>こんにやくスライス</small> 大根 さつまいもいちよう みそ 長ねぎ --- 冷凍ミートボール 揚げ油(米油) 玉ねぎ 三温糖 しょうゆ みりん 米酢 水 でん粉 --- 青大豆(乾) キャベツ きゅうり 人参 サラダ油(米油) 米酢 上白糖 薄口しょうゆ 塩 こしょう	ショルダーベーコン 玉ねぎ <small>冷凍かぼちゃペースト</small> 白ワイン ベシヤメルソース カットかぼちゃ 塩 こしょう スキムミルク 無塩バター 生クリーム パセリ --- 鶏もも肉切り身 --- にんにく 塩 黒こしょう カレー粉 白ワイン しょうゆ バジル(粉) オリーブ油 焼き油(米油) --- 小松菜 キャベツ <small>冷凍ホールコーン</small> 米酢 薄口しょうゆ サラダ油(米油) 上白糖 塩 こしょう	煮干し サラダ油(米油) 豆板醤 鶏ももひき肉 玉ねぎ 人参 えのきたけ もやし 豆腐 みそ しょうゆ にら --- かつお(魚) 角切り でん粉 揚げ油(米油) ケチャップ 中濃ソース 三温糖 カレー粉 水 --- キャベツ きゅうり サラダ用糸寒天 なめたけ 薄口しょうゆ	サラダ油(米油) 玉ねぎ 鶏胸小間肉 人参 大根 がらスープ しょうゆ 塩 こしょう 春雨(マロニー) ちんげん菜 --- サラダ油(米油) 豚もも小間肉 玉ねぎ しらたき しめじ エリンギ 甘シヤキエのき 三温糖 しょうゆ みりん 酒 長ねぎ でん粉 --- さつまいもさいのめ カットかぼちゃ きゅうり ノンエッグマヨネーズ 米酢 上白糖 レモン果汁 塩

	中学 14日	中学 15日	中学 16日	中学 17日	中学 20日	中学 21日	中学 22日	中学 23日
	【かみかみ献立】							【西部中学校 思い出献立】
献立名	麦ごはん 牛乳 厚揚げのそぼろ汁 いかげそ揚げ つぼ漬け和え	コッペパン 牛乳 野菜スープ バッファローチキン 海藻サラダ	麦ごはん 牛乳 中華コーンスープ チャプチェ キムチ和え	粟ごはん 牛乳 沢煮椀 鯖の西京焼き のりマヨ和え	ソフト麺 牛乳 ジビエのミートソース ポテトカップかぼちゃグラタン コールスローサラダ	麦ごはん 牛乳 じゃがいものそぼろ煮 さんまのかば焼き わかめとコーンのサラダ	コッペパン 牛乳 豆乳クリームスープ 焼きウインナー シャキシャキじゃがいもサラダ	麦ごはん 牛乳 キムチ汁 とんカツ 梅ドレサラダ ガトーショコラ
使用材料	サラダ油(米油) 生姜 鶏胸ひき肉 玉ねぎ 人参 大根 しめじ 冷凍絹厚揚げ みりん しょうゆ みそ でん粉 長ねぎ スルメイカ 生姜 酒 しょうゆ でん粉 揚げ油(米油) キャベツ きゅうり つぼ漬け 薄口しょうゆ	ショルダーベーコン 玉ねぎ セロリー えのきたけ 人参 白菜 冷凍チキンピジョン しょうゆ 塩 こしょう 鶏胸肉切り身 でん粉 揚げ油(米油) サラダ油(米油) にんにく ケチャップ トマトピューレ しょうゆ 三温糖 米酢 チリパウダー 海藻ミックス キャベツ 大根 きゅうり 薄口しょうゆ 米酢 サラダ油(米油) 上白糖 塩 こしょう	サラダ油(米油) 生姜 玉ねぎ 鶏胸小間肉 人参 干しいたけ スライス 白菜 冷凍コーンペースト 冷凍ホールコーン 冷凍チキンピジョン 酒 しょうゆ 塩 こしょう でん粉 長ねぎ ごま油 にんにく 豚もも細切り肉 もやし キャベツ ノンエッグマヨネーズ 薄口しょうゆ きざみのり 大根 きゅうり 糸かまぼこ サラダ油(米油) キムチの素 薄口しょうゆ	かつおだしパック 千切りごぼう 豚もも細切り肉 玉ねぎ 干しいたけ スライス 大根 えのきたけ 人参 みりん 塩 こしょう 薄口しょうゆ 長ねぎ 魚の西京味噌漬け さわら(魚)切り身 焼き油(米油) 小松菜 もやし キャベツ ノンエッグマヨネーズ 薄口しょうゆ きざみのり	サラダ油(米油) にんにく 豚ももひき肉 鹿ひき肉 赤ワイン 玉ねぎ 人参 ブラウnlウ デミグラスソース しょうゆ 塩 こしょう ケチャップ トマトピューレ 中濃ソース でん粉 かぼちゃのグラタン 人参 キャベツ きゅうり 塩 サラダ油(米油) 米酢 レモン果汁 上白糖 薄口しょうゆ こしょう	サラダ油(米油) 生姜 鶏胸ひき肉 玉ねぎ 人参 つきこんにやく じゃがいも 三温糖 しょうゆ みりん みそ でん粉 冷凍いんげん さんま(魚)蒲焼き用 でん粉 揚げ油(米油) 三温糖 しょうゆ 酒 生姜 みりん でん粉 水 キャベツ カット干しわかめ 冷凍ホールコーン 米酢 薄口しょうゆ サラダ油(米油) 塩	ショルダーベーコン 玉ねぎ 人参 冷凍ホールコーン 白菜 冷凍チキンピジョン 塩 こしょう 白ワイン みそ 米粉 豆乳(大豆) ちんげん菜 ロングウインナー 焼き油(米油) 中濃ソース ケチャップ 三温糖 赤ワイン でん粉 水 じゃがいも 人参 キャベツ 薄口しょうゆ 米酢 塩 こしょう 上白糖 サラダ油(米油)	かつおだしパック 鶏もも小間肉 玉ねぎ 人参 干しいたけ スライス しらたき 白菜キムチ 豆腐 酒 しょうゆ みそ にら 豚ひれ肉切り身 小麦粉 水 パン粉(乾燥) 揚げ油(米油) しょうゆ ウスターソース みりん 中ざら糖 キャベツ きゅうり 人参 大根 薄口しょうゆ サラダ油(米油) 上白糖 梅フレーク ガトーショコラ

	中学 24日	中学 27日	中学 28日	中学 29日	中学 30日	中学 31日
		(ハロウィン献立)				(地域食材の日献立)
献立名	麦ごはん 牛乳 キャベツのスープ煮 ハンバーグデミグラスソース もやしとコーンのサラダ	コッペパン 牛乳 ミネストローネ かぼちゃコロッケ ツナとごぼうのサラダ ブルーベリージャム	麦ごはん 牛乳 ツナと豆腐の中華煮 えびしゅうまい 春雨サラダ	食パン 牛乳 根菜のポトフ チリコンカン りんご	麦ごはん 牛乳 すいとん汁 シルバーのもみじソース ごまドレッシングサラダ	麦ごはん 牛乳 きのこ汁 鶏肉と凍り豆腐のレモン和え ひじきサラダ
使用材料	玉ねぎ 人参 カットウインナー キャベツ 白ワイン 冷凍チキンフィヨン 塩 こしょう しょうゆ ハンバーグ 焼き油(米油) 玉ねぎ 赤ワイン デミグラスソース 中濃ソース トマトピューレ でん粉 もやし 冷凍ホールコーン きゅうり サラダ油(米油) 薄口しょうゆ 米酢 塩 こしょう 上白糖	にんにく ショルダーベーコン セロリー 玉ねぎ 人参 大根 冷凍ダイストマト トマトピューレ 冷凍チキンフィヨン 塩 こしょう ソルガムマカロニ(n+1) かぼちゃコロッケ 揚げ油(米油) ウスターソース ケチャップ 三温糖 みりん 赤ワイン でん粉 水 千切りごぼう キャベツ きゅうり 人参 ツナレトルト 薄口しょうゆ 塩 こしょう 米酢 上白糖 ブルーベリージャム	サラダ油(米油) 生姜 玉ねぎ 人参 たけのこ水煮 美味しいけ スライス 冷凍豆腐 がらスープ 三温糖 塩 こしょう しょうゆ オイスターソース ツナレトルト でん粉 長ねぎ えびしゅうまい 春雨(マロニー) きゅうり キャベツ 人参 ごま油 薄口しょうゆ 塩 米酢 上白糖 和からし	乱切りごぼう 玉ねぎ 人参 しめじ 大根 じゃがいも 冷凍チキンフィヨン カットウインナー しょうゆ 塩 こしょう 白ワイン パセリ 大豆(乾) サラダ油(米油) にんにく 豚ももひき肉 赤ワイン 玉ねぎ 塩 こしょう 米粉 ケチャップ 中濃ソース テリパウダー りんご 塩	煮干し 玉ねぎ 人参 大根 鶏胸小間肉 えのきたけ 生すいとん しょうゆ みそ 長ねぎ シルバー(魚)切り身 焼き油(米油) 人参 ケチャップ ノンエッグマヨネーズ 水 とろみ粉 キャベツ きゅうり もやし 米酢 サラダ油(米油) 薄口しょうゆ 塩 こしょう 上白糖 白すりごま	煮干し サラダ油(米油) ささがきごぼう 豚もも小間肉 玉ねぎ 人参 大根 しめじ えのきたけ こんにゃくスライス みそ 長ねぎ 鶏胸肉角切り 凍り豆腐(サイコ) でん粉 揚げ油(米油) 酒 しょうゆ 三温糖 レモン果汁 干ひじき キャベツ 冷凍ホールコーン 人参 上白糖 薄口しょうゆ 塩 米酢 サラダ油(米油)