

【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11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 4日	中学 5日	中学 6日	中学 7日	中学 10日	中学 11日	中学 12日
	【いい菌の日献立】			【おはなし献立：おしりたんてい】		【おはなし献立：ふしぎ駄菓子屋 銭天堂9】	【世界とつながる！浅川小・俣科小の大豆献立】
献立名	麦ごはん 牛乳 厚揚げのみそ汁 ニギスののり塩揚げ カレーきんぴら	コッペパン 牛乳 キャベツのスープ煮 ポークチャップ みかん	麦ごはん 牛乳 麻婆豆腐 肉しゅうまい もやしのナムル	麦ごはん 牛乳 すいとん汁 シルバーの照り焼き なめたけ和え スイートポテト	コッペパン 牛乳 豆乳クリームスープ 里いもコロッケ ツナとごぼうのサラダ あんずジャム	麦ごはん 牛乳 豚汁 産なし〜カ揚げ（いかげそ揚げ） 昆布和え	食パン 牛乳 大根とコーンのスープ チリコンカン フルーツヨーグルト
使用材料	煮干し 玉ねぎ 人参 大根 しめじ 冷凍絹厚揚げ(小) みそ 小松菜 ニギスから揚げ(丸ごと) 揚げ油（米油） 青のり粉 塩 サラダ油（米油） 豚もも細切り肉 千切りごぼう つきこんにやく 人参 三温糖 酒 しょうゆ みりん カレー粉 冷凍いんげん	玉ねぎ 人参 カットウインナー キャベツ 白ワイン 冷凍チキンピジョン 塩 こしょう しょうゆ サラダ油（米油） にんにく 豚もも小間肉 塩 こしょう 玉ねぎ しめじ 中濃ソース ケチャップ 赤ワイン ピーマン でん粉 みかん	サラダ油（米油） にんにく 生姜 豆板醤 豚ももひき肉 長ねぎ 玉ねぎ 人参 たけのこ水煮 がらスープ 酒 三温糖 みそ しょうゆ オイスターソース 冷凍豆腐 でん粉 にら 肉しゅうまい 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	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 魚のみりん醤油漬け シルバー(魚)切り身 焼き油（米油） キャベツ きゅうり サラダ用糸寒天 塩 なめたけ 薄口しょうゆ スイートポテト	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 里いもコロッケ 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 あんずジャム	煮干し サラダ油（米油） ささがきごぼう 生姜 豚もも小間肉 玉ねぎ 人参 大根 こんにやくスライス さつまいもいちよう みそ 長ねぎ するめいか 生姜 酒 しょうゆ でん粉 揚げ油（米油） キャベツ きゅうり 人参 塩昆布 薄口しょうゆ	大根 えのきたけ 冷凍ホールコーン 糸かまぼこ 冷凍チキンピジョン 人参 塩 こしょう 薄口しょうゆ 長ねぎ 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 チリパウダー 甘夏みかんシロップ漬け バインシロップ漬け 冷凍かぼちり(いちご) ナタデココ ヨーグルト(無糖)

	中学 13日	中学 14日	中学 17日	中学 18日	中学 19日	中学 20日	中学 21日
	【おはなし献立：かいけつゾロリのドラゴンたいじ2】	【地域食材の日献立】		【和食の日献立】	【おはなし献立：魔女の宅急便】		【三陽中学校 思い出献立】
献立名	麦ごはん 牛乳 ブランさんのおでん シイラの米粉フライ ゆかり和え	麦ごはん 牛乳 <small>甘シヤキエのきとふっこう豆腐のみそ汁</small> 豚肉のしょうが炒め 綿内れんこんサラダ	ソフト麺 牛乳 肉みそスープ 春巻き わかめとコーンのサラダ	野菜菜ごはん 牛乳 米粉うどん汁 ますの塩こうじ焼き のりマヨ和え	黒砂糖パン 牛乳 肉団子のトマト煮 鶏肉のハニーマスタード焼き <small>シヤキシヤキじゃがいもサラダ</small>	麦ごはん 牛乳 オニオンスープ ハンバーグトマトソース コールスローサラダ	麦ごはん 牛乳 カレー 鶏肉のから揚げ ブロッコリーサラダ ガトーショコラ
使用材料	かつおだしパック 大根 角切りこんにやく 角切り昆布 人参 三温糖 酒 みりん しょうゆ 塩 じゃがいも ちくわ 冷凍絹厚揚げ(小) 一口がんも シイラの米粉フライ 揚げ油(米油) みそ 三温糖 みりん しょうゆ ケチャップ ウスターソース 水 キャベツ きゅうり 人参 塩 赤しそ粉	煮干し 玉ねぎ 人参 甘シヤキエのき 大根 豆腐 みそ カット干しわかめ 長ねぎ サラダ油(米油) 生姜 ささがきごぼう 豚もも小間肉 玉ねぎ 人参 しらたき 三温糖 酒 しょうゆ 冷凍いんげん とろみ粉 皮むきれんこん キャベツ きゅうり ツナレトルト 薄口しょうゆ 上白糖 米酢 サラダ油(米油) 塩	サラダ油(米油) にんにく 生姜 豆板醤 豚ももひき肉 玉ねぎ たけのこ水煮 人参 白菜 がらスープ しょうゆ 酒 三温糖 みそ でん粉 長ねぎ 春巻き 揚げ油(米油) 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	かつおだしパック 玉ねぎ 鶏もも小間肉 <small>干しいたけ スライス</small> 人参 大根 <small>もみじちらしかまぼこ</small> <small>いちようちらしかまぼこ</small> しょうゆ 塩 米粉めん 長ねぎ 魚の塩こうじ漬け ます(魚)切り身 焼き油(米油) 小松菜 もやし キャベツ <small>ノンエックマヨネーズ</small> 薄口しょうゆ きざみのり	玉ねぎ ホワイトしめじ 大根 冷凍ミートボール 冷凍ダイスタマト 冷凍チキンブイヨン トマトピューレ ケチャップ 塩 こしょう ちんげん菜 鶏もも肉切り身 白ワイン 粒入りマスタード はちみつ 塩 こしょう 焼き油(米油) 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)	玉ねぎ ショルダーベーコン 人参 冷凍チキンブイヨン 塩 しょうゆ こしょう ハンバーグ 焼き油(米油) 玉ねぎ 冷凍ダイスタマト ケチャップ 中濃ソース 三温糖 みそ でん粉 水 キャベツ きゅうり 冷凍ホールコーン 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 にんにく 豚もも小間肉 赤ワイン 玉ねぎ 人参 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 カットかぼちゃ 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) ブロッコリー 冷凍ホールコーン キャベツ 塩 こしょう サラダ油(米油) 米酢 薄口しょうゆ ガトーショコラ

		中学 25日	【若穂中学校 思い出献立】	中学 26日	中学 27日	中学 28日
献 立 名		麦ごはん 牛乳 米粉ルウのハヤシライスソース ポテトカップ野菜グラタン こんにやくサラダ	メロンパン 牛乳 米粉マカロニのABCスープ きのこスパゲッティー 春雨サラダ コーヒー牛乳の素	麦ごはん 牛乳 ぶるぶる寒天スープ ささみのりんごみそソース ごまドレッシングサラダ	麦ごはん 牛乳 凍り豆腐の卵とじ さばのねぎみそがけ キムチ和え	
	使 用 材 料	<p>サラダ油（米油） にんにく 生姜 豚もも小間肉 赤ワイン 玉ねぎ 人参 じゃがいも しめじ ハヤシルウ ケチャップ トマトピューレ 中濃ソース</p> <p><small>カップグラタン(5種の野菜)</small></p> <p>サラダこんにやく キャベツ きゅうり 塩 サラダ油（米油） こしょう 米酢 薄口しょうゆ</p>	<p>ショルダーベーコン 玉ねぎ 人参 大根 冷凍チキンブイヨン 塩 こしょう しょうゆ 米粉7M7Aベッマカロニ</p> <p>サラダ油（米油） にんにく ツナレトルト 玉ねぎ しめじ エリンギ えのきたけ しょうゆ 塩 こしょう 白ワイン ほぐし粉 冷凍むきえだまめ <small>スパゲッティー（ハーフ）</small> 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</p> <p>コーヒー牛乳の素</p>	<p>ショルダーベーコン 玉ねぎ 人参 <small>干しいたけ スライス</small> 冷凍ホールコーン 冷凍チキンブイヨン 酒 しょうゆ 塩 こしょう 耐熱寒天 ちんげん菜 鶏肉ささみ</p> <p>米粉 揚げ油（米油） サラダ油（米油） にんにく 玉ねぎ りんごピューレ みそ しょうゆ みりん 水 でん粉</p> <p>キャベツ きゅうり 大根 人参 サラダ油（米油） 米酢 薄口しょうゆ 塩 こしょう 上白糖 白すりごま</p>	<p>かつおだしパック サラダ油（米油） 鶏胸小間肉 玉ねぎ 人参 じゃがいも 凍り豆腐(サロ)</p> <p>三温糖 しょうゆ 塩 酒 冷凍液卵 冷凍いんげん さば(魚)切り身</p> <p>焼き油（米油） みそ 長ねぎ 三温糖 みりん</p> <p>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</p>	