

2026年10月

統括Cコース

食					食					食					1日(木) 591-1,289 計 1,880 食					2日(金) 589-1,400 計 1,989 食														
															1. 白飯 (全学年) 2. 牛乳 3. 豚肉と芋の生姜煮 4. ごぼうと油揚げのきんぴら 5. りんご旭川産					1. 白飯 (全学年) 2. 牛乳 3. 豚肉と芋の生姜煮 4. ごぼうと油揚げのきんぴら 5. りんご (1/6カット)					1. 米粉コッペパン 2. 牛乳 3. 若鶏のクリーム煮 4. ソフトサラミ20g 5. 枝豆 (冷) 6. チョコペースト					1. 米粉コッペパン 2. 牛乳 3. 若鶏のクリーム煮 4. ソフトサラミ40g 5. 枝豆 (冷) 6. チョコペースト				
食材名		1人当		使用量		食材名		1人当		使用量		食材名		1人当		使用量		食材名		1人当		使用量		食材名		1人当		使用量						
													* ごま油	1	1.3				* サラダ油	1	1.3													
													おろししょうが生 国産	1.5	1.95				* 若鶏肉 胸皮付き	30	40													
													* 豚上肉 もも	40	52				* 無添加パスタコン短冊冷凍	3	4													
													つきこんにやく	35	45				* 無添加パスタコン短冊冷凍	0	0													
													* じゃがいも冷凍(乱切り)	80	100				玉ねぎ	26.6	35.11													
													* じゃがいも冷凍(乱切り)	0	0				にんじん 生	10.31	13.4													
													三温糖	2.57	3.34				マッシュルーム水煮 スライス缶	5	6.5													
													料理酒	2	2.6				じゃがいも 生	55.56	72.22													
													* 醤油こいくち	5.2	6.76				米粉	6	7.8													
													みりん	2	2.6				* 調理用牛乳	60	80													
													* むき枝豆 冷凍	5	6.5				* スキムミルク	4	5													
													水	32	41.6				* スープストック	0.5	0.7													
																			塩	0.42	0.49													
													* ごま油	1	1.3				こしょう	0.02	0.03													
													切りごぼう	25	32.5				* バター	0.5	0.65													
													にんじん 生	20.62	26.8				パセリ	0.56	0.78													
													* 油揚げ (カット)	4	5.2																			
													* 和風だしの素 粉末	0.15	0.2				* ソフトサラミスライス20g	20	40													
													三温糖	1.08	1.4				* ソフトサラミスライス20g	0	0													
													* 醤油こいくち	2.3	2.99																			
													みりん	2.3	2.99				* 塩枝豆 冷凍 (国内)	36	48													
													唐がらし	0.02	0.02																			
													* ごま 白いり	0.3	0.39				* チョコペースト	15	15													
													* りんご ふじ皮付き		33.7																			
													* りんごつがる旭川産皮付き	41.63																				
															小皿使用																			

2026年10月

統括Cコース

5日(月) 590-1,393 計 1,983 食				食				7日(水) 590-1,400 計 1,990 食				8日(木) 591-1,285 計 1,876 食				9日(金) 589-1,296 計 1,885 食							
1. 白飯 (全学年) 2. 牛乳 3. シーフードカレー 4. 福神漬 5. 二色白玉				1. 白飯 (全学年) 2. 牛乳 3. シーフードカレー 4. 福神漬 5. 二色白玉				1. 白飯 (全学年) 2. 牛乳 3. 韓国風すきやき 4. にんおろし煮50g 5. ココアワッフル (鉄入り)				1. 白飯 (全学年) 2. 牛乳 3. 韓国風すきやき 4. にんおろし煮60 g 5. ココアワッフル (鉄入り)				1. 白飯 (全学年) 2. 牛乳 3. 石狩汁 4. ひじきの煮物 5. グレープゼリー鉄入り30 g				1. 白飯 (全学年) 2. 牛乳 3. 石狩汁 4. ひじきの煮物 5. グレープゼリー鉄入り30 g			
1. 揚げパン 2. 牛乳 3. ボトフ (ウインナーFe) 4. オムレツ(おレンゲ) CaFe40g				1. 揚げパン 2. 牛乳 3. ボトフ (ウインナーFe) 4. オムレツ(おレンゲ) CaFe60g																			
食材名	1人当	使用量		食材名	1人当	使用量		食材名	1人当	使用量		食材名	1人当	使用量		食材名	1人当	使用量					
*サラダ油	1	1.3						*サラダ油	1	1.3		*煮干 (だし用)	3	4		*きな粉	2.75	3.58					
おろししょうが生 国産	0.5	0.7						おろしにんにく冷凍 国産	0.3	0.4		*鮭角切り 皮付き 冷凍	20	26		*アーモンド粉末 (皮無)	3.3	4.29					
ガーリック	0.1	0.13						おろししょうが生 国産	0.3	0.4		じゃがいも 生	44.44	55.56		三温糖	4.4	5.72					
玉ねぎ	37.23	47.87						*豚上肉 もも	28	36.4		にんじん 生	10.31	13.4		塩	0.06	0.08					
にんじん 生	15.46	20.62						玉ねぎ	42.55	53.19		ごぼう しぶとり	5.56	7.78		*白紋油 (センター)	6.3	9.8					
*チキンガラスープ	2	3						にんじん 生	10.31	13.4		*豆腐	30	39									
月桂樹の葉	0.01	0.01						生ほぐしえのき (ハフタット)	7	9.1		長ねぎ 根深ねぎ	11.24	14.61		にんじん 生	15.46	20.1					
じゃがいも 生	53.33	69.33						しらたき	30	40		*赤味噌	2.5	3.2		玉ねぎ	31.91	41.49					
*かのこいか冷凍1cm巾(外国)	21	27.3						三温糖	2	2.6		*みそ (白)	3.8	5.1		月桂樹の葉	0.01	0.01					
*大えび 冷凍 (5L)	20	26						料理酒	1.5	2						*ウインナースライス	18	36					
白ワイン	1	1.3						みりん	1	1.3		*サラダ油	1	1.3		*モモペーパーコン冷凍	2	2.6					
*中濃ソース	2.5	3.25						*醤油こいくち	6.6	8.58		ごぼう しぶとり	5.56	7.78		*モモペーパーコン冷凍	0	0					
ケチャップ	2	3						唐がらし	0.01	0.01		*ひじき (国産)	1	1.3		キャベツ 生	41.18	53.53					
*おろししょうが生 (甘口)	4.5	5.85						塩	0.14	0.18		つきこんにやく	15	20		*じゃがいも冷凍(乱切り)	30	39					
*カレールー辛口 フレーク	6	7.8						白菜	37.23	48.4		*油揚げ (カット)	8	10		*じゃがいも冷凍(乱切り)	0	0					
*調理用牛乳	14	18.2						にら	5.26	6.84		*さつま揚げ (スライス)	10	13		*コンソメ 粉末有塩	0.8	1.04					
カレー粉	0.2	0.3						長ねぎ 根深ねぎ	11.24	14.61		にんじん 生	5.15	7.22		塩	0.08	0.1					
米粉	3.5	4.55						*ごま油	0.3	0.4		*ゆで大豆	8	10		こしょう	0.04	0.05					
グリーンピース 冷凍	3	4						*ごま 白すり	1.5	2		三温糖	0.42	0.55		いんげん (カット) 冷凍 外国	8	10.4					
								*ごま 白すり	0	0		黒砂糖 (粉糖)	1	1.3									
*福神漬 (国内)	10	11						*焼き豆腐	42	54.6		*醤油こいくち	1.5	1.95		*オムレツ (おレンゲ) Ca40g (10個入)	40						
												みりん	1	1.3		*オムレツ (おレンゲ) Ca40g	0						
パイン缶 チビット	30	40						*にんおろし煮	50			*かつおぶしエキス	0.3	0.39									
*白玉餅 冷凍 (自然解凍用)	20	26						*にんおろし煮	0			塩	0.04	0.05		*オムレツ (おレンゲ) Ca60g10個入		60					
みかん缶	20	26														*オムレツ (おレンゲ) Ca60g		0					
								*にんおろし煮60 g		60		水	8	10.4									
								*にんおろし煮60 g		0													
												*グレープゼリー鉄入り30 g	30	30									
								*ココアワッフル (鉄入り)	28	28													
小皿使用								小皿使用				小皿使用				小皿使用							

2026年10月

統括Cコース

食				13日(火) 591-1,400 計 1,991 食				14日(水) 586-1,344 計 1,930 食				15日(木) 587-1,400 計 1,987 食				16日(金) 585-1,400 計 1,985 食			
				1. 白飯 (全学年)	1. 白飯 (全学年)			1. 白飯 (全学年)	1. 白飯 (全学年)			1. わかめご飯 (委託)	1. わかめご飯 (委託)			1. 食パン	1. 食パン		
				2. 牛乳	2. 牛乳			2. 牛乳	2. 牛乳			2. 牛乳	2. 牛乳			2. 牛乳	2. 牛乳		
				3. 五目ご飯 (あさり)	3. 五目ご飯 (あさり)			3. 肉じゃが (油減)	3. 肉じゃが (油減)			3. すりみ団子汁(冷凍団子)	3. すりみ団子汁(冷凍団子)			3. 豆乳スープ	3. 豆乳スープ		
				4. 豆とん汁 (油揚げめき)	4. 豆とん汁 (油揚げめき)			4. 刻み大根のぱりぱりあえ	4. 刻み大根のぱりぱりあえ			4. 鶏肉とメンマの炒め物	4. 鶏肉とメンマの炒め物			4. 国産鶏肉のチキンカツ 4	4. 国産鶏肉のチキンカツ 6		
				5. スライスパイン	5. スライスパイン			5. スティック納豆	5. スティック納豆							5. 温野菜 (ソース和え)	5. 温野菜 (ソース和え)		
																6. バナナ (1/2本)	6. バナナ (1/2本)		
食材名	1人当		使用量	食材名	1人当		使用量	食材名	1人当		使用量	食材名	1人当		使用量	食材名	1人当		使用量
				* サラダ油	1	1.3		* サラダ油	1	1.3		わかめご飯の素 Fe	2	2.6		* サラダ油	1	1.3	
				ごぼう しぶとり	8.89	11.11		玉ねぎ	37.23	47.87						玉ねぎ	21.28	27.66	
				細たけのこ外国 スライス	5	6.5		* 豚並肉 肩	32	41.6		* 煮干 (だし用)	3	3.9		にんじん 生	5.15	6.7	
				にんじん 生	5.15	6.7		にんじん 生	15.46	20.62		* すりみ団子	30	39		ホールコーン 冷凍 国内	5	6.5	
				* 油揚げ (カット)	5	6.5		しらたき	35	45		大根 生	27.78	33.33		* ウインナースライス	15	20	
				* つと (冷凍)	5	6.5		じゃがいも 生	81.11	105.44		にんじん 生	10.31	13.4		じゃがいも 生	44.44	57.78	
				干しいたけ ｽﾌｨ国内	0.6	0.78		三温糖	1.2	1.56		* 油揚げ (カット)	10	13		エリンギ水煮	10	13	
				* あさり 冷凍	25	32		黒砂糖 (粉糖)	1.5	2		長ねぎ 根深ねぎ	8.99	11.24		* チキンガラスープ	5.5	7.15	
				* 和風だしの素 粉末	0.4	0.52		* 醤油こいくち	8	10.4		* 醤油こいくち	3.27	4.25		* コンソメ 粉末有塩	0.5	0.65	
				三温糖	1	1.3		みりん	2.4	3.12						塩	0.47	0.61	
				* 醤油こいくち	3	3.9		グリーンピース 冷凍	3	4		* サラダ油	1	1.3		こしょう	0.06	0.08	
				料理酒	2	2.6		水	30	39		* 若鶏肉 もも皮付き	30	39		* 調理用牛乳	20	26	
				みりん	1	1.3						玉ねぎ	10.64	13.83		* 豆乳 (無調整)	20	26	
				* きざみのり	0.3	0.3		* 刻みたくあん	5	6.5		もうそう竹 (極細) 国内	10	13		パセリ	0.56	0.72	
								にんじん 生	5.15	7.22		細切りめんま (極細)	5	6.5					
				* 煮干 (だし用)	3	4		もやし 緑豆	41.24	51.55		干しいたけ ｽﾌｨ国内	0.5	0.65		* チキンカツ 冷凍 (乳卵抜き)	50		
				* 豚上肉 もも	10	13		* ごま 白いり	1	1.3		ピーマン 青	15.29	19.88		* 白紋油 (センター)	5	6	
				にんじん 生	5.15	7.22		* 醤油こいくち	1.1	1.43		三温糖	1.22	1.59					
				大根 生	22.22	28.89		三温糖	0.3	0.39		料理酒	1.3	1.69		* チキンカツ 冷凍 (乳卵抜き)		60	
				さと芋 冷凍 (国産)	25	32.5						* 醤油こいくち	1.8	2.4					
				こんにゃく	15	20		* スティック納豆	15	15		* オイスターソース	1	1.3		キャベツ 生	35.29	47.06	
				* ゆで大豆	20	26						* ごま油	0.2	0.26		* 中濃ソース	3	3.9	
				* 赤味噌	2.5	3.2						* でん粉	1.3	1.69					
				* みそ (白)	3	3.9										* バナナ	93.33	93.33	
				みりん	2	2.6													
				長ねぎ 根深ねぎ	11.24	14.61													
				パイン缶 スライス	35	35													
				小皿使用				小皿使用				小皿使用							

2026年10月

統括Cコース

19日(月) 348-1,378 計 1,726 食				20日(火) 591-1,402 計 1,993 食				21日(水) 241-1,344 計 1,585 食				22日(木) 591-1,293 計 1,884 食				23日(金) 589-1,402 計 1,991 食																			
1. 白飯 (全学年) 2. 牛乳 3. 野菜たっぷりすいとん汁 4. いわし梅煮50g				1. 白飯 (全学年) 2. 牛乳 3. 炒り豆腐 4. もやしのナムル 5. のり佃煮10g				1. 白飯 (全学年) 2. 牛乳 3. 炒り豆腐 4. もやしのナムル 5. のり佃煮10g				1. 米粉コッペパン 2. 牛乳 3. ぶーびーソーズ (トマトホレ) 4. イカフライ 50g 5. D Fジ ャムストロベリー				1. 米粉コッペパン 2. 牛乳 3. ぶーびーソーズ (トマトホレ) 4. イカフライ 60g 5. D Fジ ャムストロベリー				1. 白飯 (全学年) 2. 牛乳 3. カレー 4. 福神漬 5. フルーツカクテル (バナナ抜)				1. 白飯 (全学年) 2. 牛乳 3. カレー 4. 福神漬 5. フルーツカクテル (バナナ抜)				1. 米粉小コッペパン 2. 牛乳 3. 焼きそば 4. チキンナゲット 2個 5. バナナ (1/2本)				1. 米粉小コッペパン 2. 牛乳 3. 焼きそば 4. チキンナゲット 3個 5. バナナ (1本)			
食材名		1人当		使用量		食材名		1人当		使用量		食材名		1人当		使用量		食材名		1人当		使用量		食材名		1人当		使用量							
*煮干 (だし用)		3	4				*サラダ油		2	2.6			*サラダ油		1	1.3			*サラダ油		1	1.3			*焼きそば用ラーメン		60	80							
大根 生		16.67	21.67				玉ねぎ		31.91	42.55			*豚上肉 もも		20	26			おろししょうが生 国産		0.5	0.7			*とんかつソース		4.5	5.85							
にんじん 生		10.31	13.4				*豚上肉 もも		15	19.5			玉ねぎ		42.55	55.32			ガーリック		0.1	0.13			ウスターソース		1.6	2.08							
はす (れんこん) 水煮外国		10	13				*絞り豆腐		110	143			にんじん 生		10.31	13.4			*豚上肉 もも		15	20			*サラダ油		2	2.6							
*豚上肉 もも		10	13				にんじん 生		10.31	13.4			*ゆで大豆		20	26			にんじん 生		15.46	20.1			玉ねぎ		10.64	13.83							
*油揚げ (カット)		8	10				*冷凍 液卵		25	35			トマトダイスカット缶		13	16.9			玉ねぎ		37.23	48.4			*豚上肉 もも		13	16.9							
干しいたけ スタイ国内		0.5	0.65				*むき枝豆 冷凍		3	4			じゃがいも 生		50	65			月桂樹の葉		0.01	0.01			キャベツ 生		17.65	23.53							
*すいとん (ブレンディ)		30	39				*和風だしの素 粉末		0.4	0.5			白ワイン		0.5	0.65			*チキンガラスープ		2.5	3.25			にんじん 生		13.4	17.53							
長ねぎ 根深ねぎ		8.99	11.8				三温糖		2.2	2.86			*スープストック		0.4	0.5			じゃがいも 生		55.56	72.22			もうそう竹 (千切) 国内		10	13							
おろししょうが生 国産		0.3	0.4				*醤油こいくち		6	7.8			三温糖		1	1.3			*ブルーベリーパームシロ (甘口)		4.5	5.85			黒きくらげスライ (道内)		0.5	0.6							
*醤油こいくち		4	5										ケチャップ		10	13			*カレールー辛口 フレーク		6	7.8			*コンソメ 粉末有塩		1.3	1.69							
塩		0.1	0.13				もやし 緑豆		41.24	53.61			ケチャップ		0	0			ケチャップ		1.3	1.69			塩		0.05	0.07							
							にんじん 生		5.15	6.7			ウスターソース		5	6.5			*中濃ソース		2.5	3.25			こしょう		0.05	0.06							
*いわし梅煮		50	50				ほうれん草		5.56	7.22			*粉チーズ		1	1.3			*サラダ油		2	2.6													
*いわし梅煮		0	0				塩		0.2	0.26			パセリ		0.56	0.72			*小麦粉		2.2	2.86			*チキンナゲットFe		36	54							
							*醤油こいくち		1.56	2.03			水		34	44.2			*調理用牛乳		12	15.6			*白紋油 (センター)		3.6	5.4							
							*ごま油		0.5	0.7									カレー粉		0.2	0.3													
													*イカフライ		50				グリーンピース 冷凍		3	4			*バナナ		93.33								
							*のりつくだに		10	10			*白紋油 (センター)		5	6																			
																			*福神漬 (国内)		10	11			*バナナ			186.67							
													*イカフライ			60																			
																			*黄桃缶 スライスト (外国)		30	39													
													スライストライノーストロベリージャム		15	15			パイン缶 チビット		30	39													
																			みかん缶		10	13													
																			寒天缶		10	13													
																			三温糖		1.7	2													
																			赤ぶどう酒		1	1.3													
小皿使用				小皿使用				小皿使用				小皿使用				小皿使用																			

2026年10月

統括Cコース

26日(月) 242-1,400 計 1,642 食				27日(火) 591-1,400 計 1,991 食				28日(水) 590-1,400 計 1,990 食				29日(木) 591-1,402 計 1,993 食				30日(金) 589-1,400 計 1,989 食							
1. 白飯 (全学年)		1. 白飯 (全学年)		1. 白飯 (全学年)		1. 白飯 (全学年)		1. 米粉コッペパン		1. 米粉コッペパン		1. 白飯 (全学年) ゆめびりか		1. 白飯 (全学年) ゆめびりか		1. 小白飯 (全学年)		1. 小白飯 (全学年)					
2. 牛乳		2. 牛乳		2. 牛乳		2. 牛乳		2. 牛乳		2. 牛乳		2. 牛乳		2. 牛乳		2. 牛乳		2. 牛乳					
3. 黒マーボー豆腐		3. 黒マーボー豆腐		3. けんちん汁		3. けんちん汁		3. カルドデポヨ		3. カルドデポヨ		3. 親子煮 (かき汁)		3. 親子煮 (かき汁)		3. チャンボン麺		3. チャンボン麺					
4. 塩昆布あえ		4. 塩昆布あえ		4. さばの塩焼き50g		4. さばの塩焼き60g		4. 自身魚のメキシカンソースがけ80g		4. 自身魚のメキシカンソースがけ80g		4. もやしのおひたし		4. もやしのおひたし		4. 焼きぎょうざ		4. 焼きぎょうざ					
5. オレンジ (1/4カット)		5. オレンジ (1/4カット)						5. プリン		5. プリン		5. 洋梨シャーベット		5. 洋梨シャーベット		5. バナナ (1/2本)		5. バナナ (1本)					
食材名		1人当		使用量		食材名		1人当		使用量		食材名		1人当		使用量		食材名		1人当		使用量	
* サラダ油		2 2.6				* 煮干 (だし用)		3 4				* 若鶏肉 もも皮付き		20 26				精白米 (ゆめびりか)		80 100			
おろししょうが生 国産		1.3 1.69				* サラダ油		0.5 0.65				キャベツ 生		11.76 15.29						* つと (冷凍)		8 10.4	
ガーリック		0.01 0.01				* 若鶏肉 胸皮付き		5 7				にんじん 生		10.31 13.4				* 和風だしの素 粉末		0.2 0.3		* かのこいか冷凍1cm巾(外国)	
* 豚ひき肉		20 26				ごぼう しぶとり		3.33 4.44				ホールコーン 冷凍 国内		5 6.5				* 醤油こいくち		4.2 5.46		* えび 冷凍 (L)	
にんじん 生		10.31 13.4				にんじん 生		10.31 13.4				冷凍ブロッコリー Sサイズ		10 13				三温糖		2 2.6		キャベツ 生	
* 大豆たんぱく		2 2.6				* 和風だしの素 粉末		0.2 0.26				いんげん (カット) 冷凍 外国		5 6.5				塩		0.07 0.1		もやし 緑豆	
料理酒		1 1.3				じゃがいも 生		33.33 44.44				* コンソメ 粉末有塩		0.85 1.11				玉ねぎ		42.55 55.32		にんじん 生	
三温糖		1.62 2.11				大根 生		16.67 22.22				塩		0.4 0.52				もうそう竹 (千切) 国内		15 19.5		もうそう竹 (千切) 国内	
* 醤油こいくち		5.4 7.02				つきこんにやく		25 32.5				ガーリック		0.03 0.04				干しいたけ Sサイズ国内		0.5 0.65		長ねぎ 根深ねぎ	
* 甜麺醤		3 3.9				長ねぎ 根深ねぎ		8.99 11.24										* 若鶏肉 胸皮付き		25 32.5		黒きくらげSサイズ (道内)	
* 豆板醤		0.33 0.42				* 絞り豆腐		50 60				* ホキフライ		40				にんじん 生		13.4 17.42		* 冷凍がら十五分湯ボーン	
ピーマン 青		5.88 7.65				* 醤油こいくち		4.5 5.85				* 白紋油 (センター)		4 6				* 冷凍 液卵		40 52		おろししょうが生 国産	
長ねぎ 根深ねぎ		11.24 14.61				塩		0.18 0.23				* サラダ油		0.35 0.45				長ねぎ 根深ねぎ		11.24 14.61		* 白湯スープ	
* でん粉		1.4 1.82										玉ねぎ		21.28 27.66								* 醤油こいくち	
* ごま油		0.3 0.39				* さばの塩焼き		50				にんじん 生		10.31 13.4				水		20 26		塩	
* ラー油		0.03 0.04				* さばの塩焼き		0				ピーマン 青		8.24 10.59								こしょう	
* ごま 黒すり		3 3.9										トマトダイスカット缶		35 45				もやし 緑豆		46.39 51.55		ミネラルウォーター	
* 冷凍 豆腐(マーボー豆腐系)		140 182				* さばの塩焼き		60				チリパウダー		0.08 0.1				* 醤油こいくち		2 2.6		* 冷凍ラーメン	
						* さばの塩焼き		0				ガーリック		0.1 0.13									
チンゲン菜		23.53 30.59										* コンソメ 粉末有塩		0.35 0.45				* 洋梨シャーベット		40 40		* 焼ギョウザ 冷凍抜卵乳抜	
もやし 緑豆		41.24 51.55										三温糖		0.5 0.65									
* 塩昆布		2.5 3.25										塩		0.04 0.05								* バナナ	
												こしょう		0.01 0.01									
* オレンジ		50.77 50.77																				* バナナ	
												* ホキフライ		60									
												* カスタードプリン		60 60									
小皿使用				小皿使用				小皿使用				小皿使用				小皿使用							