

2026年1月

統括Cコース

[illegible]

2026年1月

統括Cコース

| 19日(月) 513-1,340 計 1,853 食 | | | | 20日(火) 629-1,329 計 1,958 食 | | | | 21日(水) 627-1,333 計 1,960 食 | | | | 22日(木) 629-1,319 計 1,948 食 | | | | 23日(金) 502-1,449 計 1,951 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) | 1. 白飯 (全学年) | | | 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. 肉じゃが (油減) | 3. 肉じゃが (油減) | | | 3. せんべい汁 | 3. せんべい汁 | | | 3. コーンスープ | 3. コーンスープ | | | 3. 雑煮 | 3. 雑煮 | | | 3. 塩ラーメン | 3. 塩ラーメン | | |
| 4. 寒締めほうれん草のおひたし | 4. 寒締めほうれん草のおひたし | | | 4. 切干大根の炒め煮 | 4. 切干大根の炒め煮 | | | 4. ハンバーグ (ボイル) | 4. ハンバーグ (ボイル) | | | 4. 厚焼き卵 (鉄CaVB1) 45g | 4. 厚焼き卵 (鉄CaVB1) 55g | | | 4. 鉄腕豚肉焼売 (Fe) (2.3) | 4. 鉄腕豚肉焼売 (Fe) (2.3) | | |
| | 5. 小女子佃煮6g | | | 5. アーモンド10g | 5. アーモンド15g | | | 5. ミニトマト(2ヶ) | 5. ミニトマト(2ヶ) | | | 5. 冬みかん | 5. 冬みかん | | | 5. バナナ (1/2本) | 5. バナナ (1本) | | |
| 6. マーシャルピーンズ | | | | | | | | 6. マーシャルピーンズ | | | | | | | | | | | |
| 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 | | ごぼう しぶとり | 11.11 | 14.44 | | 玉ねぎ | 31.91 | 42.55 | | *若鶏肉 胸皮付き | 15 | 20 | | *冷凍ラーメン | 60 | 80 | |
| 玉ねぎ | 37.23 | 47.87 | | にんじん 生 | 5.15 | 6.7 | | ホールコーン 冷凍 国内 | 20 | 26 | | こんにゃく | 8 | 10.4 | | *豚並肉 肩 | 10 | 13 | |
| *豚並肉 肩 | 32 | 41.6 | | *チキンガラスープ | 8 | 10.4 | | *コンボ [®] タ [®] ジュ [®] ル [®] | 7 | 9.1 | | にんじん 生 | 5.15 | 7.22 | | 細切りめんま (極細) | 5 | 6.5 | |
| にんじん 生 | 15.46 | 20.62 | | *若鶏肉 胸皮付き | 20 | 26 | | *チキンガラスープ | 8 | 10 | | 大根 生 | 22.22 | 28.89 | | にんじん 生 | 5.15 | 7.22 | |
| しらたき | 35 | 45 | | つきこんにゃく | 20 | 26 | | *調理用牛乳 | 20 | 26 | | 干しいたけ スライス国内 | 0.5 | 0.7 | | 白菜 | 21.28 | 26.6 | |
| じゃがいも冷凍(乱切り) | 73 | 94.9 | | *醤油こいくち | 3.5 | 4.55 | | *生クリーム | 2 | 2.6 | | もうそう竹 (千切) 外国 | 5 | 6.5 | | もやし 緑豆 | 15.46 | 20.62 | |
| じゃがいも冷凍(乱切り) | 0 | 0 | | 料理酒 | 1 | 1.3 | | クリームコーン缶 外国 | 35 | 45 | | ごぼう しぶとり | 5.56 | 7.78 | | 長ねぎ 根深ねぎ | 8.99 | 11.24 | |
| 三温糖 | 1.2 | 1.56 | | みりん | 1 | 1.3 | | 塩 | 0.2 | 0.26 | | *高野豆腐(サイコロ) | 3 | 4 | | *わかめ、カットわかめ (外国) | 0.1 | 0.13 | |
| 黒砂糖 (粉糖) | 1.5 | 2 | | *かつおぶしエキス | 0.7 | 0.91 | | こしょう | 0.02 | 0.03 | | *焼きちくわ半円スライス | 10 | 13 | | *冷凍 [®] ラ [®] 十五分湯 [®] が [®] ー [®] | 7 | 9.1 | |
| *醤油こいくち | 8 | 10.4 | | 塩 | 0.18 | 0.23 | | パセリ | 0.78 | 1 | | *醤油こいくち | 5.2 | 6.76 | | 玉ねぎ (スープ用) | 2 | 3 | |
| みりん | 2.4 | 3.12 | | *かやき煎餅割れタイプ | 8.3 | 12 | | | | | | みりん | 1 | 1.3 | | *ラーメンベース 塩 | 10 | 13 | |
| グリーンピース 冷凍 | 3 | 4 | | 長ねぎ 根深ねぎ | 5.62 | 7.3 | | *国産鶏豚 [®] 付き [®] の [®] の [®] の [®] (チキ [®] ン) | 80 | 80 | | 料理酒 | 1 | 1.3 | | 塩 | 0.1 | 0.13 | |
| 水 | 30 | 39 | | | | | | *国産鶏豚 [®] 付き [®] の [®] の [®] の [®] (チキ [®] ン) | 0 | 0 | | *油揚げ (カット) | 3 | 3.9 | | こしょう | 0.03 | 0.04 | |
| | | | | *サラダ油 | 2 | 2.6 | | | | | | *かつおぶしエキス | 0.7 | 0.91 | | *ごま 白いり | 0.3 | 0.4 | |
| ほうれんそう (センター) | 22.22 | 28.89 | | 切り干し大根 (国内) | 5 | 6.5 | | ミニトマト | 30.61 | 30.61 | | みつば | 3 | 4 | | ミネラルウォーター | 1 | 1.3 | |
| 白菜 | 31.91 | 41.49 | | *さつま揚げ (スライス) | 15 | 20 | | | | | | やわらか焼き餅 | 18 | 18 | | | | | |
| にんじん 生 | 5.15 | 7.22 | | にんじん 生 | 8.25 | 10.31 | | *マーシャルピーンズ | 15 | 15 | | やわらか焼き餅 | 0 | 0 | | *鉄腕豚肉焼売 (Fe) | 36 | 54 | |
| *醤油こいくち | 2 | 2.6 | | *油揚げ (カット) | 8 | 10 | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | *和風だしの素 粉末 | 0.2 | 0.3 | | | | | | *厚焼き卵 (鉄CaVB1) | | 55 | | *バナナ | 93.33 | | |
| *小女子佃煮 | | 6 | | 三温糖 | 0.38 | 0.49 | | | | | | *厚焼き卵 (鉄CaVB1) | | 0 | | | | | |
| | | | | 黒砂糖 (粉糖) | 0.84 | 1.09 | | | | | | | | | | *バナナ | | 186.67 | |
| | | | | *醤油こいくち | 2.3 | 3 | | | | | | *厚焼き卵 (鉄CaVB1) | 45 | | | | | | |
| | | | | みりん | 1 | 1.3 | | | | | | *厚焼き卵 (鉄CaVB1) | 0 | | | | | | |
| | | | | 塩 | 0.01 | 0.01 | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | *ごま 白いり | 0.5 | 0.7 | | | | | | 冬みかん | 100 | 100 | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | *アーモンド 小袋 | 10 | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | *アーモンド 小袋 | | 15 | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 小皿使用 | | | | 小皿使用 | | | | 小皿使用 | | | | 小皿使用 | | | | 小皿使用 | | | |

2026年1月

統括Cコース

| 26日(月) 512-1,220 計 1,732 食 | | | | 27日(火) 629-1,329 計 1,958 食 | | | | 28日(水) 627-1,332 計 1,959 食 | | | | 29日(木) 629-1,318 計 1,947 食 | | | | 30日(金) 608-1,419 計 2,027 食 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|--|-------------|--|---|--|------------------|--|---|--|-----|--|---|--|-------------|--|--|--|--------------|--|--|--|-----|--|--|--|-------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 1. 白飯 (全学年) 2. 牛乳 3. みそ汁(仔・袴・羽・7g) 4. ホッケ塩焼き40g 5. たくあん 6. 給食週間ゼリー | | | | 1. 白飯 (全学年) 2. 牛乳 3. みそ汁(仔・袴・羽・7g) 4. ホッケ塩焼き60g 5. たくあん 6. 給食週間ゼリー | | | | 1. 白飯 (全学年) 2. 牛乳 3. 肉豆腐 (豚肉) 4. 肉豆腐と味噌の中華あえ | | | | 1. 白飯 (全学年) 2. 牛乳 3. 肉豆腐 (豚肉) 4. 肉豆腐と味噌の中華あえ | | | | 1. 米粉コッペパン 2. 牛乳 3. 白花豆のシチュー 4. ホキフライ50g 5. パック中濃ソース3g | | | | 1. 米粉コッペパン 2. 牛乳 3. 白花豆のシチュー 4. ホキフライ50g 5. パック中濃ソース3g | | | | 1. 白飯 (全学年) 2. 牛乳 3. 半ペンスープ 4. ビビンバ (増量) 5. 冷凍パイ | | | | 1. 白飯 (全学年) 2. 牛乳 3. 半ペンスープ 4. ビビンバ (増量) 5. 冷凍パイ | | | | 1. ミルクパン 2. 牛乳 3. イカ団子のビーフン汁 4. 卵ロール50g 5. フライドポテト(冷・半量) | | | | 1. ミルクパン 2. 牛乳 3. イカ団子のビーフン汁 4. 卵ロール60g 5. フライドポテト(冷・半量) | | | |
| 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 | | 食材名 | | 1人当 | | 使用量 | | | | | | | | | | | |
| *煮干 (だし用) | | 3 4 | | | | *和風だしの素 粉末 | | 0.4 0.5 | | | | *サラダ油 | | 0.5 0.7 | | | | *はんぺん小粒 | | 10 13 | | | | *いかボール | | 40 50 | | | | | | | | | | | | | |
| じゃがいも 生 | | 55.56 72.22 | | | | *醤油こいくち | | 4.9 6.3 | | | | *無添加パスタ(短冊冷凍) | | 10 13 | | | | *若鶏肉 胸皮付き | | 15 20 | | | | にんじん 生 | | 5.15 6.7 | | | | | | | | | | | | | |
| *油揚げ (カット) | | 5 6.5 | | | | みりん | | 1 1.3 | | | | 玉ねぎ | | 42.55 55.32 | | | | にんじん 生 | | 10.31 13.4 | | | | もうそう竹 (千切) 外国 | | 10 13 | | | | | | | | | | | | | |
| *赤味噌 | | 2.4 3.2 | | | | 料理酒 | | 2 2.6 | | | | にんじん 生 | | 10.31 13.4 | | | | 干しいたけ スライス国内 | | 0.5 0.7 | | | | きくらげ(スライス2mm) | | 0.5 0.65 | | | | | | | | | | | | | |
| *みそ (白) | | 3.2 4.16 | | | | *豚ば肉 肩 | | 30 40 | | | | じゃがいも 生 | | 38.89 50.56 | | | | *コンソメ 粉末有塩 | | 1 1.3 | | | | *スープストック 中華味 | | 0.74 0.96 | | | | | | | | | | | | | |
| *わかめ、カットわかめ (外国) | | 0.5 0.65 | | | | 生ほぐししめじ | | 7 9.1 | | | | 月桂樹の葉 | | 0.01 0.01 | | | | こしょう | | 0.03 0.04 | | | | 塩 | | 0.15 0.2 | | | | | | | | | | | | | |
| 長ねぎ 根深ねぎ | | 11.24 14.61 | | | | しらたき | | 30 40 | | | | ホールコーン 冷凍 国内 | | 10 13 | | | | 塩 | | 0.4 0.5 | | | | *醤油こいくち | | 0.5 0.7 | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | 黒砂糖 (粉糖) | | 3 4 | | | | 白花豆ペースト | | 20 26 | | | | 長ねぎ 根深ねぎ | | 11.24 14.61 | | | | こしょう | | 0.01 0.01 | | | | | | | | | | | | | |
| *ホッケ塩焼き | | 40 | | | | *マーボー豆腐 | | 130 170 | | | | *小麦粉 | | 3 3.9 | | | | | | | | | | ビーフン | | 2 2.5 | | | | | | | | | | | | | |
| *ホッケ塩焼き | | 0 | | | | 塩 | | 0.07 0.1 | | | | *サラダ油 | | 3 3.9 | | | | *サラダ油 | | 0.6 0.78 | | | | チンゲン菜 | | 17.65 23.53 | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | いんげん (カット) 冷凍 外国 | | 7 9 | | | | *調理用牛乳 | | 20 26 | | | | *おろししょうが生 国産 | | 0.8 1 | | | | 長ねぎ 根深ねぎ | | 11.24 14.61 | | | | | | | | | | | | | |
| *ホッケ塩焼き | | 60 | | | | 水菜 | | 11.76 15.29 | | | | *コンソメ 粉末有塩 | | 0.46 0.6 | | | | ガーリック | | 0.08 0.1 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| *ホッケ塩焼き | | 0 | | | | | | | | | | 塩 | | 0.4 0.52 | | | | *豚上ひき肉 | | 22 28.6 | | | | *卵ロール | | 50 | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | *おろししょうが生 国産 | | 0.8 1.04 | | | | こしょう | | 0.01 0.01 | | | | みじん切りメンマ水煮 | | 8.3 10.79 | | | | *卵ロール | | 0 | | | | | | | | | | | | | |
| *たくあん輪切り (国内) | | 13 13 | | | | *醤油こいくち | | 2.4 3.12 | | | | パセリ | | 0.56 0.72 | | | | *大豆たんぱく | | 2.2 2.86 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | 食酢 (穀物酢) | | 1.2 1.56 | | | | | | | | | | *マーボー豆腐 | | 15 20 | | | | *卵ロール | | 60 | | | | | | | | | | | | | |
| *給食週間フルーツゼリー | | 40 40 | | | | *ラー油 | | 0.01 0.01 | | | | *ホキフライ | | 50 50 | | | | *高野豆腐 (粒状) | | 2.5 3.3 | | | | *卵ロール | | 0 | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | 三温糖 | | 0.56 0.73 | | | | *白紋油 (センター) | | 5 5 | | | | 三温糖 | | 3.1 4.03 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | *ごま 白いり | | 1 1.3 | | | | | | | | | | 料理酒 | | 0.8 1 | | | | *フライドポテト(ストレート) | | 40 50 | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | *ごま油 | | 0.3 0.39 | | | | *パック中濃ソース3g | | 3 3 | | | | *醤油こいくち | | 4.86 6.32 | | | | *白紋油 (センター) | | 4 5 | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | 細切りまわかめ (冷凍) | | 6 7.8 | | | | | | | | | | *豆板醤 | | 0.41 0.53 | | | | 塩 | | 0.2 0.3 | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | もやし 緑豆 | | 30.93 36.08 | | | | | | | | | | 塩 | | 0.05 0.07 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | にんじん 生 | | 5.15 6.7 | | | | | | | | | | ほうれん草 | | 16.67 22.22 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | 塩 | | 0.07 0.09 | | | | | | | | | | もやし 緑豆 | | 28.87 37.53 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | にんじん 生 | | 11.34 14.43 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | *ごま油 | | 0.45 0.59 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | *醤油こいくち | | 0.9 1.17 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | 塩 | | 0.16 0.21 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | *ごま 白いり | | 2 2.6 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | *冷凍パイ | | 35 35 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 小皿使用 | | | | 小皿使用 | | | | 小皿使用 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |