

令和5年度10月

学校給食明細献立表

安曇野市中部学校給食センター

2日(月)				3日(火)				4日(水)				5日(木)				6日(金)			
食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考
ごはん(風さやか)				ごはん(風さやか)				きしめん				発芽玄米ごはん(風さやか)							
米、強化米				米、強化米								米、強化米							
								ちくわの磯部揚げ				発芽玄米	10	19					
鶏のコーンフレーク焼き				さばのうま煮				ちくわ1/6	2	2190		ささみサラダ							
鶏もも肉50g	1	1115		さば50g	1	1100		ちくわ1/4	2	1245		ささみフレーク	10	18					
鶏もも肉65g	1	35		さば70g	1	640		米粉	1	2		キャベツ	25	48					
塩	0.14	0.16		しょうが	2	4		薄力粉	4	9		切ブロッコリー	10	18					
白こしょう	0.01	0.01		三温糖	5	9.5		青のり	0.1	0.2		にんじん	5	9					
ノンエッグマヨネーズ	6.5	8		酒	2	3.8		揚げ油				オリーブ油	1	1.8					
パルメザンチーズ	1.5	3		こいくち	5	9.5		卵の花煮				塩	0.3	0.57					
コーンフレーク	6.5	8		みりん	2	3.8		油	0.5	0.9		黒こしょう	0.01	0.018					
紙カップ小判4号	1	1200		水	8	15		鶏ひき肉	10	18		酢	1	1.8					
								酒	0.5	0.9									
								三温糖	1	1.8		梨							
大根サラダ				昆布あえ				切ごぼう	5	9		梨	1/8.	135					
だいこん	35	40		キャベツ	35	66		にんじん	5	9		梨	1/6.	105					
にんじん	5	6		きゅうり	15	30		つきこん	5	9		秋のきのこカレー							
きゅうり	15	18		にんじん	5	9		ねぎ	2	3.9		油	1	1.8					
酢	1	1.2		塩こんぶ	1.5	3		おから	15	30		豚こま肉	30	57					
塩	0.1	0.1		うすくち	1	1.8		みりん	2	3.9		しょうが	0.3	0.57					
うすくち	2	2.4						こいくち	3.5	6.6		にんにく	0.3	0.57					
油	0.5	0.6		じゃがいものみそ汁				厚削り	0.5	0.5		たまねぎ	30	57					
				厚削り	2.5	4.5						オニオンソテー	10	18					
				たまねぎ	20	39		山菜きしめん汁				にんじん	20	36					
はるさめスープ				にんじん	10	18		厚削り	2.5	4.5		しめじ	10	18					
ベーコン	10	12		じゃがいも	30	57		豚こま肉	20	39		エリンギ	5	9					
にんじん	10	12		みそ	7	13.5		にんじん	5	9		じゃがいも	15	30					
はくさい	20	24		わかめ	0.5	1		たまねぎ	15	29		りんごピューレ	2	3					
ベジタシ	3	4		ねぎ	10	18		干しいたけ	0.2	0.5		ケチャップ	3	6					
酒	1	1						はくさい	20	39		中濃ソース	1.5	3					
うすくち	4	4.6						山菜ミックス	10	18		米粉のカレールウ	13	24					
塩	0.2	0.2						酒	0.5	0.9		カレー粉	0.1	0.18					
白こしょう	0.01	0.018						うすくち	8	15		ガラムマサラ	0.01	0.018					
マロニー	4	4						塩	0.5	0.9									
ねぎ	10	12						ねぎ	10	18									
								みりん	0.5	0.9									
<欠食校>				<欠食校>				<欠食校>				<欠食校>				<欠食校>			
明南	220			△ 明南	190	4年		明南	220			△ 明南	192	1年		明南	0		
東小	191			東小	192			東小	192			東小	191			東小	0		
北小	579			北小	578			北小	579			北小	579			北小	0		
明北	100			明北	100			△ 明北	81	2年		△ 明北	88	1年		明北	0		
× 明中	0	全	1107 小数+予	明中	200		1077 小数+予	明中	200		1089 小数+予	明中	200		1067 小数+予	明中	0		17 小数+予
× 北中	0	全	36 中数+予	北中	384		620 中数+予	北中	384		617 中数+予	北中	385		621 中数+予	北中	0		33 中数+予
センター	25		1143 合計	センター	25		1697 合計	センター	22		1706 合計	センター	25		1688 合計	センター	22		50 合計
予備	28		換算 1160	予備	28		換算 1890	予備	28		換算 1920	予備	28		換算 1890	予備	28		換算 0

令和5年度10月

学校給食明細献立表

所長 印 栄養士 印

9日(月)				10日(火)				11日(水) 安曇野の日				12日(木)				13日(金)											
食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考								
				ごはん				しそひじきごはん				コッペパン				ごはん											
				米、強化米				米、強化米								米、強化米											
				鶏と里芋の利休煮				芽ひじき	0.3	0.57		ロングウイナー															
				油	1	1.8		酒	1.5	3		ロングウイナー30g	1	1095		豚肉の香味だれ											
				鶏もも肉	30	57		こいくち	1	1.8		ロングウイナー40g	1	625		豚ロース50g	1	1075									
				にんじん	10	18		みりん	1	1.8						豚ロース70g	1	630									
				切さといも	30	57		ゆかり	1	1.8		コーンサラダ				三温糖	1.5	3									
				しめじ	10	18						コーン	10	18		こいくち	2	3.8									
				三温糖	2	3.9		わさびコロッケ				キャベツ	25	48		酢	1.5	2.8									
				みりん	1	1.8		わさびコロッケ50g	1	1120		切ブロッコリー	10	18		ねぎ	3	5.7									
				酒	1	1.8		わさびコロッケ70g	1	630		にんじん	5	9		ごま油	0.5	0.9									
				こいくち	4	7.5		揚げ油				酢	1.5	3		おろしにんにく	0.1	0.18									
				冷きぬさや	2	3						オリーブ油	1	1.8		おろししょうが	0.1	0.18									
				白すりごま	2	3		ツナサラダ				塩	0.3	0.57													
				でんぷん	1	1.8		ツナ	10	18		黒こしょう	0.01	0.018		さつまいものサラダ											
								キャベツ	25	48						切さつまいも	30	57									
								きゅうり	15	30		にんじんのポターージュ				きゅうり	20	36									
				磯マヨサラダ				にんじん	5	9		鶏むね肉	5	9		にんじん	5	9									
				キャベツ	35	66		酢	1	1.8		たまねぎ	40	75		ノンエッグマヨネーズ	6.5	12									
				きゅうり	15	30		塩	0.1	0.18		にんじん	10	18		酢	0.5	0.9									
				にんじん	5	9		うすくち	2	3.6		にんじんペースト	20	39		塩	0.1	0.18									
				四角きざみのり	0.2	0.6		油	0.5	0.9		コーンペースト	5	9		白こしょう	0.01	0.018									
				ノンエッグマヨネーズ	6.5	12						調理用牛乳	30	60													
				うすくち	0.5	0.9		ありが豚汁				米粉	3	6		けんちん汁											
								厚削り	2.5	4.5		塩	0.2	0.39		厚削り	2.5	4.5									
				みそ汁				ありがとん豚肉	20	39		白こしょう	0.02	0.039		切ごぼう	10	18									
				厚削り	2.5	4.5		酒	1	1.8		コンソメ	1.5	3		にんじん	10	18									
				たまねぎ	15	30		切ごぼう	10	18						だいこん	20	36									
				えのきたけ	10	18		つきこん	10	18						つきこん	10	18									
				はくさい	10	18		にんじん	10	18						ゆし豆腐	20	36									
				豆腐	30	57		はくさい	15	30						酒	1	1.8									
				みそ	7	13.5		切さつまいも	15	30						塩	0.2	0.36									
				こまつな	10	18		みそ	7	13.5						うすくち	4	7.5									
								ねぎ	5	9						ねぎ	5	9									
<欠食校>				<釜割>				<欠食校>				<釜割>				<欠食校>				<釜割>							
明南	0			明南	220			明南	220			明南	220			明南	191			明南	191			1年			
東小	0			東小	192			東小	192			東小	191			東小	191			東小	191						
北小	0			北小	578			北小	579			北小	579			北小	579			北小	579						
明北	0			明北	100			明北	100			明北	81			明北	89			明北	89			1年			
明中	0	17	小数+予	明中	202	1107	小数+予	明中	202	1108	小数+予	明中	202	1088	小数+予	明中	202	1067	小数+予	明中	202	1067	小数+予				
北中	0	33	中数+予	北中	384	622	中数+予	北中	384	622	中数+予	北中	385	620	中数+予	北中	384	622	中数+予	北中	384	622	中数+予				
センター	22	50	合計	センター	25	1729	合計	センター	25	1730	合計	センター	22	1708	合計	センター	25	1689	合計	センター	25	1689	合計				
予備	28	換算	0	予備	28	換算	1920	予備	28	換算	1920	予備	28	換算	1920	予備	28	換算	1890	予備	28	換算	1890				

令和5年度10月

学校給食明細献立表

所長 印 栄養士 印

16日(月)				17日(火)ハロウィン 北中希望				18日(水)				19日(木)				20日(金)			
食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考
ごはん				ごはん				ごはん				コッペパン				ごはん			
米、強化米				米、強化米				米、強化米				小麦	米、強化米						
						大豆						小麦							
わらさのみそ漬け焼き				かぼちゃ型ハンバーグ				厚揚げの肉みそがけ				タラフライ40g 1 1020				鶏の照り焼き			
わらさみそ漬け50g	1	925		かぼちゃハンバーグ40g	1	1115		絹揚げ70g	1	1080		タラフライ60g	1	575		鶏もも肉50g	1	1000	
わらさみそ漬け70g	1	630		かぼちゃハンバーグ60g	1	630		絹揚げ100g	1	630		揚げ油				鶏もも肉70g	1	590	
(みそ、砂糖、みりん、酒)								油	0.3	0.6		中濃ソース	5	9		こいくち	3	5.1	
				かぼちゃサラダ				しょうが	0.2	0.4						三温糖	2	3.6	
なめたけあえ				切かぼちゃ	30	57		豚ひき肉	15	27		コールスローサラダ				みりん	2	3.6	
なめたけ	10	18		8mmチーズ	5	9		酒	1	1.8		キャベツ	30	53		でんぷん	0.5	0.9	
小松菜	10	18		きゅうり	20	39		三温糖	4	7		きゅうり	15	27					
キャベツ	30	51		たまねぎ	3	6		みりん	2	3.5		にんじん	5	9		きんぴらごぼう			
にんじん	5	9		ノンエッグマヨネーズ	6.5	12		みそ	5	9		酢	1.5	2.4		油	1	1.8	
うすくち	1	1.8		三温糖/酢	0.3/0.5	0.6/0.9		でんぷん	0.3	0.5		油	1	1.8		切ごぼう	25	45	
				白こしょう	0.01	0.018						塩	0.3	0.54		つきこん	10	18	
鶏団子スープ								おかかあえ				白こしょう	0.01	0.018		にんじん	5	9	
厚削り	2.5	4.5		ハヤシソース				はくさい	40	75						三温糖	1	1.8	
鶏ひき肉	20	36		油	1	1.8		小松菜	10	18		ポークビーンズ				こいくち	2.5	4.5	
ねぎ	4	6		にんにく	0.3	0.57		にんじん	5	9		油	0.5	0.9		みりん	0.5	0.9	
おろししょうが	0.2	0.3		たまねぎ	40	75		うすくち	2	3.6		豚こま肉	20	36		白いりごま	1	2	
でんぷん	0.8	1.4		豚こま肉	30	57		塩	0.1	0.18		にんじん	10	18		一味唐辛子	0.01	0.018	
塩	0.15	0.2		にんじん	10	18		かつお節	1	2		たまねぎ	40	72					
にんじん	10	18		しめじ	10	18						じゃがいも	40	72		キャベツのみそ汁			
たまねぎ	20	36		トマトピューレ	10	18		ちゃんこ鍋				乾燥大豆	5	9		厚削り	2.5	4.5	
しめじ	10	18		赤ワイン	1	1.8		かつお節+昆布	2.5	4.5		ゆで金時豆	10	18		にんじん	10	18	
キャベツ	20	36		ケチャップ	2	3		鶏もも肉	15	27		赤ワイン	1	1.8		えのきたけ	10	18	
うすくち	4	6.9		こいくち	0.5	0.9		豚こま肉	15	27		三温糖	1.5	2.4		油揚げ	5	9	
みりん	0.5	0.9		ハヤシルウ	10	18		にんにく	0.3	0.6		こいくち	1.5	2.4		キャベツ	30	54	
塩	0.2	0.3		中濃ソース	5	9		にんじん	10	18		ケチャップ	15	27		わかめ	0.5	1	
								しらたき	20	36		塩	0.3	0.51		みそ	7	12.3	
				ぶどうゼリー				キャベツ	20	36		白こしょう	0.01	0.018					
				巨峰っこゼリー	1	1735		えのきたけ	10	18						りんご			
								酒/みりん	1/1	1.8/1.8						シナノゴールド	1/8	130	
								うすくち/塩	4/0.2	7.5/0.3						シナノゴールド	1/6	100	
								黒こしょう	0.01	0.018									
								ごま油	0.5	0.9									
<欠食校>				<欠食校>				<欠食校>				<欠食校>				<欠食校>			
明南	220			明南	220			明南	220			明南	220			明南	219		
東小	0			東小	192			東小	156	3年		東小	191			東小	191		
北小	579			北小	578			北小	579			北小	485	6年		北小	481	1年	
明北	100			明北	100			明北	100			明北	100			明北	84	4年	
明中	203	916	小数+予	明中	202	1107	小数+予	明中	202	1072	小数+予	明中	151	2年	1013	明中	202	992	小数+予
北中	384	623	中数+予	北中	384	622	中数+予	北中	384	622	中数+予	北中	385		569	北中	346	-38	584
センター	25	1539	合計	センター	25	1729	合計	センター	25	1694	合計	センター	22		1582	センター	25		1576
予備	28	換算	1740	予備	28	換算	1920	予備	28	換算	1890	予備	28		換算	1770	予備	28	換算

令和5年度10月

学校給食明細献立表

所長 印 栄養士 印

23日(月)				24日(火)				25日(水)				26日(木)				27日(金)			
食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考
ごはん				カレーピラフ				スパゲティ				ごはん				ごはん			
米、強化米				米、強化米				小麦 乳 大豆 卵				米、強化米				米、強化米			
				油	1	1.8		ミートオムレツ											
秋鮭のみみじ焼き				ウインナー	15	28		ミートオムレツ50g	1	1115		豚とさつまいもの甘辛揚げ				焼き鳥丼			
秋鮭下味50g	1	765		にんじん	5	10		ミートオムレツ60g	1	625		豚もも肉	35	57		油	1	1.5	
秋鮭下味70g	1	425		たまねぎ	10	18						でんぷん	5	8		鶏もも肉	50	75	
(塩、白こしょう)				コーン	5	10		ポテトサラダ				切さつまいも	25	42		酒	1	1.5	
にんじん	10	13		塩	0.5	1		じゃがいも	30	57		揚げ油				三温糖	2.5	3.9	
ノンエッグマヨネーズ	10	13		コンソメ	1	2		にんじん	5	9		三温糖	3	5		ねぎ	15	24	
紙カップ小判4号	1	780		こいくち	1	1.8		きゅうり	15	27		みりん	2	3.3		こいくち	3	4.5	
紙カップ小判6号	1	440		カレー粉	0.2	0.4		ツナ	5	9		こいくち	3	5		炒り卵	20	30	
								ノンエッグマヨネーズ	6.5	12									
切干大根の煮物				いかなゲット				小麦	い	か		のり酢あえ				ごまあえ			
厚削り	0.5	0.5		いかなゲット	2	2120		塩	0.1	0.18		もやし	20	33		はくさい	30	45	
油	1	1.2		いかなゲット	3	1880		白こしょう	0.01	0.018		キャベツ	20	33		きゅうり	15	24	
豚ひき肉	5	6						安曇野りんごナポリタン				きゅうり	10	15		にんじん	5	6	
酒	1	1.2		糸寒天サラダ				油	1	1.8		にんじん	5	9		細切りかまぼこ	5	6	
にんじん	5	6		糸寒天	0.3	0.6		にんにく	0.2	0.36		塩	0.1	0.15		三温糖	1	1.5	
切干大根	5	6		キャベツ	30	57		ウインナー	15	27		うすくち	2	3.3		こいくち	2	3	
ちくわ	5	6		きゅうり	15	30		たまねぎ	40	75		酢	1.5	2.4		白すりごま	2	3	
三温糖	1.5	1.8		にんじん	5	9		赤ワイン	1	1.8		三温糖	0.2	0.3					
みりん	1	1.2		三温糖	0.5	0.9		ケチャップ	20	39		四角きざみのり	0.5	1		いものこ汁			
こいくち	3.5	4.5		油	1	1.8		トマトピューレ	20	39					厚削り	2.5	3		
				酢	1.5	2.7		りんご	15	27		豆腐のすまし汁				にんじん	10	15	
かぼちゃのみそ汁				うすくち	2.5	4.8		三温糖	1	1.8		厚削り+昆布	2.5	4.5		だいこん	20	30	
厚削り	2.5	3						うすくち	1.5	2.7		にんじん	10	15		しめじ	10	15	
たまねぎ	10	12		白菜スープ				塩	0.3	0.57		えのきたけ	10	15		切さといも	20	20	
しめじ	10	12		油	0.5	0.9		白こしょう	0.01	0.018		豆腐	30	51		ちくわ	10	15	
えのきたけ	10	12		鶏ひき肉	20	36		中濃ソース	1.5	2.7		ちらしかまぼこハロウィン	5	9		みりん	1	1.5	
切かぼちゃ	30	40		酒	1	1.8		水	16	30		酒	1	1.5		うすくち	4	6	
みそ	7	10		たまねぎ	20	36		ピーマン	5	9		塩	0.2	0.3		塩	0.2	0.3	
ねぎ	10	12		はくさい	30	57		でんぷん	3	5.7		うすくち	4	6.6		こまつな	10	15	
				干しいたけ	0.2	0.5						みつば	5	9					
				こいくち/塩	4/0.2	7.5/0.36										柿			
				ベジタシ/でんぷん	3/1	6/1.8										柿	1/8	110	
				ねぎ	10	18										柿	1/6	85	
<欠食校>				<欠食校>				<欠食校>				<欠食校>				<欠食校>			
×	明南	0	全 5年	×	明南	220	1, 2年	×	明南	220	<釜割>	×	明南	220	3年 6年	×	明南	219	1, 2年 2, 5年 6年
△	東小	160		△	東小	140		△	東小	191		△	東小	139					
	北小	579			北小	578			北小	579		△	北小	490					
×	明北		全 全	×	明北	100	1055 621 1676 換算 1890	×	明北	100	1108 618 1726 換算 1920	×	明北	100	993 501 1494 換算 1680	×	明北	76	836 500 1336 換算 1540
×	明中			×	明中	201		×	明中	201		×	明中	201					
	北中	384			北中	384			北中	384		△	北中	264					
	センター	25			センター	25			センター	22			センター	25			センター	25	
	予備	28			予備	28			予備	28				予備	28			予備	28

令和5年度10月

学校給食明細献立表

所長 印 栄養士 印

30日(月)				31日(火)				日(水)				日(木)				日(金)				
食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考	
ごはん				ごはん						0					0					0
米、強化米				米、強化米						0				0					0	
										0				0					0	
かじきの竜田揚げ				豚キムチ炒め						0				0					0	
かじき下味50g	1	1000		油	0.5	0.9				0				0					0	
かじき下味70g	1	630		にんにく	0.3	0.6				0				0					0	
(こいくち、酒、 みりん、しょうが)				豚こま肉	40	75				0				0					0	
でんぷん	6	11		酒	1	1.8				0				0					0	
揚げ油				エリンギ	5	9				0				0					0	
				キャベツ	30	57				0				0					0	
				白菜キムチ	10	18				0				0					0	
ごぼうサラダ				みそ						0				0					0	
ツナ	5	9		オイスターソース	0.3	0.6				0				0					0	
切ごぼう	20	36		チンゲンサイ	5	9				0				0					0	
うすくち	1	1.8		粉寒天	0.5	1				0				0					0	
三温糖	0.7	1.2								0				0					0	
にんじん	10	18		もやしのナムル					0					0					0	
きゅうり	15	27		もやし	40	75				0				0					0	
ノンエッグマヨネーズ	6.5	12		きゅうり	10	18				0				0					0	
三温糖	0.5	0.9		にんじん	5	9				0				0					0	
塩	0.2	0.36		白いりごま	1	2				0				0					0	
				ごま油	0.5	0.9				0				0					0	
なめこのみそ汁				塩						0				0					0	
厚削り	2.5	4.5		うすくち	2	3.6				0				0					0	
えのきたけ	10	18								0				0					0	
なめこ	10	18		にらたまスープ					0					0					0	
厚揚げ	30	54		鶏むね肉	15	27				0				0					0	
わかめ	0.5	1		にんじん	10	18				0				0					0	
みそ	7	12		だいこん	20	36				0				0					0	
ねぎ	10	18		ベジタシ	3	6				0				0					0	
				こいくち	4	7.5				0				0					0	
				塩	0.2	0.36				0				0					0	
				白こしょう	0.01	0.018				0				0					0	
				でんぷん	1	1.8				0				0					0	
				液卵	20	36				0				0					0	
				にら	5	9				0				0					0	
<欠食校>		<釜割>		<欠食校>		<釜割>		<欠食校>		<釜割>		<欠食校>		<釜割>		<欠食校>		<釜割>		
明南	220	4年 6年	995 小数+予 622 中数+予 1617 合計 換算 1830	明南	220	6年	1060 小数+予 620 中数+予 1680 合計 換算 1890	明南	0	<釜割>	17 小数+予 33 中数+予 50 合計 換算 0	明南	0	<釜割>	17 小数+予 33 中数+予 50 合計 換算 0	明南	0	<釜割>	17 小数+予 33 中数+予 50 合計 換算 0	
東小	191			△東小	162			東小	0			東小	0							
△北小	491			北小	578			北小	0			北小	0							
△明北	76			△明北	83			明北	0			明北	0							
明中	202			明中	200			明中	0			明中	0							
北中	384			北中	384			北中	0			北中	0							
センター	25			センター	25	センター	22	センター	22											
予備	28	予備	28	予備	28	予備	28													