

令和8年7月1日～令和8年7月31日

〔明細献立表〕

安曇野市南部学校給食センター

7月1日水曜日					7月2日木曜日					7月3日金曜日					7月6日月曜日					7月7日火曜日				
		小	中	合計			小	中	合計	三郷中2年生 家庭科献立		小	中	合計	七夕献立		小	中	合計			小	中	合計
	実数	1699	870	2569		実数	1698	876	2574		実数	1700	868	2568		実数	1699	868	2567		実数	1701	867	2568
	換算	1783	1131	2914		換算	1782	1139	2921		換算	1784	1128	2913		換算	1783	1128	2912		換算	1786	1127	2913
材料名		1人分 (g)	総量 (kg)	備考	材料名		1人分 (g)	総量 (kg)	備考	材料名		1人分 (g)	総量 (kg)	備考	材料名		1人分 (g)	総量 (kg)	備考	材料名		1人分 (g)	総量 (kg)	備考
【ごはん(風さやか)】					【ごはん】					【ごはん】					【ゆかりごはん】					【フルーツパン】				
精白米(風)		67.5			精白米(ｺｼ)		67.5			精白米(ｺｼ)		67.5			精白米(ｺｼ)		67.5			コッパパン★小麦★乳				
【焼肉丼の具】					【南カゴカマスの照り焼き】					【鶏肉とかぼちゃの甘辛揚げ】					ゆかりご飯の素		1.4	4.2	28袋	ドライアップル		3		
油		0.5	1.5		南カゴカマス照焼用下味		小50g	1720	個	鶏むね肉		25	74		【星のハンバーグ】					ドライパイ		3		
おろしにんにく		0.3	900g		南カゴカマス照焼用下味		中70g	895	個	鶏もも肉		15	44		星型ハンバーグ		小40g	1720	個	レーズン		3		
おろし生姜		0.3	900g		(しょうゆ、酒、みりん、三温糖)					天然塩		0.15	450g		星型ハンバーグ		中60g	890	個	上白糖		1.2		
豚もも肉		15	45							白ごしょう		0.02	60g		みりん		2.5	7.2						
豚うで肉		35	102		【ごまじゃこあえ】					でんぱん		2	5		酒		1	3						
たまねぎ		25	77		キャベツ		15	51		米粉		2	5		三温糖		3	8.8		【チーズオムレツ】				
もやし		15	44		きゅうり		15	44		カットかぼちゃ		25	72		こいくちしょうゆ		3.5	10		チーズオムレツ★卵★乳		小50g	1725	個
みりん		1.5	4.4		ブロッコリー		5	15		揚げ油		5			でんぱん		0.4	1.1		チーズオムレツ★卵★乳		中60g	890	個
こいくちしょうゆ		3.5	10		人参		5	15		こいくちしょうゆ		3.6	10.5											
ケチャップ		1.2	3	1袋	しらす干し		5	15	30袋	みりん		1	3		【ホタテとこんにゃくの短冊サラダ】					【ラタトゥイユ】				
みそ		2	5.8		白すりごま		1.5	4		三温糖		3.6	10.5		ほたてフレーク		3	8		オリーブ油		0.4	1.2	
三温糖		2	5.8		白ねりごま		1.5	4							大根		35	101		おろしにんにく		0.4	1.2	
粉寒天		0.4	1	2袋	三温糖		0.8	2.3		【キャベツとコーンのサラダ】					きゅうり		10	30		カットウィンナー		12	35	
					こいくちしょうゆ		2	5.8		キャベツ		35	119		人参		5	15		たまねぎ		15	46	
【こんぶあえ】					粉寒天		0.2	500g	1袋	紫キャベツ		5	16		サラダこんにゃく		8	23		トマト		8	24	
キャベツ		20	69							きゅうり		5	15		天然塩		0.3	880g		なす		10	33	
きゅうり		20	59		【豚白菜汁】					ホールコーン		7	20		ごま油		0.6	1.6		ズッキーニ		10	31	
人参		5	15		かつおだしパック		1.5	5		酢		1.5	4.4		白ごしょう		0.02	60g		黄パプリカ		3	10	
塩昆布		0.8	2		豚うで肉		20	58		うすくちしょうゆ		1	3		酢		2.1	6		赤パプリカ		3	10	
うすくちしょうゆ		1	3		酒		0.7	2		油		0.5	1.5							ケチャップ		4	12	4袋
天然塩		0.15	440g		人参		7	21		白ごしょう		0.02	60g		【織姫と彦星の天の川汁】					チキンブイヨン		1.5	4	
					干しいたけ		0.4	1		天然塩		0.2	600g		かつおだしパック		2.5	7		赤ワイン		0.8	2.4	
【野菜たっぷりみそ汁】					白菜		25	79							人参		5	15		天然塩		0.08	230g	
煮干だしパック		2.5	7.5	15袋	うすくちしょうゆ		4.2	12		【豆腐のみそ汁】					たまねぎ		20	62		黒ごしょう		0.02	60g	
人参		10	30		みりん		0.7	2		煮干だしパック		2.5	7.5	15袋	糸かまぼこ		8	23		バジル(粉)		0.01	20g	1袋
たまねぎ		20	62		天然塩		0.2	600g	袋	豆腐		25	72		細かまぼこ(黄)		4	12						
大根		25	73		長ねぎ		3	10		大根		20	59		細かまぼこ(赤)		4	12		【野菜スープ】				
油揚げ		8	23		おろし生姜		0.3	900g		人参		5	15		星型かまぼこ(黄)		7	20		鶏むね肉		15	44	
みそ		7.5	22							みそ		7.5	22		星型かまぼこ(オレンジ)		7	20		セロリー		3	8	
小松菜		5	17		【味付のり】					長ねぎ		3	10		酒		1	3		天然塩		0.15	450g	
					味付のり		1	2610	個	乾燥わかめ		0.5	1.4	7袋	みりん		0.5	1.5		白ごしょう		0.02	60g	
										【ミニトマト】					うすくちしょうゆ		3.5	10		たまねぎ		15	46	
										ミニトマトM		小2個	3450	個	天然塩		0.2	600g		人参		5	15	
										ミニトマトM		中2個	1780	個	オクラ		5	17		キャベツ		25	86	
															【セタパインゼリー】					コンソメ		1.5	4	8袋
															セタパインゼリー		1	2590	個	うすくちしょうゆ		2	5.9	
																				乾燥パセリ		0.03	90g	

令和8年7月1日～令和8年7月31日

[明 細 献 立 表]

安曇野市南部学校給食センター

7月8日水曜日					7月9日木曜日					7月10日金曜日					7月13日月曜日					7月14日火曜日																					
		小	中	合計	三中全校欠食		小	中	合計			小	中	合計			小	中	合計			小	中	合計																	
	実数	1699	868	2567		実数	1698	394	2092 <th></th> <th>実数</th> <td>1700</td> <td>868</td> <td>2568<th></th><th>実数</th><td>1699</td><td>868</td><td>2567<th></th><th>実数</th><td>1701</td><td>867</td><td>2568</td></td></td>		実数	1700	868	2568 <th></th> <th>実数</th> <td>1699</td> <td>868</td> <td>2567<th></th><th>実数</th><td>1701</td><td>867</td><td>2568</td></td>		実数	1699	868	2567 <th></th> <th>実数</th> <td>1701</td> <td>867</td> <td>2568</td>		実数	1701	867	2568																	
	換算	1783	1128	2912 <th></th> <th>換算</th> <td>1782</td> <td>512</td> <td>2294<th></th><th>換算</th><td>1784</td><td>1128</td><td>2913<th></th><th>換算</th><td>1783</td><td>1128</td><td>2912<th></th><th>換算</th><td>1786</td><td>1127</td><td>2913</td></td></td></td>		換算	1782	512	2294 <th></th> <th>換算</th> <td>1784</td> <td>1128</td> <td>2913<th></th><th>換算</th><td>1783</td><td>1128</td><td>2912<th></th><th>換算</th><td>1786</td><td>1127</td><td>2913</td></td></td>		換算	1784	1128	2913 <th></th> <th>換算</th> <td>1783</td> <td>1128</td> <td>2912<th></th><th>換算</th><td>1786</td><td>1127</td><td>2913</td></td>		換算	1783	1128	2912 <th></th> <th>換算</th> <td>1786</td> <td>1127</td> <td>2913</td>		換算	1786	1127	2913																	
材料名		1人分 (g)	総量 (kg)	備考	材料名		1人分 (g)	総量 (kg)	備考	材料名		1人分 (g)	総量 (kg)	備考	材料名		1人分 (g)	総量 (kg)	備考	材料名		1人分 (g)	総量 (kg)	備考																	
【スパゲッティ】					【ツナピラフ】					【ごはん(風さやか)】					【ごはん】					【コッペパン】																					
スパゲティ★小麦					精白米(33)					60	精白米(風)					67.5	精白米(33)					67.5	コッペパン★小麦★乳																		
					油					0.3	680g																														
【ポテトカップの野菜グラタン】					たまねぎ					15	36	【モウカザメとポテのオーロラ揚げ】					【マーボーなす】																								
ポテトカップの野菜グラタン					小40g	1720	個	むき枝豆					5	12	モウカザメ(下味)					40	115.2	油					0.6	1.8	【鶏肉のトマトソース】												
ポテトカップの野菜グラタン					中60g	890	個	人参					5	12	(酒.塩)					おろしにんにく					1.2	3.5	鶏もも肉					小50g	1720	個							
					ツナフレーク					8	18	でんぱん					2	6	おろし生姜					1.2	3.5	鶏もも肉					中65g	890	個								
【コールスローサラダ】					天然塩					0.5	1.1	米粉					2	6	豆板醤					0.6	1.8	6本	油					0.3	900g								
キャベツ					25	85		白こしょう					0.02	50g	クシ型ポテト					30	87	長ねぎ					5	17	おろしにんにく					0.2	600g						
紫キャベツ					3	10		うすくちしょうゆ					0.05	120g	揚げ油					8		豚ひき肉					35	102	たまねぎ					7	21						
きゅうり					10	30									たまねぎ					5	15	たまねぎ					10	31	えのき					2	7						
人参					3	9		【鶏肉のフレーク焼き】					ケチャップ					6	18	6袋	こいくちしょうゆ					1	3	ケチャップ					6	18	6袋						
ハム					4	12		鶏むね肉					小50g	1720	個	ウスターソース					1	3	酒					1	3	ダイストマト					3	8					
油					1	3		鶏むね肉					中65g	410	個	カレー粉					0.02	60g	みそ					5	15	白ワイン					0.7	2					
酢					1	3		天然塩					0.1	230g	三温糖					1	3	三温糖					1	3	三温糖					0.5	1.5						
天然塩					0.3	880g		白こしょう					0.02	50g	みそ					1	3	なす					30	97	天然塩					0.05	150g						
白こしょう					0.01	30g		ノエッグ マヨネーズ					9	21								にら					3	10	でんぱん					0.3	900g						
					粉チーズ★乳					1.5	3	【きゅうりの甘酢漬け】					粉寒天					1	2.5	5袋																	
【ミートソース】					プレーンコーンフレーク					7	25	きゅうり					20	59	【フルーツ白玉】										【かぼちゃのさっぱりあえ】												
油					0.3	880g									キャベツ					20	69	みかんシロップ 漬け					8	24	カットかぼちゃ					35	101						
おろしにんにく					0.4	1.2		【春雨サラダ】					人参					5	15	パインシロップ 漬け					10	29	きゅうり					10	30								
セロリー					2	6		マロニー					3	7	うすくちしょうゆ					1.4	4	ダイスゼリー(サイダー)					20	58	むき枝豆					6	18						
豚ひき肉					25	73		きゅうり					15	35	酢					1.4	4	ダイスゼリー(桃)					17	49	天然塩					0.3	900g						
砕き大豆水煮					10	30		キャベツ					15	40	三温糖					1.5	4.4	カラフルボール					15	44	黒こしょう					0.01	30g						
たまねぎ					55	170		ホールコーン					5	12	天然塩					0.15	440g								油					1	3						
マッシュルーム水煮					5	15		酢					0.7	1.6								【こうや豆腐のみそスープ】										酢					1	3			
ダイストマト					15	44		三温糖					0.4	920g	【和風わんたん汁】										【こうや豆腐のみそスープ】																
ケチャップ					15	44	3kg14袋 1kg2袋	うすくちしょうゆ					2.5	5.8	かつおだしパック					2.5	8	鶏むね肉					10	29	【オニオンスープ】												
トマトピューレ					6	18	6袋	ごま油					0.6	1.4	豚ひき肉					12	35	たまねぎ					15	46	豚うで肉					8	23						
赤ワイン					1	3		天然塩					0.05	120g	カットなると					8	24	人参					5	15	セロリー					5	15						
中濃ソース					5	14.5									もやし					25	73	たけのこ水煮					7	20	たまねぎ					30	93						
天然塩					0.55	1.6		【チンゲン菜のスープ】					人参					8	24	もやし					15	44	人参					5	15								
白こしょう					0.02	60g		豚うで肉					15	35	おろし生姜					0.3	900g	チキンブイヨン					5	15	ホールコーン					7	20						
三温糖					0.8	2.4		たまねぎ					20	49	酒					1	3	みそ					7	20	ローストオニオン					10	29						
ハヤシルウ★小麦					8.5	25		人参					5	12	みりん					0.5	1.5	うすくちしょうゆ					2.1	6.2	ベジダシ					3	9						
乾燥パセリ					0.03	90g		白菜					10	25	うすくちしょうゆ					4	11.6	凍り豆腐					6	17.5	35袋	天然塩					0.3	900g					
でんぱん					2	5.8		しめじ					6	14	天然塩					0.3	900g	チンゲン菜					5	17	白こしょう					0.02	600g						
					うすくちしょうゆ					1.4	3.2	乾燥わんたん★小麦					7	20	ごま油					0.3	900g	乾燥パセリ					0.03	90g									
					天然塩					0.15	350g	長ねぎ					3	10																							
					白こしょう					0.02	50g																														
					ベジダシ					4	9																														
					チンゲン菜					8	22																														

令和8年7月1日～令和8年7月31日

[明 細 献 立 表]

安曇野市南部学校給食センター

7月15日水曜日					7月16日木曜日					7月17日金曜日					7月21日火曜日					7月22日水曜日				
土用献立		小	中	合計			小	中	合計	安曇野の日献立		小	中	合計			小	中	合計	長野県献立		小	中	合計
	実数	1699	868	2567		実数	1698	871	2569		実数	1700	868	2568		実数	1701	867	2568		実数	1699	870	2569
	換算	1783	1128	2912		換算	1782	1132	2914		換算	1784	1128	2913		換算	1786	1127	2913		換算	1783	1131	2914
材料名		1人分 (g)	総量 (kg)	備考	材料名		1人分 (g)	総量 (kg)	備考	材料名		1人分 (g)	総量 (kg)	備考	材料名		1人分 (g)	総量 (kg)	備考	材料名		1人分 (g)	総量 (kg)	備考
【細うどん】					【ごはん】					【ごはん(風さやか)】					【切り込み丸パン】					【キムタクごはん】				
細うどん★小麦					精白米(ジ)		67.5			精白米(風)		67.5			丸パン★小麦★乳					精白米(ジ)		53		
																				油		0.3	900g	
					【しいらの玉ねぎソース】					【すいか】										ベーコン		10	29	
【野菜かきあげ】					しいら酒塩こしょう下味		小50g	1720	個	すいか L		小中1/48個	55	個	【キャベツメンチカツ】					白菜キムチ漬け		10	29	
野菜入りかき揚げ★小麦		小50g	1725	個	しいら酒塩こしょう下味		中65g	895	切						キャベツメンチカツ★小麦		小50g	1725	個	つば漬け		10	29	
野菜入りかき揚げ★小麦		中60g	895	個	でんぷん		2.6	7		【ハムとキャベツのマリネ】					キャベツメンチカツ★小麦		中60g	895	個	こいくちしょうゆ		1	3	
					米粉		2.6	7		ハム		9	27		揚げ油		5							
【きゅうりの梅あえ】					揚げ油		7			キャベツ		20	69		中濃ソース		6	18	8本	【鶏肉のおいだれ焼き】				
白菜		20	62		油		0.25	740g		きゅうり		15	44							鶏もも肉		小50g	1725	個
きゅうり		20	59		たまねぎ		15	46		人参		3	9		【あっさりポテトサラダ】					鶏もも肉		中65g	895	個
人参		4	12		三温糖		1.5	4.4		黒こしょう		0.01	30g		カットじゃがいも		35	102		おろしにんにく		0.1	300g	
ねり梅		2	6		酢		1.5	4.4		ワインビネガー		1.7	5		人参		3	9		おろし生姜		0.1	300g	
油		0.7	2		こいくちしょうゆ		2.8	8.2		天然塩		0.4	1.2		むき枝豆		6	18		りんごピューレ		8	23	
酢		0.2	600g		でんぷん		0.3	900g		三温糖		1.8	5.3		黄パプリカ		3	10		こいくちしょうゆ		4.5	13	
うすくちしょうゆ		0.7	2							レモン汁		1	3	6袋	きゅうり		5	15		三温糖		2	5.9	
三温糖		0.2	600g		【カラフルサラダ】										天然塩		0.1	300g		酒		1.5	4.4	
					キャベツ		20	69		【安曇野豚の夏野菜カレー】					黒こしょう		0.01	30g		豆板醤		0.02	60g	
【五目うどん汁】					きゅうり		15	44		油		0.5	1.5		油		1.2	3.5						
かつおだしパック		3.5	10		ホールコーン		5	15		にんにく		0.2	700g		酢		1.4	4		【黒豆サラダ】				
豚うで肉		20	59		黄パプリカ		5	17		おろし生姜		0.5	1.5		うすくちしょうゆ		0.7	2		乾燥黒豆		5	15	
人参		8	24		赤パプリカ		3	10		豚もも肉		15	44							キャベツ		25	85	
大根		15	44		酢		1	3		豚うで肉		25	73		【ジュリエンスープ】					人参		3	9	
干しいたけ		1	2		うすくちしょうゆ		1.5	4.4		たまねぎ		25	77		たまねぎ		15	46		きゅうり		5	15	
たまねぎ		20	62		三温糖		0.5	1.5		人参		5	15		鶏ひき肉		10	29		ツナフレーク		5	15	
油揚げ		8	23		ごま油		0.8	2.4		カットかぼちゃ		20	59		人参		5	15		天然塩		0.2	600g	
酒		0.7	2		天然塩		0.1	300g		ズッキーニ		10	31		キャベツ		20	69		白こしょう		0.01	30g	
みりん		0.7	2							なす		10	33		大根		15	44		油		1.5	4.4	
こいくちしょうゆ		3	8.8		【肉だんごスープ】					トマト		5	15		コンソメ		1.5	4	8袋	酢		1	3	
うすくちしょうゆ		2	5.9		チキンブイヨン		5	15		天然塩		0.2	600g		うすくちしょうゆ		2	5.8						
天然塩		0.5	1.5		たけのこ水煮		10	29		ロークスカレールウ★小麦		10	30		白ワイン		1	3		【夏野菜のみそ汁】				
長ねぎ		5	17		人参		6	18		米粉カレールウ		4	12		天然塩		0.15	440g		煮干だしパック		2.5	7.5	15袋
					肉だんご★小麦		25	72		カレー粉		0.02	60g		黒こしょう		0.02	60g		たまねぎ		15	46	
					えのき		5	18		中濃ソース		1	3		乾燥パセリ		0.02	60g		じゃがいも		15	49	
					白菜		20	62		ケチャップ		5	15	5袋						人参		5	15	
					うすくちしょうゆ		3.5	10.2		ガラムマサラ		0.01	26g	2本						油揚げ		8	23	
					酒		0.7	2		チャツネ		1.5	5							みそ		7.5	22	
					天然塩		0.25	740g		こいくちしょうゆ		2	5.9							ささげ		3	9	
					白こしょう		0.02	60g																
					長ねぎ		3	10																
					【バレンシアオレンジ】																			
					バレンシアオレンジ		小1/6個	290	個															
					バレンシアオレンジ		中1/4個	230	個															

令和8年7月1日～令和8年7月31日

〔明細献立表〕

安曇野市南部学校給食センター

7月23日木曜日					7月24日金曜日																			
三郷中2年生 家庭科献立		小	中	合計	南小全校欠食		小	中	合計			小	中	合計			小	中	合計			小	中	合計
	実数	1698	871	2569		実数	963	868	1831		実数					実数					実数			
	換算	1782	1132	2914		換算	1007	1128	2135		換算					換算					換算			
材料名	1人分 (g)	総量 (kg)	備考		材料名	1人分 (g)	総量 (kg)	備考		材料名	1人分 (g)	総量 (kg)	備考		材料名	1人分 (g)	総量 (kg)	備考		材料名	1人分 (g)	総量 (kg)	備考	
【ごはん】					【ごはん】																			
精白米(ジ)	67.5				精白米(ジ)	67.5																		
【チンジャオロース】					【マンダイのみそマヨ焼き】																			
油	0.6	1.8			マンダイ(下味)	小50g	980	個																
おろし生姜	0.4	1.2			マンダイ(下味)	中65g	895	個																
豚もも肉	20	58			(塩,こしょう)																			
豚うで肉	30	87			みそ	2	4.3																	
たまねぎ	20	62			ノンエッグマヨネーズ	8	17																	
たけのこ水煮	10	29			紙カップ小判4号	1	980	枚																
三温糖	1	3			紙カップ小判6号	1	895	枚																
酒	2	5.9																						
こいくちしょうゆ	4.5	13			【こんこんサラダ】																			
オイスターソース	1	3			油揚げ	7	15																	
豆板醤	0.1	240g			こいくちしょうゆ	1.1	2.4																	
ピーマン	6	21			三温糖	0.9	2																	
赤パプリカ	6	20			酒	0.5	1.1																	
でんぷん	0.5	1.5			みりん	1	2.2																	
					水	1.7	4																	
【もやしのナムル】					小松菜	5	13																	
もやし	25	73			キャベツ	25	63																	
きゅうり	20	59			人参	3	6																	
人参	3	10			たまねぎ	3	7																	
うすくちしょうゆ	1	3			油	0.5	1																	
ごま油	0.6	1.8			酢	0.8	1.7																	
天然塩	0.3	900g			うすくちしょうゆ	1.1	2.4																	
【中華風かきたまスープ】					【キムチ汁】																			
たまねぎ	20	62			かつおだしパック	2.5	6																	
人参	5	15			豚うで肉	15	32																	
カットなると	8	24			白菜	20	46																	
干しいたけ	0.8	2			白菜キムチ漬け	5	11																	
チキンブイヨン	10	29			えのき	4	11																	
うすくちしょうゆ	4	11.7			こいくちしょうゆ	3.5	7.5																	
天然塩	0.3	900g			天然塩	0.1	220g																	
酒	1	3			酒	0.7	1.5																	
でんぷん	1	3			みりん	0.5	1																	
液卵★卵	22	65			長ねぎ	3	8																	
こねぎ	3	9																						

特定原材料8品目(小麦、卵、乳、えび、かに、そば、くるみ、ピーナッツ)の内、[小麦、卵、乳、えび、かに]を使用している場合は、[★小麦 ★卵 ★乳 ★えび ★かに]と表記します(調味料は除く)。2品目以上ある場合は[(例)★小麦★卵]と表記します。残りの3品目[そば、くるみ、ピーナッツ]は給食で使用しません。その他表記のない加工食品の配合表等、詳細な情報が必要な場合は、南部給食センターへお問い合わせください。