令和8年10月1日～令和8年10月31日

[明 細 献 立 表]

安曇野市南部学校給食センター

10月1日木曜日

三中全欠

	小	中	合計
実数	1700	392	2092
換算	1784	510	2293

材料名	1人分(g)	総量(kg)	備考
【ごはん】			
安曇野産米(コシヒカリ)	67.5		
【南カゴカマスのもみじ焼き】			
南カゴカマス(下味 塩こしょう)	小50g	1720	個
南カゴカマス(下味 塩こしょう)	中65g	410	個
人参	6	14	
ﾉﾝｴｯｸﾞ マヨネーズ	8	19	
乾燥パセリ	0.02	50g	
紙カップ	1枚		
【炒り卵あえ】			
キャベツ	20	54	
きゅうり	5	12	
もやし	15	35	
炒り卵★卵	8	18	
三温糖	0.5	1.2	
酢	1	2.3	
うすくちしょうゆ	2.1	4.8	
【白菜のそぼろ汁】			
かつおだしパック	2.5	6	
豚ひき肉	15	35	
人参	8	19	
つきこん	5	12	
白菜	30	74	
酒	1	2.3	
みりん	0.5	1.2	
うすくちしょうゆ	4	9.2	
天然塩	0.3	700g	
でんぷん	2	4.6	
おろし生姜	0.3	700g	
小松菜	5	13	

10月2日金曜日

南中全校欠
三中全校欠

	小	中	合計
実数	1702	26	1728
換算	1786	34	1820

材料名	1人分(g)	総量(kg)	備考
【ごはん】			
安曇野産米(コシヒカリ)	67.5		
【手作りハンバーグ】			
豚ひき肉	72	130	
ローストオニオン	22	40	
大豆の華	2.2	4	8袋
豆乳(安曇野産大豆)	2.2	4	
ケチャップ	1.1	2	1k×2袋
天然塩	0.14	250g	
白こしょう	0.02	40g	
ケチャップ	6.5	12	3k×4袋
中濃ソース	4.8	8.8	
赤ワイン	0.8	1.5	
三温糖	0.2	400g	
【香りびたし】			
白菜	28	55	
むき枝豆	7	13	
きゅうり	15	28	
人参	5	9	
ごま油	0.6	1.1	
酢	0.8	1.5	
うすくちしょうゆ	2.5	4.6	
三温糖	0.5	900g	
【さつまいも汁】			
煮干だしパック	2.5	4.5	9袋
たまねぎ	20	39	
人参	5	9	
油揚げ	5	9	
さつまいも	25	51	
みそ	7.5	13.8	
長ねぎ	5	11	

10月5日月曜日

三小全校欠
南小全校欠
南中全校欠

	小	中	合計
実数	0	501	501
換算	0	651	651

材料名	1人分(g)	総量(kg)	備考
【ターメリックライス】			
安曇野産米(コシヒカリ)	67.5		
ターメリック	0.05	40g	
カレー粉	0.2	130g	
【チキンときのこのホワイトソース】			
バター★乳	0.5	450g	1個
鶏もも肉	32	21	
たまねぎ	20	14	
エリンギ	5	4	
しめじ	5	3	
天然塩	0.4	260g	
黒こしょう	0.03	20g	
白ワイン	1.4	1	
チキンブイヨン	4	3	
水	5	3.5	
米粉	2.2	1.5	
牛乳★乳	20	13	10L×1箱 1L×3本
生クリーム★乳	3	2	
チンゲン菜	5	4	
【ツナブロッコリーサラダ】			
ツナフレーク	7	5	
キャベツ	25	18	
ブロッコリー	8	7	
ホールコーン	5	3	
三温糖	0.3	200g	
酢	1.4	900g	
油	1.2	800g	
天然塩	0.3	200g	
【コンソメスープ】			
ベーコン	8	5	
たまねぎ	15	10	
人参	5	3	
じゃがいも	20	15	
白菜	15	11	
コンソメ	1.5	1	2袋
白ワイン	1	700g	
うすくちしょうゆ	2	1.3	
天然塩	0.15	100g	
黒こしょう	0.02	20g	
パセリ	0.3	300g	
【手作りみかんゼリー】			
オレンジジュース	25	16.2	18本
アガー	1.3	850g	
上白糖	4	2.6	
水	17	11	
みかんｼﾛｯﾌﾟ漬け	10	7	
ナタデココ	5	3.5	7袋

10月6日火曜日

	小	中	合計
実数	1704	867	2571
換算	1789	1127	2916

材料名	1人分(g)	総量(kg)	備考
【ごはん(風さやか)】			
安曇野産米(風さやか)	67.5		
【いわしフライ】			
いわし ひらき (下味 酒)	小30g	1720	個
いわし ひらき (下味 酒)	中40g	890	個
薄力粉★小麦	3	9	18袋
パン粉★小麦	6	18	9袋
揚げ油	5		
中濃ソース	7	20	9本
【れんこんサラダ】			
キャベツ	23	79	
きゅうり	5	15	
カットれんこん	10	29	
人参	5	15	
天然塩	0.05	150g	
うすくちしょうゆ	1	3	
ごまドレッシング	5	15	15本
【おぼろ豆腐汁】			
かつおだしパック	2.5	8	
人参	5	15	
カットごぼう	8	23	
えのき	5	18	
大根	20	59	
いちょう型かまぼこ	5	15	
ゆし豆腐	25	74	37袋
酒	1	3	
みりん	1	3	
うすくちしょうゆ	4	11.8	
天然塩	0.25	750g	
長ねぎ	5	18	

10月7日水曜日

	小	中	合計
実数	1705	866	2571
換算	1790	1126	2916

材料名	1人分(g)	総量(kg)	備考
【中華めん】			
中華めん★小麦			
【にらまんじゅう】			
にらまんじゅう★小麦	小25g×2個	3450	個
にらまんじゅう★小麦	中30g×2個	1770	個
【華風サラダ】			
大根	35	102	
きゅうり	10	29	
人参	5	15	
ハム	8	24	
うすくちしょうゆ	1.8	5.3	
天然塩	0.1	300g	
酢	1.5	4.4	
ラー油	0.05	150g	1本
【あんかけスープ】			
油	0.7	2	
おろしにんにく	0.3	900g	
おろし生姜	0.3	900g	
豚もも肉	22	65	
人参	7	21	
たけのこ水煮	10	29	
干しいたけ	0.3	1	
カットなると	10	30	
白菜	25	78	
チキンブイヨン	10	30	
こいくちしょうゆ	6.5	19	
うすくちしょうゆ	3.5	10.2	
酒	1.5	4.5	
天然塩	0.2	600g	
白こしょう	0.03	80g	
でんぷん	2.5	7	
チンゲン菜	10	34	

令和8年10月1日～令和8年10月31日

[明 細 献 立 表]

安曇野市南部学校給食センター

10月8日木曜日

安曇野の日献立①（中村屋カリー）

	小	中	合計
実数	1703	868	2571
換算	1787	1128	2916

材料名	1人分(g)	総量(kg)	備考
【ごはん】			
安曇野産米(コシヒカリ)	67.5		
【りんご】			
りんご	小1/6個	288	個
りんご	中1/4個	222	個
塩(調理)	0.24	700g	
【福神漬けあえ】			
キャベツ	25	86	
きゅうり	10	30	
人参	3	9	
福神漬け★小麦	8	24	48袋
天然塩	0.15	440g	
【中村屋カリー】			
安曇野カリーソース★小麦★乳	110	330	
油	0.5	1.5	
鶏もも肉	30	88	
鶏むね肉	30	88	
じゃがいも	50	163	

10月9日金曜日

三小1年欠

	小	中	合計
実数	1545	867	2412
換算	1641	1127	2768

材料名	1人分(g)	総量(kg)	備考
【ごはん】			
安曇野産米(コシヒカリ)	67.5		
【肉どんぶりの具】			
油	0.6	1.6	
豚もも肉	20	54	
豚うで肉	20	54	
たまねぎ	15	44	
しらたき	10	27	
カットごぼう	7	19	
人参	5	14	
三温糖	2	5.5	
みりん	1.3	3.6	
こいくちしょうゆ	4	11	
酒	1	3	
カットいんげん	5	13	26袋
【青菜のおかかチーズあえ】			
キャベツ	25	81	
きゅうり	10	29	
小松菜	5	17	
角チーズ★乳	6	17	
うすくちしょうゆ	1.4	4	
糸削り	0.35	1	2袋
【秋なすのみそ汁】			
煮干だしパック	2.5	7.5	15袋
大根	15	42	
なす	10	31	
油揚げ	8	22	
白菜	20	59	
みそ	7.5	21	
長ねぎ	5	17	

10月13日火曜日

	小	中	合計
実数	1703	866	2569
換算	1787	1126	2913

材料名	1人分(g)	総量(kg)	備考
【ココア揚げパン(南小・三中)】			
コッペパン★小麦★乳			
揚げ油	12		
ピュアココア	4.2	6	3袋
グラニュー糖	16.4	24	
【コッペパン(三小・南中)】			
コッペパン★小麦★乳			
【野菜とウィンナーのソテー】			
油	0.3	900g	
カットウィンナー	15	45	
ホールコーン	5	15	
人参	5	15	
キャベツ	20	68	
もやし	30	88	
こいくちしょうゆ	1	3	
天然塩	0.2	600g	
白こしょう	0.02	70g	
ピーマン	3	10	
粉寒天	0.7	2	4袋
【梨】			
梨	小1/6個	288	個
梨	中1/4個	221	個
塩(調理)	0.24	700g	
【肉だんごと春雨のスープ】			
たまねぎ	20	62	
人参	5	15	
たけのこ水煮	8	23	
肉だんご★小麦	25	70	
チキンブイヨン	5	15	
うすくちしょうゆ	4	11.8	
酒	1	3	
天然塩	0.25	800g	
白こしょう	0.02	70g	
マロニー	3.5	10	
チンゲン菜	5	18	
【チョコクリーム(三小・南中)】			
チョコ大豆クリーム★乳	1個	1355	個

10月14日水曜日

三小2年欠

	小	中	合計
実数	1556	868	2424
換算	1652	1128	2780

材料名	1人分(g)	総量(kg)	備考
【ごはん】			
安曇野産米(コシヒカリ)	67.5		
【マンダイの塩こうじ漬け焼き】			
マンダイ(下味)	小50g	1580	個
マンダイ(下味)	中65g	890	個
(塩麹)			
【うの花の炒り煮】			
かつおだしパック	0.4	1	
水	15	42	
油	0.3	800g	
豚ひき肉	12	34	
人参	5	15	
ちくわ	6	17	
三温糖	1.5	4.2	
こいくちしょうゆ	3.2	9	
酒	1	2.8	
みりん	1	2.8	
おから	12	34	
長ねぎ	4	13	
むき枝豆	4	12	
【さといものみそ汁】			
煮干だしパック	2.5	7.5	15袋
人参	8	23	
えのき	5	17	
洗いさといも	25	69	
白菜	20	60	
みそ	7.5	21	
小松菜	5	17	
玉麩★小麦	1.5	5	10袋
【わかめふりかけ】			
わかめふりかけ	1個	2450	個

10月15日木曜日

	小	中	合計
実数	1703	869	2572
換算	1787	1130	2917

材料名	1人分(g)	総量(kg)	備考
【ごはん(風さやか)】			
安曇野産米(風さやか)	67.5		
【酢豚】			
豚もも肉	40	120	
こいくちしょうゆ	0.7	2	
酒	0.7	2	
おろし生姜	0.3	1	
でんぷん	3	9	
米粉	3	9	
揚げ油	5		
油	0.3	900g	
たまねぎ	15	47	
たけのこ水煮	10	29	
三温糖	2.3	6.7	
こいくちしょうゆ	4.2	12.2	
酢	2.3	6.7	
ピーマン	3	10	
赤パプリカ	3	10	
ﾊﾟｲﾝｼﾛｯﾌﾟ漬け	5	15	
【きゅうりの香味漬け】			
きゅうり	20	59	
人参	5	15	
キャベツ	20	69	
ごま油	0.6	1.8	
天然塩	0.3	900g	
黒こしょう	0.02	70g	
【すまし汁】			
かつおだしパック	2.5	8	
たまねぎ	20	62	
大根	20	59	
カットなると	8	24	
酒	1	3	
みりん	1	3	
うすくちしょうゆ	3.5	10.3	
天然塩	0.35	1	
みつば	3	10	

令和8年10月1日～令和8年10月31日

[明 細 献 立 表]

安曇野市南部学校給食センター

10月16日金曜日				10月19日月曜日				10月20日火曜日				10月21日水曜日				10月22日木曜日			
	小	中	合計	三小全校欠	小	中	合計	南中1年欠	小	中	合計	安曇野の日献立②	小	中	合計	十三夜献立	小	中	合計
実数	1705	866	2571	実数	732	865	1597	実数	1704	740	2444	実数	1705	865	2570	実数	1703	868	2571
換算	1790	1126	2916	換算	772	1125	1896	換算	1789	962	2751	換算	1790	1125	2914	換算	1787	1128	2916

材料名	1人分(g)	総量(kg)	備考
【ごはん】			
安曇野産米(コシヒカリ)	67.5		
【鶏肉とうずら卵のコトコト煮】			
三温糖	2.7	8	
酒	1.3	3.8	
こいくちしょうゆ	3.8	11.1	
酢	2.5	7.3	
おろし生姜	0.3	1	
おろしにんにく	0.3	1	
鶏もも肉	22	63	
鶏むね肉	15	45	
たまねぎ	18	56	
うずら卵水煮★卵	32	92	46袋
でんぷん	0.35	1	
【こんぶあえ】			
白菜	25	78	
もやし	20	59	
人参	5	15	
塩昆布	0.8	2	
うすくちしょうゆ	1	3	
天然塩	0.15	450g	
【凍り豆腐のみそ汁】			
煮干だしパック	2.5	7.5	15袋
大根	20	59	
人参	5	15	
えのき	5	18	
じゃがいも	20	65	
みそ	7.5	22	
長ねぎ	5	18	
凍り豆腐	2	6	12袋

材料名	1人分(g)	総量(kg)	備考
【ごはん】			
安曇野産米(コシヒカリ)	67.5		
【豆腐田楽】			
絞り豆腐	小1/8個	94	個
絞り豆腐	中1/6個	148	個
油	0.2	400g	
おろし生姜	0.2	400g	
豚ひき肉	12	24	
みそ	5	9.5	
酒	1.2	2.3	
三温糖	4	7.6	
こいくちしょうゆ	1	1.9	
でんぷん	0.3	600g	
紙カップ	1枚		
【マヨドレサラダ】			
キャベツ	25	56	
きゅうり	10	19	
ホールコーン	5	10	
人参	5	10	
酢	0.3	600g	
天然塩	0.2	400g	
白こしょう	0.02	50g	
ﾉﾝｴｯｸﾞ マヨネーズ	6	12	
大豆の華	2	3.5	7袋
【えびだんご汁】			
かつおだしパック	2.5	5	
人参	5	10	
たまねぎ	10	20	
えび団子★えび	25	46	
白菜	15	31	
うすくちしょうゆ	3	5.7	
天然塩	0.2	400g	
酒	1	2	
みりん	0.8	1.6	
小松菜	5	12	

材料名	1人分(g)	総量(kg)	備考
【切り込みまるパン】			
切り込みまるパン★小麦★乳			
【ハムカツ】			
ハム	小30g	1740	個
ハム	中40g	760	個
薄力粉★小麦	3	8	16袋
パン粉★小麦	6	16	8袋
揚げ油	4		
中濃ソース	6	16.5	8本
【カラフルサラダ】			
ブロッコリー	8	23	
きゅうり	10	28	
キャベツ	20	65	
黄パプリカ	2	7	
赤パプリカ	2	7	
油	1	2.8	
酢	1	2.8	
天然塩	0.25	700g	
黒こしょう	0.02	60g	
【さつまいものポタージュ】			
たまねぎ	30	88	
鶏むね肉	10	28	
白ワイン	1	2.8	
さつまいも	30	92	
しめじ	5	14	
コーンペースト	10	28	
ベジダシ	4	11	
米粉	2.5	7	
牛乳★乳	30	80	8箱
天然塩	0.6	1.65	
白こしょう	0.02	60g	
乾燥パセリ	0.03	100g	

材料名	1人分(g)	総量(kg)	備考
【スパゲティ】			
スパゲティ★小麦			
【ポテトとチーズのオムレツ】			
アンサンブルエッグ★卵★乳	小50g	1730	個
アンサンブルエッグ★卵★乳	中62.5g	888	個
【わかめサラダ】			
乾燥わかめ	0.4	1.2	6袋
キャベツ	25	86	
きゅうり	10	29	
人参	5	15	
ささみフレーク	5	15	
酢	1	2.9	
三温糖	0.3	900g	
天然塩	0.3	900g	
ごま油	0.5	1.5	
【安曇野りんごナポリタンソース】			
油	0.5	1.5	
にんにく	0.3	800g	
セロリー	2	6	
カットウィンナー	20	58	
たまねぎ	35	109	
トマトピューレ	20	60	20袋
ダイストマト	15	45	
ケチャップ	12	36	12袋
りんごピューレ	5	15	
赤ワイン	0.7	2	
中濃ソース	2.1	6.2	
コンソメ	0.9	2.5	5袋
天然塩	0.5	1.5	
白こしょう	0.02	70g	
りんご	10	35	
ピーマン	3	10	
でんぷん	1.5	4.4	

材料名	1人分(g)	総量(kg)	備考
【黒豆と青菜のごはん】			
安曇野産米(コシヒカリ)	65		
乾燥黒豆	3.5	10	
菜めしの素	2.3	6.5	26袋
【ちくわの磯辺揚げ】			
ちくわ	小1/6×2個	3445	個
ちくわ	中1/4×2個	1770	個
薄力粉★小麦	3	9	18袋
あおのり	0.08	200g	2袋
揚げ油	6		
【梅香あえ】			
キャベツ	17	59	
もやし	20	59	
きゅうり	8	24	
乾燥梅	0.6	2	10袋
天然塩	0.2	600g	
【お月見かぼちゃもち汁】			
かつおだしパック	2.5	8	
人参	5	15	
大根	10	29	
油揚げ	8	25	
お月見かまぼこ	8	25	
白菜	15	47	
かぼちゃいももち	25	75	
うすくちしょうゆ	4	11.8	
天然塩	0.3	900g	
酒	1	3	
みりん	1	3	
小松菜	5	18	

令和8年10月1日～令和8年10月31日

[明 細 献 立 表]

安曇野市南部学校給食センター

10月23日金曜日

南小1年欠

	小	中	合計
実数	1570	865	2435
換算	1665	1125	2789

材料名	1人分(g)	総量(kg)	備考
【ごはん】			
安曇野産米(コシヒカリ)	67.5		
【鶏肉の甘酢あんかけ】			
鶏もも肉	小50g	1595	個
鶏もも肉	中65g	890	個
みりん	2.5	7	
三温糖	2.5	7	
酒	1.5	4.2	
こいくちしょうゆ	1.5	4.2	
酢	3.5	9.8	
でんぷん	0.4	1.2	
【ひじきの煮物】			
油	0.6	1.5	
人参	5	15	
カットさつま揚げ	10	29	
乾燥ひじき	3	9	
つきこん	7	20	
こいくちしょうゆ	3	8.4	
三温糖	2	5.6	
酒	1	2.8	
みりん	2.5	7	
カットいんげん	5	14	28袋
【豆乳みそ汁】			
煮干だしパック	2.5	7.5	15袋
豚もも肉	10	28	
えのき	5	17	
人参	8	23	
じゃがいも	25	79	
白菜	20	60	
みそ	7.5	21	
豆乳(安曇野産大豆)	8	22	
長ねぎ	5	17	

10月26日月曜日

三小PTA試食会

	小	中	合計
実数	1725	865	2590
換算	1814	1125	2938

材料名	1人分(g)	総量(kg)	備考
【ごはん(風さやか)】			
安曇野産米(風さやか)	67.5		
【厚揚げのみそ炒め】			
油	0.5	1.5	
おろし生姜	0.2	600g	
豚もも肉	25	72	
つきこん	7	21	
人参	5	15	
たまねぎ	20	63	
厚揚げ	30	87	
三温糖	1	3	
みりん	0.5	1.5	
みそ	3.8	11.3	
酒	0.4	1.2	
こいくちしょうゆ	2	6	
むき枝豆	3	8	
粉寒天	0.7	2	4袋
【からしマヨあえ】			
もやし	30	88	
きゅうり	10	29	
人参	5	15	
ハム	5	15	
天然塩	0.1	300g	
うすくちしょうゆ	0.7	2.1	
ねりからし	0.1	320g	1本
ﾉﾝｴｯｸﾞ マヨネーズ	7	21	
【かきたま汁】			
かつおだしパック	2.5	8	
たまねぎ	20	63	
しめじ	5	15	
カットなると	8	24	
うすくちしょうゆ	4	11.8	
みりん	1	3	
酒	1	3	
天然塩	0.25	800g	
でんぷん	1	3	
液卵★卵	20	60	
小松菜	5	18	
【りんご】			
りんご	小1/6個	291	個
りんご	中1/4個	221	個
塩(調理)	0.24	700g	

10月27日火曜日

南小希望献立

	小	中	合計
実数	1704	865	2569
換算	1789	1125	2913

材料名	1人分(g)	総量(kg)	備考
【コッペパン】			
コッペパン★小麦★乳			
【鶏のから揚げ】			
鶏肉から揚げ用下味	小50g	1730	個
鶏肉から揚げ用下味	中65g	890	個
(しょうゆ 酒 生姜 にんにく みりん)			
でんぷん	3	9	
米粉	3	9	
揚げ油	6		
【かぼちゃサラダ】			
カットかぼちゃ	35	102	
きゅうり	10	29	
人参	5	15	
天然塩	0.3	900g	
黒こしょう	0.01	30g	
油	1	3	
酢	1	3	
【コーンスープ】			
ベーコン	5	15	
白ワイン	1	3	
たまねぎ	25	78	
エリンギ	5	16	
ホールコーン	20	60	
コーンペースト	20	60	
ベジダシ	4	12	
米粉	3	9	
牛乳★乳	30	90	9箱
天然塩	0.5	1.5	
白こしょう	0.02	70g	
チンゲン菜	5	18	
【ぶどうゼリー】			
ぶどうゼリー	1個	2590	個

10月28日水曜日

三小6年欠

	小	中	合計
実数	1534	867	2401
換算	1585	1127	2712

材料名	1人分(g)	総量(kg)	備考
【ごはん】			
安曇野産米(コシヒカリ)	67.5		
【肉しゅうまい】			
肉しゅうまい★小麦	小30g×2個	3100	個
肉しゅうまい★小麦	中30g×3個	2650	個
【ほたてと大根のサラダ】			
ほたてフレーク	3	9	
大根	35	94	
きゅうり	10	28	
人参	5	14	
天然塩	0.25	700g	
油	0.6	1.6	
白こしょう	0.02	60g	
酢	2.1	5.7	
【八宝菜汁】			
油	0.6	1.6	
おろし生姜	0.3	800g	
豚もも肉	25	68	
人参	5	14	
たまねぎ	15	43	
たけのこ水煮	7	19	
干しいたけ	0.5	1	
もやし	15	41	
いか短冊切り	13	35	
白菜	15	44	
チキンブイヨン	5	15	
天然塩	0.35	950g	
こいくちしょうゆ	4	11	
ごま油	0.2	550g	
でんぷん	2	5.5	
チンゲン菜	5	16	

10月29日木曜日

三小6年欠
南小5年欠

	小	中	合計
実数	1397	868	2265
換算	1420	1128	2549

材料名	1人分(g)	総量(kg)	備考
【ごはん】			
安曇野産米(コシヒカリ)	67.5		
【さばのカレー焼き】			
さば（下味）	小50g	1420	個
さば（下味）	中65g	890	個
(しょうゆ 酒 みりん カレー粉)			
【枝豆とささみのおひたし】			
キャベツ	25	75	
むき枝豆	10	25	
きゅうり	10	26	
ささみフレーク	3	8	
油	0.8	2	
酢	1	2.6	
うすくちしょうゆ	2.2	5.6	
三温糖	0.4	1	
【根菜五目汁】			
かつおだしパック	2.5	7	
人参	7	18	
洗いさといも	20	51	
カットごぼう	7	18	
油揚げ	7	18	
白菜	20	55	
うすくちしょうゆ	4	10.2	
酒	0.7	2	
みりん	0.7	2	
天然塩	0.25	700g	
小松菜	5	15	

令和8年10月1日～令和8年10月31日

[明 細 献 立 表]

安曇野市南部学校給食センター

10月30日金曜日

三郷中2年家庭科献立

三小5.6年欠
南小1年欠

	小	中	合計
実数	**1240**	**865**	**2105**
換算	1269	1125	2393

材料名	1人分(g)	総量(kg)	備考
【ごはん】			
安曇野産米(コシヒカリ)	67.5		
【肉じゃが】			
油	0.6	1.5	
豚もも肉	15	36	
豚うで肉	15	36	
たまねぎ	15	38	
しらたき	7	18	
人参	7	17	
じゃがいも	30	81	
酒	0.7	1.5	
みりん	1.4	3.4	
三温糖	3	7.2	
こいくちしょうゆ	4.3	10.3	
カットいんげん	5	12	24袋
【小松菜ともやしのごまあえ】			
もやし	25	60	
キャベツ	20	56	
人参	3	7	
小松菜	5	14	
白ねりごま	2	5	
白すりごま	3	7	
うすくちしょうゆ	2	4.8	
三温糖	2	4.8	
粉寒天	0.2	500g	1袋
【なめこ汁】			
煮干だしパック	2.5	6	12袋
大根	25	60	
豆腐	25	60	
なめこ	10	24	
みそ	7.5	18	
乾燥わかめ	0.5	1.2	6袋
長ねぎ	3	8	

	小	中	合計
実数			
換算			

材料名	1人分(g)	総量(kg)	備考

	小	中	合計
実数			
換算			

材料名	1人分(g)	総量(kg)	備考

	小	中	合計
実数			
換算			

材料名	1人分(g)	総量(kg)	備考

	小	中	合計
実数			
換算			

材料名	1人分(g)	総量(kg)	備考

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。